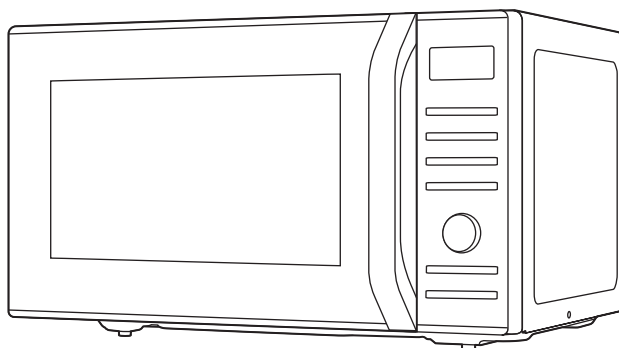


Panasonic®

Operating Instructions (Original instructions)

Convection / Grill / Microwave Oven

Household Use Only



Model No. NN-CD57RB



Contents

Important safety instructions.....	2
General guidelines.....	8
Parts of your oven	10
Control panel	11
Accessories	13
Cookware and Utensil Guide.....	14
Cooking mode	16
Child safety lock	18
Quick Start Function	18
Microwave cooking and defrosting	19
Grilling	21
Convection cooking	23
Combination cooking.....	25
Multi-stage cooking.....	28
Quick 30 feature	30
Add time feature	30
Auto Defrost.....	31
Auto Menu	32
List of the Auto Menu.....	33
Auto Reheat.....	35
Healthy Menu/Re-Bake	37
Main Dish.....	40
Tandoori/Grill	50
Japanese	59
Soup/Snack	64
Dessert/Cake/Cookie.....	73
Side Dish (Gravy)	91
Side Dish (Dry)	102
Using the Aqua Clean Programme.....	110
Cooking and reheating guidelines	111
Questions and answers.....	112
Care of your oven	113
Specifications	114

Thank you for purchasing a Panasonic appliance.

Important Safety Instructions:

Before operating this oven, please read these instructions and precautions carefully and keep for future reference.


Important safety instructions

WARNING

1. The door seals and seal areas should be cleaned with a damp cloth.
The appliance should be inspected for damage to the door seals and door seal areas and if these areas are damaged the appliance should not be operated until it has been repaired by a service technician trained by the manufacturer.
2. Liquids and other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.
3. When your oven requires servicing, call your local Panasonic engineer (Customer Support). It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation which involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.
4. Accessible parts may become hot during use. Young children should be kept away.
5. When the appliance is operated in the combination mode, children should only use the oven under adult supervision due to the temperatures generated.
6. Ensure that the appliance is switched off before replacing the lamp to avoid the possibility of electric shock.

CAUTION

1. Do not attempt to tamper with or make any adjustments or repairs to the door, control panel housing, safety interlock switches or any other part of the oven. Do not remove the outer panel from the oven which gives protection against exposure to microwave energy. Repairs should only be done by a qualified service person.
2. Do not operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, or if it has been damaged or dropped. It is dangerous for anyone other than a service technician trained by the manufacturer to perform repair service.
3. If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified person in order to avoid a hazard.
4. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

5. The microwave oven is intended for heating food and beverages. Drying of food, newspaper or clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar may lead to risk of injury, ignition or fire.
6. Before use, check that utensils/containers are suitable for use in microwave ovens.
7. The oven will only operate with the door closed.
8. When the oven is not being used, do not store any objects other than oven accessories inside the oven in case it is accidentally turned on.
9. The appliance shall not be operated by MICROWAVE or COMBINATION WITHOUT FOOD IN THE OVEN. Operation in this manner may damage the appliance.
10.  **Caution! Hot surfaces**
Exterior oven surfaces, including air vents on the cabinet and the oven door will get hot during COMBINATION, CONVECTION and GRILLING. Take care and use oven gloves when opening or closing the door and when inserting or removing food and accessories.
11. The oven has two heaters situated in the top of the oven. After using the COMBINATION, CONVECTION and GRILL function, these surfaces will be very hot. Care should be taken to avoid touching the heating elements inside the oven.
N.B.: After cooking by these modes, the oven accessories will be very hot.
12. While and after using the COMBINATION, CONVECTION and GRILL function, never touch the outside window or inside metal parts of the door or oven when taking food in or out due to the high temperatures involved.
13. If smoke or a fire occurs in the oven, press Stop/Cancel and leave the door closed in order to stifle any flames. Disconnect the power cord, or shut off the power at the fuse or the circuit breaker panel.
14. The oven lamp must be replaced by a service technician trained by the manufacturer. Do not attempt to remove the outer casing from the oven.
15. Metallic containers or dishes with metallic trim should not be used during microwave cooking. Sparking will occur.

Important safety instructions

Installation

Examine your microwave oven

Unpack the oven, remove all packing material, and examine the oven for any damage such as dents, broken door latches or cracks in the door. If you find any damage, notify your dealer immediately. Do not install a damaged microwave oven.

Earthing Instructions

IMPORTANT: THIS UNIT HAS TO BE PROPERLY EARTHED FOR PERSONAL SAFETY.

If your AC outlet is not earthed, it is the personal responsibility of the customer to have it replaced with a properly earthed wall socket.

Operation Voltage

The voltage has to be the same as specified on the label on the oven. If a higher voltage than specified is used, it may cause a fire or other damages.

Placement of the oven

This appliance is intended to be used in household and similar applications such as:

- staff kitchen areas in shops, offices and other working environments;
- farm houses;
- by clients in hotels, motels and other residential environments;
- bed and breakfast type environments.

1. Place the oven on a flat and stable surface, more than 85 cm above the floor.

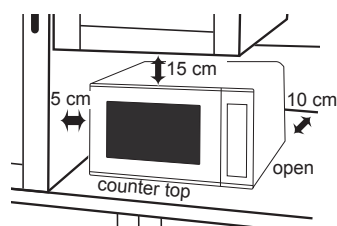
The appliance is freestanding type and shall not be placed in a cabinet.

2. When this oven is installed, it should be easy to isolate the appliance from the electricity supply by pulling out the plug or operating a circuit breaker.

3. For proper operation, ensure a sufficient air circulation for the oven.

Counter-top use:

Allow 15 cm of space on the top of the oven, 10 cm at the back, 5 cm on one side, and the other side must be opened more than 40 cm.



4. Do not place this oven near an electric or gas cooker range.
5. The feet should not be removed.
6. This oven is only for household usage. Do not use outdoors.
7. Avoid using the microwave oven in high humidity.
8. The power cord should not touch the outside of the oven. Keep the cord away from hot surfaces. Do not let the cord hang over the edge of a table or work top. Do not immerse the cord, plug or oven in water.
9. Do not block the air vents. If these openings are blocked during operation the oven may overheat. In this case the oven is protected by a thermal safety device and resumes operation only after cooling down.
10. This appliance is not intended to be operated by means of an external timer or separate remote-control system.

11. When it becomes necessary to replace the oven light, please consult your dealer.

Accessories

The oven comes equipped with a variety of accessories. Always follow the directions given for use of the accessories.

Roller ring

- Do not remove the roller ring from the oven cavity floor.
- The roller ring and the oven cavity floor should be cleaned frequently to prevent noise and build-up of remaining food.
- The roller ring must always be used for cooking together with the glass tray.
- If you accidentally remove the roller ring, gently place it back into the hole at the center of the oven cavity, ensuring it is properly positioned on the spindle beneath. The spindle has a flat surface designed to securely hold the roller ring in place during operation.

Wire rack

- The wire rack is used to facilitate browning of small dishes and help with the good circulation of the heat.
- The metal wire rack must ONLY be used as directed for GRILLING, CONVECTION and COMBINATION cooking. Never use this on MICROWAVE only. Do not use if operating the oven with less than 200 g (7 oz.) of food on a manual COMBINATION programme. Failure to use accessories correctly could damage your oven.

- When using the COMBINATION mode, never place any aluminium or metallic container directly on wire rack. Always insert a glass plate or dish between wire rack and the aluminium container. This will prevent sparking that may damage the oven.

Crispy plate

- Never use this on MICROWAVE only.
- Always place the tray in the centre of the glass tray and ensure it does not touch the wall of the oven cavity. Failure to do so, may cause sparking which would damage the cavity.
- Always use oven gloves when handling the hot tray.
- Do not place any heat-sensitive materials on the hot tray as this may cause burning.

Glass tray

- Always operate the oven with the roller ring and glass tray in place. They are the only accessories used for MICROWAVE cooking.
- Only use the glass tray specifically designed for this oven. Do not substitute with any other glass tray.
- If the glass tray is hot, let it cool before cleaning or placing in water.
- The glass tray can turn in either direction.
- If the food or cooking vessel on the glass tray touches the oven walls and stops the tray rotating, the tray will automatically rotate in the opposite direction. This is normal. Open oven door, reposition the food and restart.
- Do not cook foods directly on the glass tray. Always place food in a microwave safe dish.
- While cooking by MICROWAVE or COMBINATION the glass tray may vibrate. This will not affect cooking performance.

Important safety instructions

Short cooking time

As microwave cooking time is much shorter than other cooking methods, it is essential that recommended cooking time is not exceeded without first checking the food.

Factors that may affect cooking time are: preferred degree of cooking, starting temperature, altitude, volume, size and shape of foods and utensils used. As you become familiar with the oven, you will be able to adjust these factors.

It is better to undercook rather than overcook foods. If food is undercooked, it can always be returned to the oven for further cooking. If food is overcooked, nothing can be done. Always start with minimum cooking time.

Important

If the recommended cooking time is exceeded, the food will be spoiled and in extreme circumstances could catch fire and possibly damage the interior of the oven.

Small quantities of food

Take care when heating small quantities of food as these can easily burn, dry out or catch fire if cooked too long. Always set short cooking time and check the food frequently.

Foods low in moisture

Take care when heating foods low in moisture, e.g. bread items, chocolate, popcorn, biscuits and pastries. These can easily burn, dry out or catch on fire if cooked too long. We do not recommend heating foods low in moisture such as popcorn.

This oven has been developed for food use only.

We do not recommend to use for heating non food items such as therapeutic wheat/heat bags or hot water bottles.

Reheating

It is essential that reheated food is served " piping hot".

Remove the food from the oven and check that it is " piping hot", i.e. steam is being emitted from all parts and all sauce is bubbling. (You may choose to check the food has reached 72 °C with a food thermometer – but remember do not use this thermometer inside the microwave.)

For foods that cannot be stirred, e.g. lasagne, shepherds pie, the centre should be cut with a knife to test it is well heated through. Even if a manufacturer's packet instructions have been followed always check the food is piping hot before serving and if in doubt return your food to the oven for further heating.

Standing time

Standing time refers to the period at the end of cooking or reheating when food is left before being eaten, i.e. it is a rest time which allows the heat in the food to continue to conduct to the centre, thus eliminating cold spots.

Cleaning

The oven should be cleaned regularly and any food deposits removed.

Clean the inside of the oven, door seals and door seal areas regularly. When food splatters or spilled liquids adhere to the oven walls, door seals and door seal areas wipe off with a damp cloth.

Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of surfaces that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

A steam cleaner is not to be used for cleaning.

Lids

Always remove the lids of jars and containers and takeaway food containers before you microwave the food. If the lid remains, then steam and pressure might build up inside and cause an explosion even after the microwave cooking has stopped.

Baby bottles and food jars

When reheating baby bottles always remove top and teat. Liquid at the top of the bottle will be much hotter than that at the bottom and must be shaken thoroughly before checking the temperature. This should be carried out before consumption to avoid burns. See page 111.

Boiled eggs

Eggs in their shells and whole hard-boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode even after microwave heating has ended.

Foods with skins

Potatoes, apples, egg yolk, whole vegetables and sausages are examples of food with non porous skins. These must be pierced using a fork before cooking to prevent bursting.

Paper and plastic

When heating food in plastic or paper containers, keep an eye on the oven due to the possibility of ignition. Do not use wire twist-ties with roasting bags as arcing will occur.

Do not use recycled paper products, e.g. kitchen roll unless they say they are specifically designed for use in a microwave oven. These products contain impurities which may cause sparks and/or fires when used.

Liquids

Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care should be taken when handling the container. To prevent the possibility of sudden boil the following steps should be taken:

- a) Avoid using straight-sided containers with narrow necks.
- b) Do not overheat.
- c) Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through the heating time.
- d) After heating, allow to stand in the oven for a short time, stirring again before carefully removing the container.

Deep fat frying

Do not attempt to deep fat fry in your oven.

Arcing

Arcing may occur accidentally if a metallic container has been used, the wire rack has been damaged, or the incorrect weight of food is used.

Arcing is flashes of blue light seen in the microwave oven. If this occurs, stop the machine immediately. If the oven is left unattended and this continues it can damage the machine. Continue to cook by GRILL.

Meat thermometer

Use a meat thermometer to check the degree of cooking of joints and poultry only when meat has been removed from the microwave. If undercooked, return to the oven and cook for a few more minutes at the recommended power level. Do not leave a conventional meat thermometer in the oven when microwaving.

General guidelines

STANDING TIME

Dense foods e.g. meat, jacket potatoes and cakes, require standing time (inside or outside of the oven) after cooking, to allow heat to finish conducting to the centre of the food to cook through completely. Wrap meat joints and jacket potatoes in aluminium foil while standing. Meat joints need approx. 10–15 minutes, jacket potatoes 5 minutes. Other foods such as plated meals, vegetables, fish etc. require 2–5 minutes standing. If food is not cooked after standing time, return to the oven and cook for additional time. After defrosting food, standing time should also be allowed.

QUANTITY



Small quantities cook faster than large quantities, and small meals will reheat more quickly than large portions.

SPACING



Foods cook more quickly and evenly if spaced apart. NEVER pile foods on top of each other.

MOISTURE CONTENT

Many fresh foods e.g. vegetables and fruit, vary in their moisture content throughout the season. For this reason cooking time may have to be adjusted. Dry ingredients e.g. rice, pasta, can dry out during storage so cooking time may differ.

PIERCING



The skin or membrane on some foods will cause steam to build up during cooking.

These foods must be pierced or a strip of skin should be peeled off before cooking to allow the steam to escape. Eggs, potatoes, apples, sausages etc, will all need to be pierced before cooking. DO NOT ATTEMPT TO BOIL EGGS IN THEIR SHELLS.

COVERING



Cover foods with microwave cling film or a lid. Cover fish, vegetables, casseroles, soups. Do not cover cakes, sauces, jacket potatoes or pastry items.

DENSITY

Porous airy foods heat more quickly than dense heavy foods.

CLING FILM

Cling film helps keep the food moist and the trapped steam assists in speeding up cooking time. Pierce before cooking to allow excess steam to escape. Always take care when removing cling film from a dish as the build-up of steam will be very hot.

SHAPE



Even shapes cook evenly. Food cooks better by microwave when in a round container rather than square.

STARTING TEMPERATURE

The colder the food, the longer it takes to heat up. Food from a fridge takes longer to reheat than food at room temperature.

LIQUIDS



All liquids must be **STIRRED BEFORE, HALF WAY THROUGH AND AFTER** heating. Water must be stirred before and during heating, to avoid eruption. Do not heat liquids that have previously been boiled. **DO NOT OVERHEAT.**

TURNING AND STIRRING

Some foods require stirring during cooking. Meat and poultry should be turned after half of the cooking time.

ARRANGING

Individual foods e.g. chicken portions or chops, should be placed on a dish so that the thicker parts are towards the outside.

CHECKING FOOD



It is essential that food is checked during and after a recommended cooking time, even if an **AUTO PROGRAMME** has been used (just as you would check food cooked in a conventional oven). Return the food to the oven for further cooking if necessary.

DISH SIZE



Follow the dish sizes given in the recipes, as these affect the cooking and reheating times. A quantity of food spread in a bigger dish cooks and reheats faster.

CLEANING

As microwaves work on food particles, keep your oven clean at all times. Stubborn spots of food can be removed by using a microwave spray cleaner, sprayed onto a soft cloth. Always wipe the oven dry after cleaning.

Parts of your oven

1. Door handle

Pull to open the door. Opening the door during cooking will pause the cooking process without cancelling the programme. Cooking will resume once the door is closed and the Start button is pressed. It is completely safe to open the door at any time during a cooking programme, as there is no risk of microwave exposure.

2. Oven window

3. External air vents

4. Air vent

5. Menu labels

6. Convection heater

7. Grill elements

8. Microwave feed guide (Do not remove.)

9. Control panel

10. Power supply cord

11. Plug

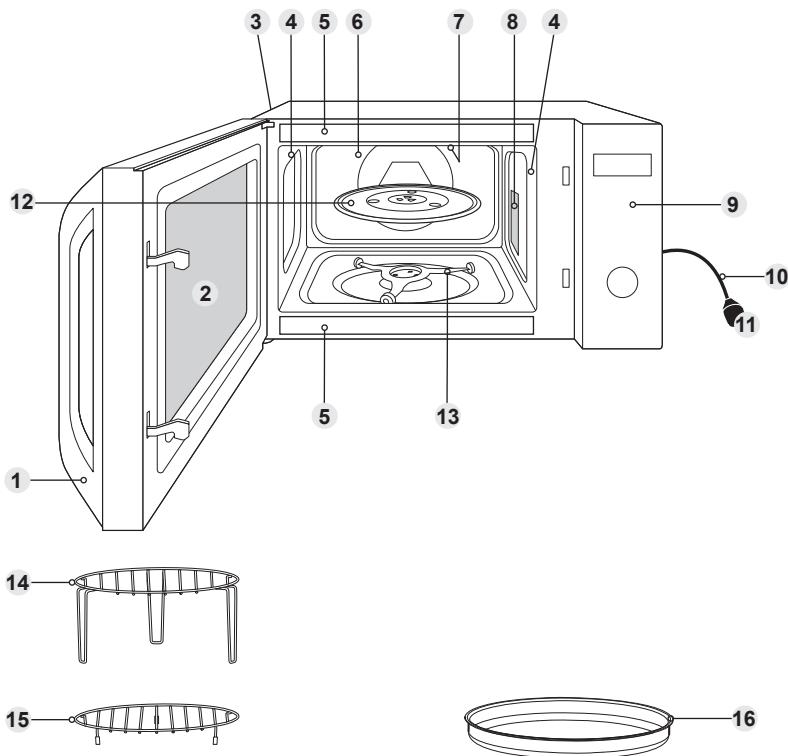
12. Glass tray

13. Roller ring

14. High wire rack

15. Low wire rack

16. Crispy plate

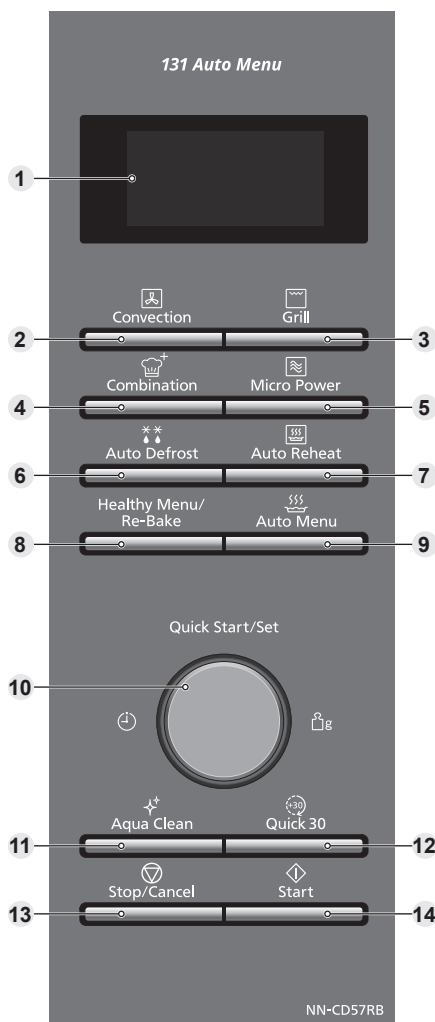


Identification and caution labels are attached on the oven.

■ Note

This illustration is for reference only.

Control panel



- Your control panel may have differences in appearance, but the words and functionality will be the same.

1 Display window (page 12)
When the oven is first plugged in, "88.88" appears in display window.

2 Convection button

3 Grill button

4 Combination button

5 Micro Power button

6 Auto Defrost button

7 Auto Reheat button

8 Healthy Menu/Re-Bake button

9 Auto Menu button

10 Dial

The dial has 3 functions (See details on page 12)

11 Aqua Clean button

12 Quick 30 button

13 Stop/Cancel button

Before Cooking:

One press clears your instructions.

During Cooking:

One press temporarily stops the cooking programme. Another press cancels all your instructions and a dot will appear on the display.

14 Start button

One press allows oven to begin functioning. If door is opened or Stop/Cancel is pressed once during oven operation, Start must be pressed again to restart oven.

Notes

1. If Start is not pressed for 6 minutes after cooking programme setting, the oven will automatically cancel the cooking programme. The display will revert back to dot.
2. Place the oven with the display window no higher than eye level for optimal viewing experience.

Continued on the next page

Control panel

■ Beep sound

When a button is pressed correctly a beep will be heard. If a button is pressed and no beep is heard, the unit has not or cannot accept the instruction. The oven will beep twice between programmed stages and at the point to stirring or turning the food in the Auto menus. After the completion of the preheating on CONVECTION or COMBINATION mode, three beeps sound. At the end of any complete programme, the oven will beep 5 times and “End” will be displayed.

Dial Feature




① Cooking time, Weight, Power, Temperature
Turn the dial first for entering cooking time for QUICK START function. (page 18)

After selecting a manual cooking mode, enter time, weight, power or temperature by turning the dial.
Use the dial for the Add Time function (page 30)

② Set

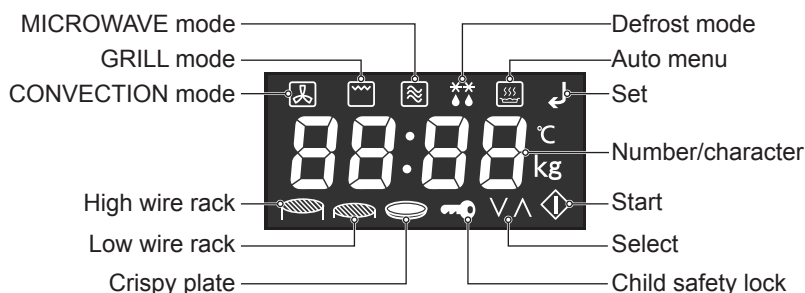
Press the dial to confirm the setting.

Set indicator () flashes when the setting needs to be confirmed.

③ Auto Menus (Auto Reheat, Healthy Menu/Re-Bake, Auto Menu)




After pressing Auto Reheat, Healthy Menu/Re-Bake, or Auto Menu, turn the dial to select Auto menus.

Display window



- When the oven is plugged in for the first time, “88.88” appears in display.
- Start indicator flashes when the setting is completed and preheating or cooking is ready to start. Press Start to start preheating or cooking.
- Set indicator flashes when a setting needs to be confirmed. Press dial to confirm the setting and proceed to next setting.
- High wire rack, Low wire rack, and Crispy plate indicator indicates which accessory to use for each Auto menu.
- Select indicator flashes when setting can be changed by turning the dial.

Accessories










mode		Glass Tray 	Crispy plate 	Wire Rack 
MICROWAVE		✓	✗	✗
GRILL		✓	✓	✓
CONVECTION		✓	✓	✓
COMBINATION	GRILL + CONVECTION C-6 (COMBINATION 6)	✓	✓	✓
	GRILL + MICROWAVE C-1, C-5 (COMBINATION 1, 5)	✓	✓*	✓
	GRILL + CONVECTION + MICROWAVE C-2, C-3, C-4 (COMBINATION 2, 3, 4)	✓	✓*	✓

* Do not place the Crispy plate on the wire rack.

Note:

- Always operate the oven with the glass tray in place.












Cookware and Utensil Guide

Container	MICROWAVE	GRILL C-6 (COMBINATION 6)	CONVECTION	C-1 - C-5 (COMBINATION 1 - 5)
Included accessory Crispy Plate 	X	✓	✓	Note: Do not place the crispy plate on the wire rack.
Included accessory Wire Rack 	X	✓	✓	✓
Heat-proof glass container 	✓	✓	✓	✓
Non-heat-proof glass containers 	X	X	X	X
Heat-proof plastic containers 	✓	X	X	X
Non-heat-proof plastic containers 	X	X	X	X
Ceramic porcelain 	✓	✓	✓	✓
Disposable paperboard containers 	✓*	✓*	✓*	✓*
Lacquerware 	X	X	X	X

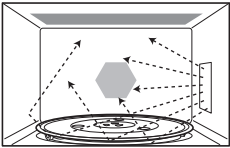
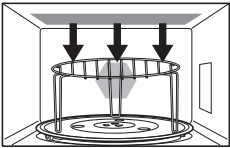
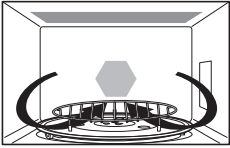
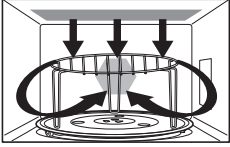
* Check manufacturers' recommendation, must withstand heat or follow the recipe instructions.

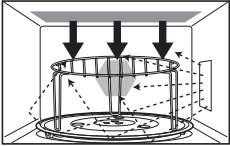
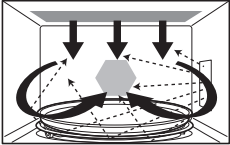
Note:

- Colour loss may be found in ceramic or porcelain containers with internal color pictures. Do not use such a container.

Container	MICROWAVE	GRILL C-6 (COMBINATION 6)	CONVECTION	C-1 - C-5 (COMBINATION 1 - 5)
Metal cookware 	X	Note: Meal containers with resin handles cannot be used.	Note: Meal containers with resin handles cannot be used.	X
Straw, Wicker, Wood 	X	X	X	X
Microwave safe cling film 	✓	X	X	X
Aluminium foil 	X	✓	✓	X
Silicon bakeware 	✓*	X	✓*	X
Waxed paper 	✓	X	X	X
Brown paper bags 	X	X	X	X
Oven cooking bag 	✓	✓*	✓*	✓
Paper towels and napkins 	✓	X	X	X
Thermometers microwave safe 	✓	X	X	X
conventional 	X	✓	✓	X

Cooking mode

Cooking mode	Use of accessories	Uses	Containers
MICROWAVE 	None (Glass tray only)	<ul style="list-style-type: none"> Defrosting Reheating Melting: butter, chocolate, cheese. Cooking fish, vegetables, fruits, eggs. Preparing: stewed fruits, jam, sauces, custards, meat, fish. Baking cakes without colour. No Preheating	Use microwaveable, plates or bowls e.g. Pyrex®, directly on the glass tray. No metal.
GRILL 	High wire rack or Low wire rack or Crispy plate	<ul style="list-style-type: none"> Grilling of thin meat or fish fillet. Toast grilling. Browning of dishes or meringue pies. No Preheating	If you use containers, use heatproof dishes, plates or bowls e.g. Pyrex® directly on the wire rack or on glass tray.
CONVECTION 	High wire rack or Low wire rack or Crispy plate	<ul style="list-style-type: none"> Baking of small items with short cooking times: puff pastry, cookies, roll cakes. Special baking: bread rolls, sponge cakes. Baking of pizzas and tarts. Preheating advised	Heatproof, metal tin can be used on the wire rack. Do not place dishes directly on glass tray.
GRILL + CONVECTION C-6 (COMBINATION 6) 	High wire rack or Low wire rack or Crispy plate	<ul style="list-style-type: none"> Roasting meats, thick steak. Roasting fish, vegetable. Preheating advised	Heatproof, metal tin can be used on the wire rack. Do not place dishes directly on glass tray.

Cooking mode	Use of accessories	Uses	Containers
GRILL + MICROWAVE C-1, C-5 (COMBINATION 1, 5) 	High wire rack or Low wire rack or Crispy plate	<ul style="list-style-type: none"> • Cooking lasagne, meat, potatoes or vegetable gratins. • Grilling chicken pieces (Turn over on halfway). No Preheating	Microwaveable and heatproof dishes placed directly on the wire rack or on glass tray. Crispy plate on glass tray. No metal.
GRILL + CONVECTION + MICROWAVE C-2, C-3, C-4 (COMBINATION 2, 3, 4) 	High wire rack or Low wire rack or Crispy plate	<ul style="list-style-type: none"> • Roasting meat and poultry • Reheating and crisping (quiche, pizza, bread, lasagne, gratin). Preheating if necessary	Microwaveable and heatproof dishes placed directly on the wire rack or on glass tray. Crispy plate on glass tray. No metal.

■ **Note**

Do not use the Crispy plate with the wire rack.

Child safety lock

This feature will make the oven controls inoperable; however, the door can be opened. Child safety lock can be set when the display shows a dot.

To Set:



Press Start 3 times within 10 seconds.

🔑 lights up on the display.
"Child" is indicated on the display.

To Cancel:



Press Stop/Cancel 3 times within 10 seconds.

🔑 lights off.

Quick Start Function

This function allows you to quickly start the 1000 W (High) MICROWAVE programme.



Turn the dial to set the cooking time.

MICROWAVE power level is automatically set to 1000 W (High).

Press Start.

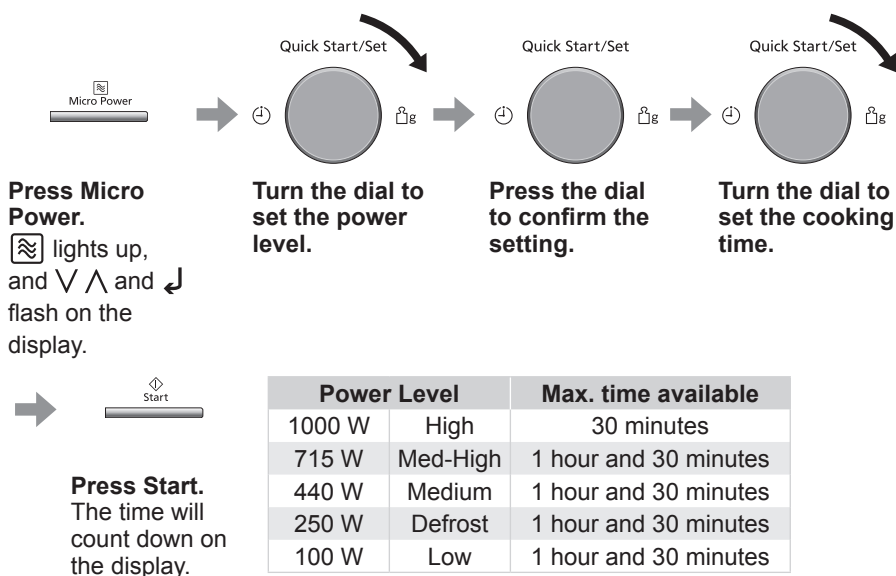
The 1000 W (High) MICROWAVE power programme will start and the time on the display will count down.

■ Notes

1. Maximum cooking time for the QUICK START function is 30 minutes.
2. You can use the QUICK START function to set the first stage of MULTI-STAGE COOKING. Set the second or third stage after turning the dial. See page 28 for the MULTI-STAGE COOKING.

Microwave cooking and defrosting

The glass tray must always be in position when using the oven. There are 5 different microwave power levels available (see the chart below).



■ Notes

1. After cooking finishes, "Add" will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to page 30 to details.)
2. You can change the cooking time during cooking if required. Turn dial to increase or decrease the cooking time. Time can be increased/decreased in 10 seconds increments, up to 10 minutes.
3. While cooking, the glass tray may vibrate. This will not affect cooking performance.
4. For MULTI-STAGE COOKING, refer to page 28.
5. DO NOT use MICROWAVE only with any metallic accessory in the oven.
6. Always check the food during defrosting by opening the door then restarting. It is not necessary to cover food during defrosting. To ensure an even result, stir, turn or separate several times during defrosting. For large joints and poultry, turn halfway through defrosting.

Continued on the next page

Microwave cooking and defrosting

Defrosting Guidelines

Tips for Defrosting

Check the defrosting several times, even if you use the auto programmes. Observe the standing times.

Standing Times

Individual portions of food may be cooked almost immediately after defrosting. It is normal for large portions of food to be frozen in the centre. After defrosting, allow to stand for a **minimum of one hour**. During this standing time, the temperature becomes evenly distributed and the food is defrosted by conduction.

N.B. If the food is not going to be cooked immediately, store it in the refrigerator.

Never refreeze defrosted food without first cooking it.

Minced Meat or Cubes of Meat and Seafood



Since the outside of these foods quickly defrosts, it is necessary to separate them, break the blocks into pieces frequently while defrosting and remove them when they have defrosted.

Small Portions of Food



Chops and chicken pieces must be separated as soon as possible so that they defrost evenly throughout.

Fatty parts and the ends defrost more quickly. Place them near the centre of the glass tray.

Bread

Loaves will require a standing time of 5-30 minutes to allow the centre to thaw. Standing time can be shortened if slices are separated and rolls and loaves cut in half.

Grilling

GRILL is particularly useful for thin slices of meat, steaks chops, kebabs, sausages or pieces of chicken. It is also suitable for hot sandwiches and all gratin dishes.

Use of accessories



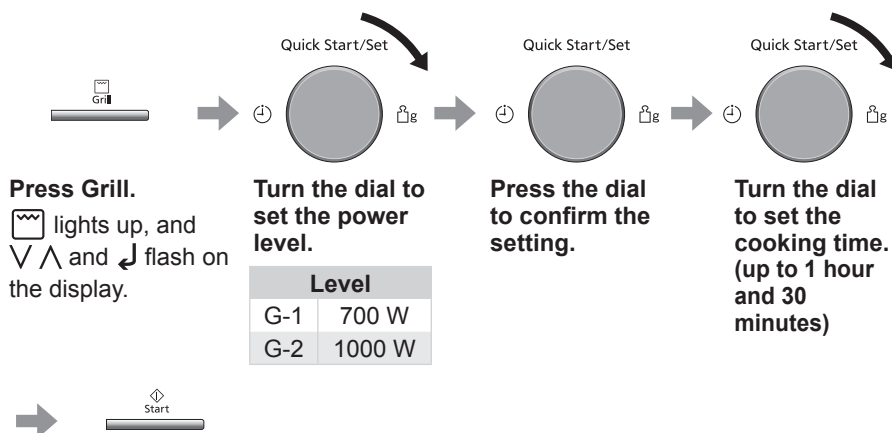
High wire rack



Low wire rack



Crispy plate



Continued on the next page

Grilling

■ Notes

1. After cooking finishes, "Add" will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to page 30 to details.)
2. You can change the cooking time during cooking if required. Turn dial to increase or decrease the cooking time. Time can be increased/decreased in 10 seconds increments, up to 10 minutes.
3. Place food on wire rack on glass tray. Place a heatproof plate underneath to catch fat and drips.
4. Never cover foods when grilling.
5. DO NOT preheat the oven.
6. There is no microwave power used in GRILL cooking.
7. Most foods require turning halfway during cooking. When turning food, open oven door and CAREFULLY remove wire rack using oven gloves.
8. After turning, return food to the oven and close door, and then press Start. The oven display will continue to count down the remaining grilling time.
9. The grill elements will glow on and off during cooking - this is normal.
10. DO NOT touch heating device on top of inside cavity while cavity is hot. Heating device may be still hot.
11. After GRILL use, the product may not operate for some time to prevent overheating.

■ CAUTION!

The wire rack must always be used with the glass tray in position. Remove wire rack from oven by holding the rack and heatproof dish firmly. Use oven gloves when removing accessories. Never touch the outside window or inside metal parts of the door or oven when taking food in or out due to the high temperatures involved.

Convection cooking

The convection oven has a heating element with fan to give the dry heating needed to produce crisp, browned exteriors. Most conventional recipes will be suitable for use. (e.g. cookies, cakes, meat items and baked items) Most baked items require preheating the oven.

Use of accessories



High wire rack

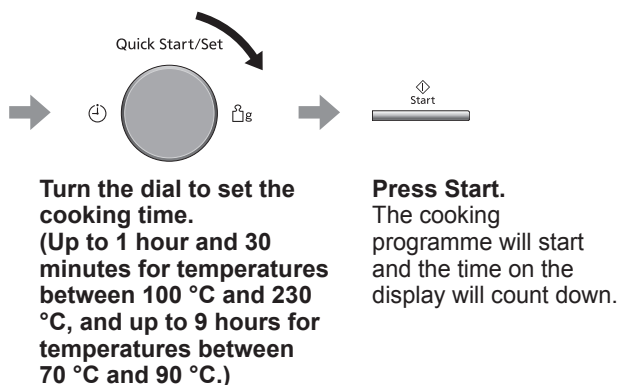
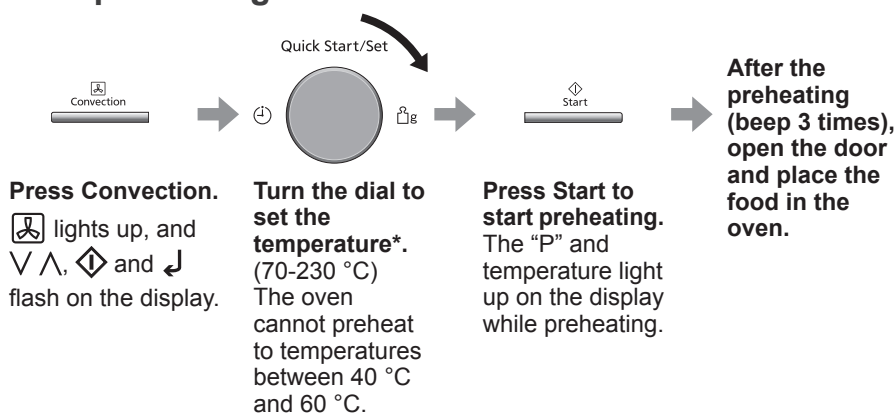


Low wire rack



Crispy plate

With preheating

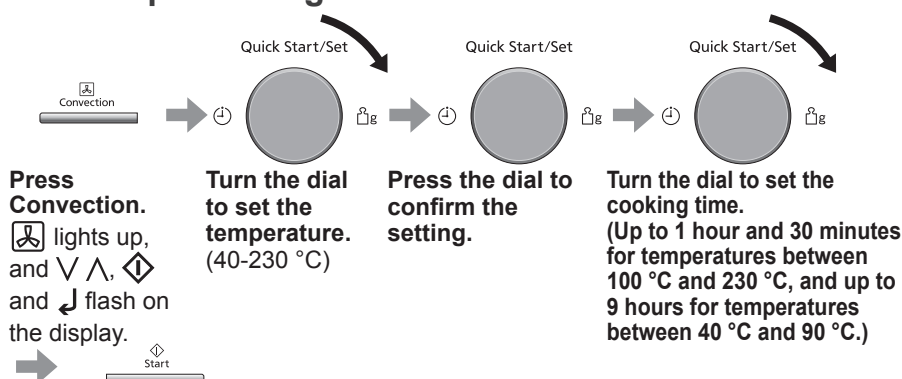


* You can also press Convection repeatedly to select the temperature.

Continued on the next page

Convection cooking

Without preheating



Temperature	Pre-prepared dishes
40 °C	Proving bread and pizza dough, Yogurt
50-70 °C	Keep Warm
80-90 °C	Dehydration (Herbs, fruits)
100-110 °C	Meringues*
120-140 °C	Meat and fish pate
150-160 °C	Baked eggs, custard pudding
170-190 °C	Quiche*, cookies*, biscuits*, fruit cake, macaroons*, choux pastry*, sponge cake
200-210 °C	Roast meat, slow-cooked or braised meat, bread
220-230 °C	Pizza*, tarts*, gratins*

* Using the High wire rack is recommended if you want the food well-baked.

Notes

1. After cooking finishes, "Add" will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to page 30 to details.)
2. You can change the cooking time during cooking if required. Turn dial to increase or decrease the cooking time. Time can be increased/decreased in 10 seconds increments, up to 10 minutes.
3. When the oven reaches the preheating temperature, the temperature will flash, and the beep will sound 3 times to remind you to put the food into the oven. Open the oven door, put the food into the oven, and close the door.
4. Cooking time can be input after the oven reaches the preheating temperature. If the time is not input within 30 minutes, the oven will stop preheating, beep 5 times and return to standby mode.
5. The oven cannot preheat for 40-60 °C setting.

CAUTION!

The wire rack must always be used with the glass tray in position. Remove wire rack from oven by holding the rack and heatproof dish firmly. Use oven gloves when removing accessories. Never touch the outside window or inside metal parts of the door or oven when taking food in or out due to the high temperatures involved.

Combination cooking

COMBINATION means that it is possible to combine the **MICROWAVE**, **GRILL** and **CONVECTION** function for thawing, cooking, and heating foods. The **MICROWAVE** power cooks food quickly while the **GRILL** and **CONVECTION** gives traditional browning and crisping.

Use of accessories



High wire rack



Low wire rack



Crispy plate

Display (Level)	Combination	Uses
C-1 (COMBINATION 1)	MICROWAVE: 450 W	Gratin, pasta bake, lasagne, roast potato
	GRILL: 700 W	
	CONVECTION: —	
C-2 (COMBINATION 2)	MICROWAVE: 250 W	Small pastry items
	GRILL: 950 W	
	CONVECTION: 200 °C*	
C-3 (COMBINATION 3)	MICROWAVE: 250 W	Frozen pizza, whole chicken, quiche, pies
	GRILL: 480 W	
	CONVECTION: 200 °C*	
C-4 (COMBINATION 4)	MICROWAVE: 450 W	Frozen potato products, chicken portions, roasted vegetable
	GRILL: 700 W	
	CONVECTION: 200 °C*	
C-5 (COMBINATION 5)	MICROWAVE: 250 W	Sandwiches, reheat pizza
	GRILL: 950 W	
	CONVECTION: —	
C-6 (COMBINATION 6)	MICROWAVE: —	Roasting meat, chilled pizza, whole fish, sausage, roasted shrimp
	GRILL: 950 W	
	CONVECTION: 200 °C*	

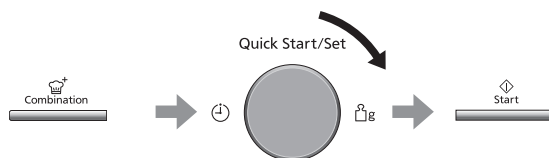
* The temperature may not reach 200 °C depending on the food and cooking time.

Continued on the next page

Combination cooking

With preheating

- Preheating is not available for COMBINATION 1 (C-1) and COMBINATION 5 (C-5).

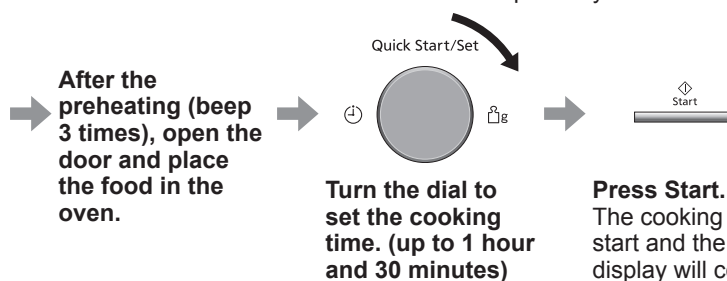


Press Combination.

Turn the dial to select the suitable level in the chart on page 25*.
The indicators corresponding to the COMBINATION level lights up.

Press Start to start preheating.
The "P" and temperature light up on the display while preheating.

* You can also press Combination repeatedly to select the suitable level.

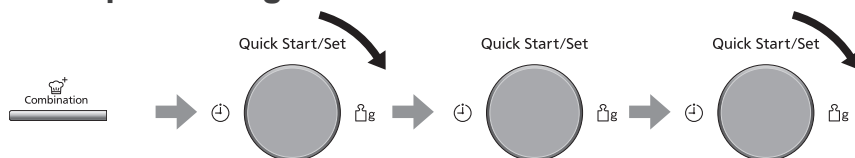


After the preheating (beep 3 times), open the door and place the food in the oven.

Turn the dial to set the cooking time. (up to 1 hour and 30 minutes)

Press Start.
The cooking programme will start and the time on the display will count down.

Without preheating



Press Combination.

Turn the dial to select the suitable level in the chart on page 25*.
The indicators corresponding to the COMBINATION level lights up.

Press the dial to confirm the setting.

Turn the dial to set the cooking time. (up to 1 hour and 30 minutes)



Press Start.
The time will count down on the display.

* You can also press Combination repeatedly to select the suitable level.

■ Notes

1. After cooking finishes, "Add" will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to page 30 to details.)
2. You can change the cooking time during cooking if required. Turn dial to increase or decrease the cooking time. Time can be increased/decreased in 10 seconds increments, up to 10 minutes.
3. The wire racks are designed to be used for COMBINATION, GRILL and CONVECTION. Never attempt to use any other metallic accessory except the accessories provided with the oven. Place a heatproof dish underneath to catch any fat or drips.
4. DO NOT use COMBINATION if operating the oven with less than 200 g of food on a manual programme. For small quantities, do not cook by COMBINATION, but cook by GRILL, CONVECTION or MICROWAVE ONLY for best results.
5. Never cover foods when cooking on COMBINATION.
6. Arcing may occur accidentally if the incorrect weight of food is used, the wire rack has been damaged, or a metallic container has been used. Arcing is flashes of blue light seen in the microwave oven. If this occurs, stop the oven immediately.
7. DO NOT use plastic microwave containers on COMBINATION programmes (unless suitable for COMBINATION cooking.) Dishes must be able to withstand the heat of the top grill - heatproof glass or ceramic is ideal.
8. DO NOT use your own metallic dishes or tins on COMBINATION 1 - 5 (C1-C5), as the microwaves will not penetrate the food evenly.
9. Cooking time can be input after the oven reaches the preheating temperature. If the time is not input within 30 minutes, the oven will stop preheating, beep 5 times and return to standby mode.

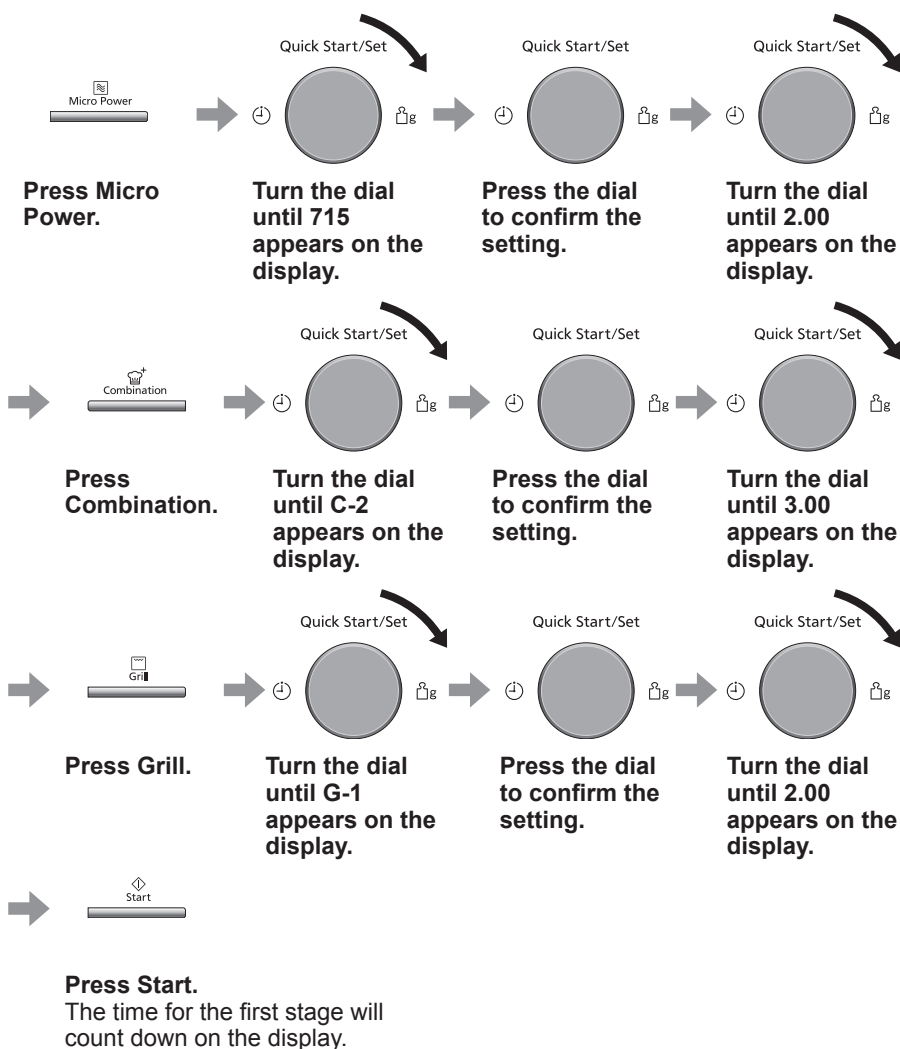
■ CAUTION!

The wire rack must always be used with the glass tray in position. Remove wire rack from oven by holding the rack and heatproof dish firmly. Use oven gloves when removing accessories. Never touch the outside window or inside metal parts of the door or oven when taking food in or out due to the high temperatures involved.

Multi-stage cooking

This feature allows you to programme up to 3 stages of cooking continuously.

Example: To continually set 715 W (Medium) MICROWAVE power for 2 minutes, COMBINATION 2 power for 3 minutes and GRILL 1 power for 2 minutes.



■ Notes

1. After cooking finishes, “Add” will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to page 30 to details.)
2. Preheating, Auto menu cannot be used with MULTI-STAGE COOKING.
3. When operating, 2 beeps will sound between each stage, and 5 beeps will sound after all stages have finished.
4. 1000 W (High) MICROWAVE power can be set only once in MULTI-STAGE COOKING.

Quick 30 feature

This feature allows you to set cooking time in 30 seconds increments up to 5 minutes at 1000 W (High) MICROWAVE power. It is only available for MICROWAVE.



Press Quick 30 to set the desired cooking time.
Time appears on the display.

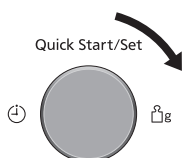
Press Start.
The time will count down on the display.

■ Notes

1. After cooking finishes, “Add” will be displayed for about 1 minute. During this time, you can use the Add Time feature. (Refer to below to details.)
2. If desired, you can use other power levels. Select the desired power level before pressing Quick 30.
3. After setting the time by Quick 30, you cannot use dial.

Add time feature

This feature allows you to add cooking time at the end of previous cooking. It is available for MICROWAVE, GRILL, CONVECTION and COMBINATION cooking.



After the cooking, while “Add” is displayed, turn the dial to set the additional cooking time.
Up to 30 minutes for 1000 W (High) MICROWAVE power, 9 hours for 40-90 °C convection, and 1 hour and 30 minutes for other cooking modes.

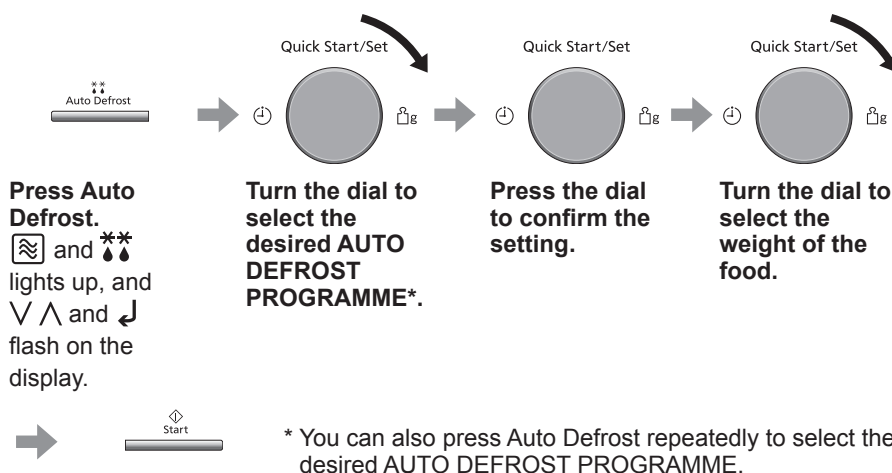
Press Start.
The time will count down on the display.

■ Notes

1. After the operation is finished, “Add” is displayed for about 1 minute on the display. While displaying, you can use ADD TIME feature again.
2. ADD TIME feature will be cancelled, if you do not perform any operation for 1 minute after cooking.
3. ADD TIME feature can be used after MULTI-STAGE COOKING. The power level is the same as the last stage.
4. ADD TIME feature is not available for AUTO PROGRAMMES.

Auto Defrost

With this feature you can defrost frozen food according to the weight.



Programme	Instructions
d-1: Small Pieces	Weight: 0.2 kg - 1.0 kg For defrosting small pieces of meat, escallop, sausages, minced meat, steak, chops, fish fillets (each 100 g to 400 g). Turn at beeps. Allow to stand for 15 to 30 minutes.
d-2: Big Piece	Weight: 0.6 kg - 1.6 kg For defrosting big pieces of meat, whole chicken, meat joints. Standing time of 1 to 2 hours should be allowed after defrosting. Turn at beeps.
d-3: Bread/Cake	Weight: 0.1 kg - 0.6 kg For defrosting bread (loaf, slices, rolls) and cakes. Cream cakes, desserts and iced cakes are unsuitable for this programme. Turn at beeps. Allow bread to stand for 10 (white light bread) to 30 minutes (dense rye bread). Cut large loaves in half during standing time.

Auto Menu

Pointers to successful use of Auto Menu

The recipes are simplified to suit the modern life style. They are easy to follow and can be attempted even by the beginners, by carefully following the instructions. Please read these pointers to get the best results.

All ingredients should be at room temperature.
Standard measuring cups and spoons must be used.
1 cup = 250 ml
1 tbsp = 15 ml
1 tsp = 5 ml

While it is necessary to measure the main ingredients accurately, varying the seasoning as per taste will not affect the performance of the auto menus. Use good quality ingredients and tender vegetables. Use the recommended size of containers. Read the recipe carefully and measure and prepare all the ingredients according to the instructions, before starting to cook.

Many recipes have two stages of cooking and a beep between them.

The beep time is mentioned in the instructions. Be ready to open the door of the oven immediately after the beep. If you miss the beep, the ingredients in the first stage will continue to cook and if you add the 2nd stage ingredients later than beep stage, they may not cook well. Protect your hands with oven mittens or cotton towel while handling the hot dishes.

Once you have opened the oven door after the beep, you have 6 minutes to add the 2nd stage ingredients as in the instructions, until start key is pressed. Therefore there is no need to rush with the next step. Carefully take out the dish, add the next set of ingredients. (which should be kept ready before starting the cooking) Mix well and continue with the cooking. This can be done at a comfortable pace. However, avoid needless delay.

List of the Auto Menu

Auto Reheat

Display	Menu	Page
1	Reheat Soup/Beverage	35
2	Reheat Meal	36
3	Reheat Fried Items	36

Healthy Menu/Re-Bake

Display	Menu	Page
4	Arabic Bread	37
5	Croissants	37
6	Frozen Potato Fries	38
7	Fried Chicken	38
8	Chilled Breaded Products	39
9	Frozen Breaded Products	39

Main Dish

Display	Menu	Page
10	Steamed Rice	40
11	Peas Pulao	40
12	Veg Biryani	41
13	Fish Pulao	42
14	Kichidi	42
15	Pongal	43
16	Veg Hot Pot	43
17	Corn and Capsicum Rice	44
18	Kabsa Rice	44
19	Tomato Rice	45
20	Paneer Pudina Pulao	46
21	Palak Rice	46
22	Chicken/Mushroom Fried Rice	47
23	Lemon Rice	48
24	Orange Rice	48
25	Sesame Rice	49
26	Coconut Rice	49

Tandoori/Grill

Display	Menu	Page
27	Paneer Tikka	50
28	Tandoori Chicken	51
29	Chicken Tikka	52

Display	Menu	Page
30	Fish Fry	52
31	Chicken Lollipop	53
32	Aloo Tikki	54
33	BBQ Chicken	54
34	Fish Cutlet	55
35	Sheek Kabab	56
36	Grilled Prawns	56
37	Murgh Malai Kabab	57
38	Tandoori Fish	58

Japanese

Display	Menu	Page
39	Yakitori Skewered Chicken	59
40	Chicken Teriyaki	60
41	Sukiyaki	60
42	Marinated Chicken Nanban Style	61
43	Kinpira	61
44	Simmered Pumpkin	62
45	Simmered Chicken and Radish	62
46	Simmered Eggplant	63
47	Karela Curry	63

Soup/Snack

Display	Menu	Page
48	Tomato Soup	64
49	Mushroom Soup	65
50	Chicken Vegetable Soup	65
51	Vegetable Soup	66
52	Tomato Rasam	66
53	Hara Shorba	67
54	Cook Potato	67
55	Idly	68
56	Soup Bread Cubes	68
57	Dhokla	69
58	Chilli Cheese Toast	69
59	Pizza	70
60	Sausage	70
61	Upma	71

Continued on the next page

Auto Menu

Display	Menu	Page
62	Aloo Poha	71
63	Spicy Corn	72
64	Rawa Idly	72

Dessert/Cake/Cookie

Display	Menu	Page
65	Sooji Halwa	73
66	Carrot Halwa	74
67	Rice Kheer	74
68	Sweet Custard	75
69	Besan Laddoo	75
70	Kesar Bhath	76
71	Semiya Kheer	76
72	Carrot Kheer	77
73	Qubani Ka Meeta	77
74	Doodhi Halwa	77
75	Prashaad Halwa	78
76	Phirni	78
77	Basundi	79
78	Apple Crumble	79
79	Khova Pudding	80
80	Date Delight	80
81	Chocolate Bread Pudding	81
82	Banana Pudding	82
83	Brownies	83
84	Eggless Chocolate Cake	83
85	Chocolate Fudge Cake	84
86	Orange Cake (with cinnamon on top)	84
87	Butter Cake	85
88	Raisin Muffins	85
89	Fruit Cake	86
90	Coconut Cake	87
91	Eggless Banana Cake	88
92	Nan Khathai	88
93	Pista Biscuits	89
94	Chocolate Chip Cookies	89
95	Cherry Biscuits	90
96	Peanut Cookies	90

Side Dish (Gravy)

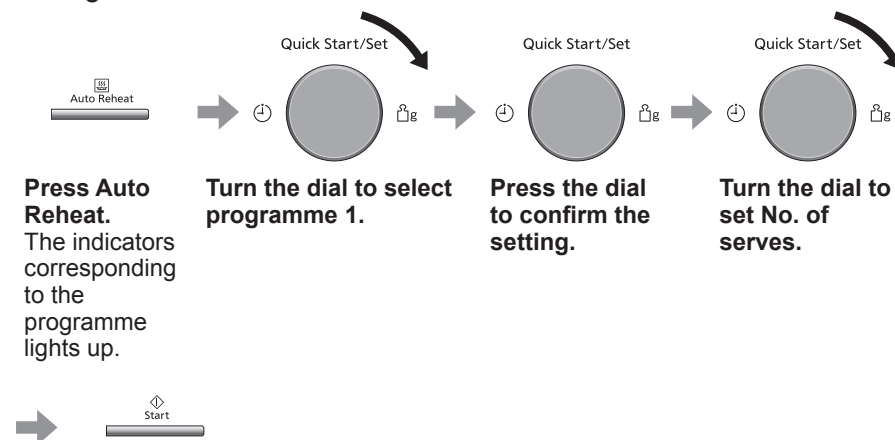
Display	Menu	Page
97	Aloo Matar	91
98	Paneer/Chicken Makhni	92
99	Veg Rasdar	93
100	Fish Coconut Curry	93
101	Shahi Mushroom Curry	94
102	Prawn Malai Curry	95
103	Potato Aloo Bhaji	95
104	Veg Stew	96
105	Fish Tamarind Curry	96
106	Kadi	97
107	Cook Dal	97
108	Mooli Sambar	98
109	Palak Dal	98
110	Pumpkin Raitha	99
111	Baby Corn Curry	99
112	Veg Red Curry	100
113	Prawn Green Curry	100
114	Masoor Dal	101
115	Sweet Sour Pumpkin	101

Side Dish (Dry)

Display	Menu	Page
116	Cook Vegetables	102
117	Steam Fish	102
118	Potato Curry	103
119	Chicken Kadai Masala	103
120	Chutney Fish	104
121	Sprouted Moong Salad	104
122	Stuffed Brinjal	105
123	Kheema Masala	105
124	Spicy Fish Scramble	106
125	Hot and Sour Plantain	106
126	Paneer Burji	107
127	Jeera Aloo	107
128	Warak Enab	108
129	Cauliflower Sabji	108
130	Bhindi Masala	109
131	Lime Pickle	109

Auto Reheat

■ Programme 1



Press Auto Reheat.
The indicators corresponding to the programme lights up.

Turn the dial to select programme 1.

Press the dial to confirm the setting.

Turn the dial to set No. of serves.

Press Start.
The time will count down on the display.

Programme 1 Reheat Soup/Beverage

Accessory



This programme is for reheating hot drink (e.g. tea, coffee, milk and soup).

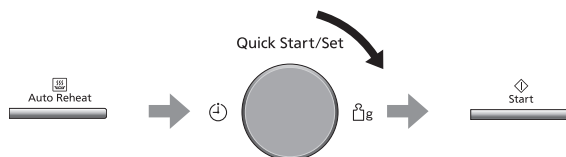
Programme	No. of Serves	Recipe
1C	1 cup	1 serve = 150 ml at room temperature Expected total cooking time/60 sec.
2C	2 cups	1 serve = 150 ml at room temperature Expected total cooking time/1 min. 50 sec.
3C	3 cups	1 serve = 150 ml at room temperature Expected total cooking time/2 min. 40 sec.

Notes:

1. Stir the liquid before heating, as heated liquids can erupt if not mixed with air. For thick beverage (e.g. milk and soup), stir about halfway through heating to prevent eruption.
2. Do not cover hot drinks such as tea or coffee. Cover soup with a saucer to avoid any risk of eruption.
3. After heating, stir again carefully and allow to stand for a short time.

Auto Menu

■ Programme 2,3



Press Auto Reheat.

The indicators corresponding to the programme lights up.

Turn the dial to select desired programme.

Press Start.

The time will count down on the display.

Programme 2 Reheat Meal

Accessory



Recipe

This menu can be used to serve a standard meal for 1 on plate (example rice, curry, sabji; pulao, biriyani/kichidi/pongal/noodles/fried rice and side dish; idly, sambar etc which are at room temperature.)

Expected total cooking time/1 min. 30 sec.

Programme 3 Reheat Fried Items

Accessory

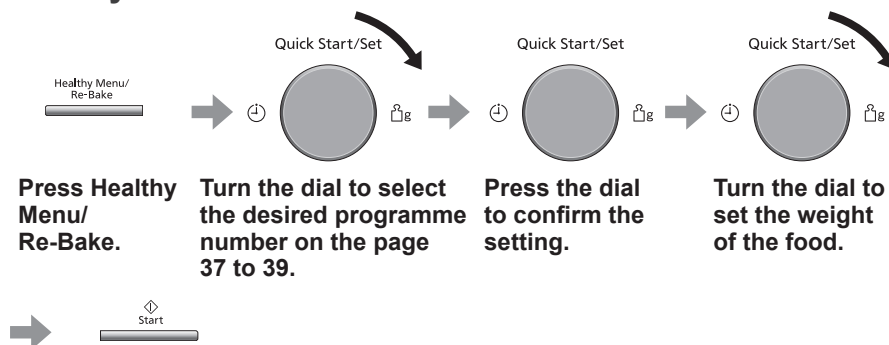


Recipe

This is useful to reheat Samosa, Vada, Doughnut, Puffs etc, which are at room temperature. Heat 1 or 2 pieces at a time.

Expected total cooking time/2 min. 30 sec.

Healthy Menu/Re-Bake



Programme 4 Arabic Bread

Weight: 0.05 kg / 0.1 kg / 0.15 kg / 0.2 kg

For reheating frozen Arabic Bread.

Accessory



Step 1	Beep	Step 2
Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 4, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Place Arabic Bread on the High wire rack and press Start. After cooking, leave the bread on a wire rack for a few minutes.

Programme 5 Croissants

Weight: 0.05 kg / 0.1 kg / 0.15 kg / 0.2 kg

For re-baking croissants. This programme is suitable for reheating, browning and crisping pre-purchased croissants from room temperature.

Accessory



Step 1	Beep	Step 2
Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 5, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Place croissants on Low wire rack and press Start. After cooking, place on a wire rack for a few minutes.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 6 Frozen Potato Fries

Weight: 0.1 kg / 0.2 kg / 0.3 kg

For cooking pre-purchased frozen potato products that are suitable for grilling, e.g. french fries, home fries.

For best results, cook in a single layer.

Note: Potato fries products vary considerably.

We suggest checking a few minutes before the end of cooking to assess levels of browning.

Accessory



Step 1	Beep 1	Step 2
Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 6, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Place the potato fries on the Crispy plate and place it on the High wire rack in the oven. Press Start.
Beep 2		Step 3
Wait for beeps.		After beeps, turn/stir. Press start. When done serve hot.

Programme 7 Fried Chicken

Weight: 0.2 kg / 0.3 kg / 0.4 kg / 0.5 kg

Accessory



Ingredients

Chicken (Drum stick)	400 g	Kosher salt	1 pinch
Garlic cloves, peeled and minced	2	Ground pepper	½ tsp.
Ground ginger	2 tsp.	Plain flour	30 g
Mixed spice	1 tsp.		

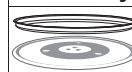
Step 1	Beep 1	Step 2
Mince garlic. In a small bowl, combine ginger, mixed spice, salt and pepper and Mix well. Coat chicken with the mixture. Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 7, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Place chicken on the High wire rack on the glass tray with a shallow dish underneath to collect drips. Press start.
Beep 2		Step 3
Wait for beeps.		After beeps, turn. Press start. When done serve hot.

Programme 8 Chilled Breaded Products

Weight: 0.1 kg / 0.2 kg / 0.3 kg / 0.4 kg

For preparing chilled breaded products such as breaded chicken strips, fish goujons, popcorn chicken, chicken bites or breaded chicken fillets.

Accessory



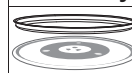
Step 1	Beep 1	Step 2
Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 8, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Remove all packaging and place the chilled breaded products on the Crispy plate. Press Start.
Beep 2		Step 3
Wait for beeps.		After beeps, turn. Press start. When done serve hot.

Programme 9 Frozen Breaded Products

Weight: 0.1 kg / 0.2 kg / 0.3 kg / 0.4 kg

For preparing frozen breaded products such as frozen popcorn chicken, frozen chicken nuggets, frozen turkey drummers, frozen fish fingers, frozen scampi.

Accessory

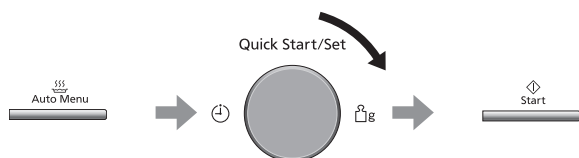


Step 1	Beep 1	Step 2
Press Healthy Menu/Re-bake, turn the dial to select the Auto Menu programme 9, press the dial, turn the dial to select weight, and press start. Preheat will start.	Wait for beeps. (Beeps when the preheat is finished.)	Remove all packaging and place the frozen breaded products on the Crispy plate. Press Start.
Beep 2		Step 3
Wait for beeps.		After beeps, turn. Press start. When done serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Main Dish



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 40 to 49.

Press Start.

Programme 10

Steamed Rice

Number of serves: 3

Ingredients

Rice	1 cup
Water	
2- 2 ½ cups, depending on quality of rice	
Expected total cooking time/18 min.	

Accessory



Wash the rice well and drain. Put it in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 1 ½ L) Add the measured water. Soak for 15 minutes. Cover the casserole partially with a lid, leaving a vent. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 10, and press start. When done, stand covered for 5 min. Then gently fluff up the rice with a fork.

Programme 11

Peas Pulao

Number of serves: 3

Ingredients

Basmathi Rice	1 cup	Salt to taste
Water	2-2 ¼ cups	Fresh/frozen green peas
Oil or Ghee	2 tbsp	½ cup (if using frozen peas, soak in water for 15 minutes and drain)
Onion	1 cup, thinly sliced	Coriander leaves
Cloves	4	2 tbsp, chopped
Cardamom	3	
Cinnamon	2 pieces	Expected total cooking time/33 min.

Accessory



Step 1	Beep	Step 2
<p>Wash the rice well and drain. Add the measured water and soak for 15 min. Add salt, green peas and coriander leaves and reserve.</p> <p>Pour oil/ghee in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Add onion, cloves, cardamom and cinnamon. Mix well.</p> <p>Place the casserole in the oven.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 11, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (8 min. after start)</p>	<p>After the beeps, add the rice with the water and peas. Mix well and place it in the oven.</p> <p>Cover partially, leaving a vent. Press start. When done, stand covered without disturbing for 5 min. Fluff up gently with a fork and serve hot.</p>

Programme 12 Veg Biriyani

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Basmati rice	1 cup	Onion	1 cup, thinly sliced
Water	2 ¼ cups	Green chillies	2, minced
Salt to taste		Ginger	1 tsp, minced
Mint leaves	2 tbsp, chopped	Garlic	2 tsp, minced
Coriander leaves	2 tbsp, chopped	Cloves	3
Mixed vegetables		Cinnamon	2 pieces
	1 cup, cut into ½ cm cubes	Cardamom	3
Chilli powder	½ tsp	Star anise	1
Turmeric powder	½ tsp		
Coriander powder	½ tsp		
Ghee/oil	2 tbsp		
		Expected total cooking time/30 min.	

Step 1	Beep	Step 2
<p>Wash the rice and drain well. Add 2 ¼ cups of water and soak for 15 min. Add salt, mint and coriander leaves, mixed vegetables and all the powders.</p> <p>Pour the ghee or oil in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L.) Add all the ingredients from onion to star anise. Place it in the oven.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 12, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (5 min. after start)</p>	<p>After the beeps, add the rice mixture, along with soaking water. Mix gently. Cover partially with a lid and place it in the oven.</p> <p>Press start. When done, cover fully and leave without disturbing for 10 min.</p> <p>Mix gently and serve hot.</p>

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 13 Fish Pulao

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

King fish*	350 g, steamed	Cloves	3
Green chilli	1-2, minced	Cinnamon	2 pieces
Salt to taste		Ajwain	¼ tsp, optional
Garam masala	½ tsp	Bay leaf	1
Basmati Rice	1 cup	Pepper corns	½ tsp, crushed
Water	1 ½ cups	Fried onions to garnish, optional	
Tomato puree	¼ cup		
Coconut milk	¾ cup		
Salt to taste			
Chilli powder	½ tsp or to taste		
Oil	2 tbsp		

*Auto menu - Programme 117: Steam Fish; any other white flaky fish may be used

Expected total cooking time/27 min.

Step 1	Beep	Step 2
Discard the skin and bones from fish and flake it. Mix with salt, green chilli and garam masala. Wash the rice and drain well. Add water, coconut milk and tomato puree. Add salt and chilli powder. Pour the oil in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Add cloves, cinnamon, ajwain, (optional) bay leaf and pepper. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 13, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the rice mixture along with the soaking liquid. Mix well. Cover partially with a lid, leaving a vent. Place it in the oven and press start. When done, cover fully and leave without disturbing for 10 min. Gently mix in the fish. Serve after 5 min. garnished with fried onions. (optional)

Programme 14 Kichidi

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Rice	¾ cup	Oil	2 tbsp
Moong dal	½ cup	Cloves	3-4
Water	3 ½ cups	Cinnamon	2 pieces
Carrot	1 small, grated	Green chillies	2, slit
Beans	4-6, finely chopped	Onion	½ cup, chopped finely
Salt to taste			

Expected total cooking time/37 min.

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice and dal and drain. Add water, carrot, beans and salt and keep aside. Pour the oil in a microwave safe casserole, (Minimum capacity 2 L) and add cloves, cinnamon, green chillies. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 14, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the rice mixture, stir well, and place it in the oven, then press start. (do not cover) When done, mix well and keep covered at least for 5 min., before serving.

Programme 15 Pongal

Number of serves: 3

Accessory**Ingredients**

Rice	$\frac{2}{3}$ cup	Cumin seeds	1 tsp, crushed
Moong dal	$\frac{1}{3}$ cup	Asafoetida	$\frac{1}{4}$ tsp, optional
Water	4 cups	Salt to taste	
Ghee/oil	2 tbsp	Roasted cashew nuts	2 tbsp, chopped
Black pepper corns	$\frac{1}{2}$ tsp, crushed		
Expected total cooking time/39 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice and dal well. Drain and place in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Add rest of the ingredients. Place inside the oven. (do not cover), Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 15, and press start.	Wait for beeps (30 min. after start)	After the beeps, stir well and press start. When done, mix well and serve hot.

Programme 16 Veg Hot Pot

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked vegetables*	400 g	Water/vegetable stock	2 tbsp
Paneer/tofu 100 g cut into 2 cm cubes		Cheddar cheese	8 tbsp, grated
Salsa (store bought)	$\frac{1}{2}$ cup	*Auto menu - Programme 116: Cook Vegetables; choose from carrot, beans, green peas, capsicum, celery, Mushroom, baby corn.	
Salt and pepper to taste			
Mixed dried herbs	$\frac{1}{2}$ tsp, optional		
Butter	2 tbsp		
Corn flour	1 tbsp		
Expected total cooking time/6 min. 40 sec.			

Step 1	Beep	Step 2
Mix the vegetables with paneer/tofu, salsa, salt, pepper and herbs. Toss in butter. Mix corn flour with water and add to vegetable mixture. Place the mixture in a microwave safe 20-22 cm round dish. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 16, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, sprinkle cheese on top. Place it in the oven and press start. When done, serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 17 Corn and Capsicum Rice

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Basmati rice	1 cup	Salt to taste	
Water	2 ½ cups	Oil/ghee	2 tbsp
Red and green capsicum		Onion	½ cup, finely chopped
1 cup, cut into 1.5 cm pieces		Garlic	1 tbsp, finely chopped
Chilli powder	½ tsp	Cooked corn kernels	½ cup
Coriander powder	½ tsp	Coriander leaves	2 tbsp, chopped
Cumin powder	½ tsp		
Expected total cooking time/30 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice, drain and soak in 2 ½ cups of water for 15 min. Add red and green capsicum, chilli powder, coriander powder, cumin powder and salt. Pour the oil in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Add onion and garlic. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 17, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the rice mixture. Cover partially with a lid, leaving a vent. Place it in the oven and press start. When done, cover fully and leave aside for 5 min. Add cooked corn kernels and coriander leaves. Mix gently and serve hot.

Programme 18 Kabsa Rice

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Chicken thighs/legs	4 pieces	Salt	1 ⅔ tsp
Vegetable oils	1 ½ tbsp	Butter	35 g
Cloves (whole)	1 piece	Onion (diced)	1 piece
Cumin	⅓ tsp	Garlic cloves (minced)	4 pieces
Nutmeg	⅓ tsp	Tomato paste	⅓ cup
Coriander	⅓ tsp	Can diced tomatoes	½ can
Saffron	⅓ tsp	Basmati rice	1 ⅔ cups
Cardamom	⅓ tsp	Chicken broth	3 cups
Cinnamon	⅓ tsp	Raisins or dried apricots	⅓ cup
All spice	⅓ tsp	Almonds (slivered and toasted)	⅓ cup
White pepper	⅓ tsp	Black pepper	1 pinch
Dried lime powder	⅓ tsp		
Expected total cooking time/48 min.			

Place chicken pieces in a bowl and rub the chicken with vegetable oil until well coated. Mix all spices and salt in a small bowl. Wash rice and drain well. Put butter, onions and garlic in a microwave safe casserole, and cook on 1000 W (High) MICROWAVE power for 3 minutes until translucent and soft. Add diced tomatoes, and tomato paste to the casserole to make tomato sauce. Add the chicken and stir until well coated with the tomato sauce. Add rice and spices and mix well. Add chicken broth, cover with lid and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 18, and press start. Serve rice onto a dish placing the chicken pieces on top. Sprinkle with browned almonds, raisins/apricots, and a pinch of black pepper. Add more salt and pepper to taste.

Programme 19 Tomato Rice

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Steamed rice*	3 cups	Seasoning	
Tomato puree	¼ cup	Oil	2 tsp
Water	¼ cup	Mustard	1 tsp
Chilli powder	½ tsp	Urad dal	2 tsp
Salt to taste		Curry leaves	a few
Oil	1 ½ tbsp		
Onion	½ cup finely chopped (50 g)	*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice	
Green chilli	2, slit	Expected total cooking time/7 min. 50 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Mix the rice with tomato puree, water, chilli powder and salt. Pour the oil in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Add onion and green chillies. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 19, and press start.	Wait for beeps (3 min. 40 sec. after start)	After the beeps, add the rice mixture. Mix well, cover with a lid, place it in the oven and press start. When done, prepare the seasoning (tadka/bagar) and add. Mix gently and serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 20 Paneer Pudina Pulao

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Basamathi rice	1 cup	Garlic	6 cloves, finely chopped
Water	2-2 ½ cups	Green chillies	2, finely chopped
Salt to taste		Cloves	4
Mint leaves	½ cup, roughly chopped	Cinnamon	2 pieces
Oil/ghee	2 tbsp	Paneer cubes	150 g, fried
Onion	1 cup, thinly sliced		
Ginger	3 cm piece, finely chopped		
Expected total cooking time/31 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice, drain well and add 2-2 ½ cups of water. Let it soak for 15 min. Add salt and mint leaves. Pour the oil or ghee in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Add onion, ginger, garlic, green chillies, cloves and cinnamon. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 20, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps, add the rice with the water. Mix well. Partially cover with a lid, leaving a vent. Place it in the oven and press start. When done, keep covered for 5 min. Add the paneer cubes and mix gently. Serve hot.

Programme 21 Palak Rice

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Steamed rice*	3 cups	Garam masala powder	1 tsp
Salt	½ tsp	Kasoori methi	½ tsp
Oil	2 tbsp	Salt	½ tsp
Palak	2 cup, finely chopped	Lime juice to taste	
Green chillies	2, chopped		
Ginger	1 tsp, chopped		
Chilli powder	½ tsp		
Turmeric powder	½ tsp		
*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice			
Expected total cooking time/6 min. 50 sec.			

Step 1	Beep	Step 2
Mix rice with salt and keep aside. Pour the oil in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Add rest of the ingredients except the lime juice. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 21, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the rice, mix well and cover with a lid. Place it in the oven. Press start. When done, leave without disturbing for 5 min. Sprinkle lime juice on rice and mix gently. Serve hot.

Programme 22 Chicken/Mushroom Fried Rice

Number of serves: 3

Accessory**Ingredients**

Steamed rice*	3 cups	Mushrooms	½ cup, chopped
Soy sauce	1 tsp	OR	
Salt to taste		Cooked chicken**	½ cup, shredded
Water/chicken stock	¼ cup		
Oil	2 tbsp		
Spring onion	½ cup, chopped		
Capsicum	¼ cup, chopped		
*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice			
**Refer to <Cook chicken> below.			
Expected total cooking time/8 min. 20 sec.			

Step 1	Beep	Step 2
Mix steamed rice with Soy sauce, salt and water/chicken stock. Pour the oil in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L). Add spring onion, capsicum, and mushroom/chicken. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 22, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps, add the rice and mix well. Cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, serve hot.

<Cook Chicken>

Place the 500 g chicken pieces in a microwave safe casserole.

Dissolve the ½ tsp salt in 250 ml water and add to the chicken.

Cover with a lid and place it in the oven. Cook on 1000 W (High) MICROWAVE power for 7 min. 30 sec., then 440 W MICROWAVE power for 7 mins. When done, leave aside for 10 mins.

The chicken can be used in sandwiches and other recipes using cooked/shredded chicken. The stock and the chicken can be stored in refrigerator up to 3 days and used as required. It may be stored in the freezer up to 2 weeks.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 23 Lemon Rice

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Steamed rice*	3 cup, at room temperature	Urad dal	2 tsp
Turmeric powder	½ tsp	Green chillies	2-3, chopped
Chopped coriander leaves	2 tbsp	Curry leaves	a few
Water	¼ cup	Lime juice	2 tbsp
Salt to taste		*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice	
Oil	2 tbsp	Expected total cooking time/4 min. 40 sec.	
Mustard seeds	1 tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Mix all the ingredients from rice to salt together and keep aside. Pour the oil in a microwave safe dish. Add all the ingredients from mustard to curry leaves. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 23, and press start.	Wait for beeps (2 min. after start)	After the beeps, add the rice mixture, cover and place it in the oven, press start. When done, add lime juice, mix well and serve hot.

Programme 24 Orange Rice

Number of serves: 3-4

Accessory



Ingredients

Basamathi rice	1 cup	Onion	1 cup, thinly sliced
Water	1 ½ cups	Cloves	3
Orange juice (no added sugar)	1 cup	Cinnamon	2 pieces
Chilli powder	¾ tsp	Cardamoms	3
Coriander leaves	4 tbsp, chopped	Star anise	1
Salt to taste		Sha jeera	¼ tsp
Carrot	1 medium size, grated	Bay leaf	1
Ghee/oil	2 tbsp	Expected total cooking time/30 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice, drain well and add 1 ½ cup of water. Let it soak for 15 min. Add orange juice, chilli powder, coriander leaves, salt and carrot. Pour the oil in microwave safe casserole (Minimum capacity 2 L) Add all the ingredients from onion to bay leaf. Mix well and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 24, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps add the rice mixture. Mix well. Cover partially with a lid, leaving a vent. Press start. When done, cover and leave without disturbing for 5 min. Then gently mix and serve hot.

Programme 25 Sesame Rice

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

White sesame seeds	3 tbsp	Seasoning	
Steamed rice*	3 cups	Oil/ghee	1 tbsp
Grated coconut	1 cup	Mustard	1 tsp
Salt to taste		Urad dal	2 tsp
Water	¼ cup	Chana dal	2 tsp
Oil	2 tbsp	Peanuts	2 tbsp
Garlic	1 tbsp, finely chopped	Curry leaves	a few
Black pepper corns	2 tsp, crushed		
*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice		Expected total cooking time/7 min. 20 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Roast the sesame seeds till they pop. Mix them with rice and coconut. Add salt and water and keep aside. Pour oil in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Add garlic and pepper and mix well. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 25, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the rice mixture and mix well. Keep covered in the oven. Press start. When done, prepare the seasoning (Tadka, bagar) and add to the rice. Mix gently and serve hot.

Programme 26 Coconut Rice

Number of serves: 3-4

Accessory**Ingredients**

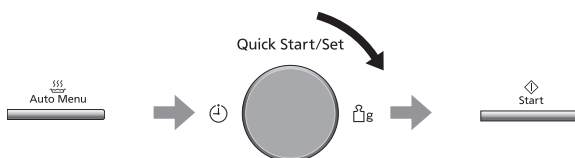
Steamed rice*		Chana dal	2 tbsp
3 cup, at room temperature		Red chillies	
Grated coconut	1 cup	2 (soak in water for 10 min., drain and cut into pieces)	
Salt to taste			
Water	¼ cup	*Auto menu - Programme 10: Steamed Rice	
Oil	3 tbsp	Expected total cooking time/7 min. 20 sec.	
Mustard	1 tsp		
Urad dal	1 tbsp		

Step 1	Beep	Step 2
Mix rice with coconut, salt and water. Pour the oil in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L). Add mustard, urad dal, chana dal and chilli pieces. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 26, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add rice, mix well and cover with a lid. Place it in the oven and press start. When done, mix well and serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Tandoori/Grill



Press Auto Menu.

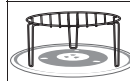
Turn the dial to select the desired programme number on the page 50 to 58.

Press Start.

Programme 27 Paneer Tikka

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Paneer	2 packets, 200 g each	Salt to taste
Curd	½ cup	Oil to brush
Ginger-garlic paste	1 tbsp	Lime juice, garam masala/chaat masala to garnish
Chilli powder	1 tsp or to taste	
Garam masala	1 tsp	
Expected total cooking time/35 min.		

Step 1	Beep	Step 2
<p>Cut each block of paneer into 6 pieces. Beat the curds till smooth and mix with rest of the ingredients except the oil and garnish.</p> <p>Keep covered for 1-2 hours. Thread the pieces on thin metal skewers or bamboo skewers, piercing the pieces through their length. (If using bamboo skewers, soak them in water for 1 hour.)</p> <p>Brush the high rack with oil and place the skewers on it. Brush the pieces with oil.</p> <p>Keep the rack in the oven and place a heat proof glass/crockery plate below it to catch the drippings.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 27, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (15 min. after start)</p>	<p>After the beeps, take out the rack, turn over the skewers and brush the pieces with oil. Place it in oven, press start.</p> <p>When done, serve the tikkas hot, sprinkled with lime juice and garam masala/ chaat masala. (optional)</p>

Programme 28 Tandoori Chicken
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Chicken pieces	8 (800 g)	Tandoori food colour	a little, optional
Lime juice	4 tbsp	Oil to brush	
Salt	1 ½ tsp	Salt, chilli powder and garam masala	1 tsp each for final coating
Curds	1 cup		
Ginger-garlic paste	2 tbsp		
Chilli powder	2 tsp or to taste	Onion rings and lemon pieces to garnish	
Tandoori chicken masala	2 tsp or to taste	Expected total cooking time/25 min.	
		(Excluding preheat time)	

Step 1	Beep 1	Step 2
<p>Make deep cuts all over the chicken pieces. Add lime juice and salt. Mix well and keep aside for 10 minutes. Beat the curds till smooth and add rest of the ingredients from ginger-garlic paste to tandoori food colour.</p> <p>Pour over the chicken. Mix well and keep covered for 3-4 hours at room temperature or longer in refrigerator. (If kept in refrigerator, take out at least 30 minutes before cooking.)</p> <p>Mix 1 tsp each of salt, chilli powder and garam masala together. Pick up the pieces from the marinade and shake away the excess marinade, and toss in the masala mix. Place the chicken pieces on high rack and brush with oil.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 28, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.</p>	<p>Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)</p>	<p>After the beeps, place the rack with the chicken in the oven.</p> <p>Place a heat proof glass/crockery plate below the rack to catch the drippings.</p> <p>Press start.</p>
Beep 2	Step 3	
<p>Wait for beeps (16 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the pieces and brush with oil.</p> <p>Press start. When done, garnish with onion rings and lemon pieces and serve hot with mint chutney.</p>	

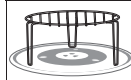
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 29 Chicken Tikka

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

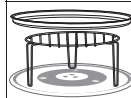
Boneless chicken breast	450-500 g	Kashmiri chilli powder	1 tsp
Lime juice	2 tbsp	Oil	2 tbsp
Salt to taste		Tandoori food colour	a little, optional
Curds	1 cup	Extra oil to brush	
Ginger-garlic paste	1 tbsp	Lime juice, garam masala/chaat masala to garnish	
Tandoori chicken masala	2 tbsp or to taste		
Expected total cooking time/29 min.			

Cut the chicken into 2 cm cubes. Toss with lime juice and salt. Keep aside for 15 min. Beat the curds till smooth and mix with rest of the ingredients except the oil and garnish. Add to chicken and mix well. Cover and marinate for 4 hours or over night in refrigerator. (If refrigerated, take it out at least 30 min. before cooking.) Pick out the chicken pieces from the marinade and shake away the excess marinade. Thread the pieces on thin metal skewers or bamboo skewers. (If using bamboo skewers, soak them in water for 1 hour.) Brush the high rack with oil and place the skewers on it. Brush the pieces with oil. Place the rack in the oven and place a heat proof glass/crockery plate below it to catch the drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 29, and press start. When done, serve the tikkas hot, sprinkled with lime juice and garam masala/chaat masala. (optional)

Programme 30 Fish Fry

Number of serves: 4

Accessory



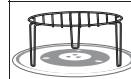
Ingredients

Use big flaky fish like king fish or Betki		Coriander powder	½ tsp
Fish slices		Salt to taste	
4, 1 cm thick (total weight 400 g approx.)		Egg white	1, lightly beaten
Ginger-garlic paste	2 tsp	Rice flour/corn flour to coat	
Chilli powder	2 tsp or to taste	Oil to brush	
Turmeric powder	½ tsp		
Expected total cooking time/10 min.			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Wash the fish and wipe dry. Combine ginger-garlic paste with all the powders and mix with egg white. Apply to both sides of fish slices and leave aside for 15 min. Spread some rice flour or corn flour on a plate and press fish slices in it to coat both the sides.</p> <p>Line the Crispy plate with aluminium foil and grease the foil very well with oil.</p> <p>Place the fish slices over it. Brush the slices with oil. Place the tray on high rack in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 30, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (6 min. after start)</p>	<p>After the beeps, carefully turn over the slices with a flat spatula. Brush with oil, place it in the oven and press start.</p> <p>When done, leave aside for 5 min. and serve hot.</p>

Programme 31 Chicken Lollipop
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Chicken lollipop	350-400 g	Egg	1, lightly beaten
Soy sauce	1 tsp	Bread crumbs to coat	
Vinegar	2 tsp	Oil to brush	
Ginger-garlic paste	2 tsp		
Chilli powder	1 tsp or to taste	Expected total cooking time/18 min.	
Sugar	½ tsp	(Excluding preheat time)	
Salt to taste			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Mix the chicken lollipops with Soy sauce, vinegar, ginger-garlic paste, chilli powder, sugar, and salt. Keep aside for 1-2 hours. Lift the lollipops from the marinade. Coat with egg and bread crumbs and brush with oil.</p> <p>Place them on the high rack. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 31, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.</p>	<p>Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)</p>	<p>Place the rack in the oven and place a heat proof glass/crockery plate below it to catch the drippings. Press start.</p> <p>When done, serve hot with chilli garlic sauce.</p>

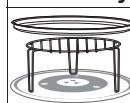
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 32 Aloo Tikki

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Cooked potato*	250 g	Chaat masala	½ tsp
Bread	2 slices, standard size	Salt to taste	
Green chillies	2 or to taste, minced	Oil to brush	
Ginger	½ tsp, minced		
Coriander leaves	1 tbsp, chopped		
Mint leaves	1 tbsp, chopped		
Garam masala	½ tsp		
*Auto menu - Programme 54: Cook Potato			
Expected total cooking time/15 min.			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Peel and mash the potato. Soak bread slices in water for 30 seconds.</p> <p>Squeeze out the water, mash the bread and add to potatoes. Add rest of the ingredients except the oil (Be careful with salt. Chaat masala is salty). Mix well and shape into 8 tikkis.</p> <p>Line the Crispy plate with aluminium foil and brush the foil with oil. Place the tikkis over it. Brush the tikkis with oil. Place the tray on high rack and place the rack inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 32, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (10 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the tikkis and brush with oil. Place the rack in the oven and press start. When done, serve hot.</p>

Programme 33 BBQ Chicken

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Bone less chicken breast	400 g	Curry powder	2 tsp or to taste
BBQ/HP sauce	1 ½ tbsp	Salt and pepper to taste	
Ginger-garlic paste	2 tsp	Oil to brush	
Vinegar	1 tbsp		
Expected total cooking time/19 min.			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Cut the chicken into 2 cm cubes. Add all the ingredients except the oil.</p> <p>Mix well and marinate for 3-4 hours or over night in refrigerator. (If left in refrigerator, take it out at least 30 minutes before cooking.)</p> <p>Soak 8 bamboo skewers in water for 1 hour.</p> <p>Lift out the chicken pieces from marinade and thread on the skewers. Brush the high rack with oil and place the skewers on it.</p> <p>Brush the pieces with oil.</p> <p>Place the rack in the oven.</p> <p>Place a heat proof glass or porcelain plate below the rack to catch the drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 33, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (16 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the skewers and brush the chicken with oil. Place it in the oven. Press start.</p> <p>When done, serve hot after 5 min.</p>

Programme 34 Fish Cutlet

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Steamed fish*	250 g	Egg and toasted bread crumbs to coat.
Green chillies	2-3, minced	Oil to brush
Ginger	1 tsp, minced	
Garam masala	1 tsp	*Auto menu - Programme 117: Steam Fish
Coriander leaves	2 tbsp, chopped	**Auto menu - Programme 54: Cook Potato
Salt to taste		
Cooked Potato**	150 g	
		Expected total cooking time/12 min.

Step 1	Beep	Step 2
<p>Discard the skin and bones from fish and flake it. Add green chillies, ginger, garam masala, salt and coriander leaves.</p> <p>Peel and mash the potato and add to fish. Mix well.</p> <p>Divide into 8 parts and shape into cutlets. Dip in beaten egg and coat with bread crumbs. Line the Crispy plate with aluminium foil and brush it with oil. Place the cutlets on it. Place the Crispy plate on the rack and place the rack in the oven.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 34, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (7 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the cutlets and brush with oil. Place it in the oven and press start. When done, serve hot.</p>

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 35 Sheek Kabab

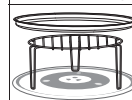
Number of serves: 3

Ingredients

Frozen Sheek Kababs (store bought)
250 g, approx.

Expected total cooking time/15 min.

Accessory



Take out the kababs from the freezer and thaw as per the directions on the pack. Brush the Crispy plate with 1 tbsp of oil. Place 6 kababs (total wt 250 g approx.) on it and brush them with oil. Place the tray on the high rack and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 35, and press start.

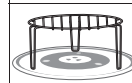
Programme 36 Grilled Prawns

Number of serves: 4

Ingredients

Peeled prawns	400 g	Ginger-garlic paste	2 tsp
HP sauce	2 tsp	Oil to brush	
Chilli sauce	1 tsp		
Chilli powder	½ tsp	Expected total cooking time/20 min.	
Salt to taste			

Accessory



Step 1	Beep	Step 2
<p>Soak 8 bamboo skewers in water for 1 hour.</p> <p>Mix prawns with all the ingredients except the oil.</p> <p>Marinate for 2-3 hours.</p> <p>Thread the prawns on skewers.</p> <p>Brush the high rack with oil and place the skewers on it.</p> <p>Brush the prawns with oil. Place the rack in the oven.</p> <p>Place a heat proof glass/porcelain plate under the rack to catch the drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 36, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (10 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the skewers and brush prawns with oil. Press start. When done, let stand for 5 min. Serve hot.</p>

Programme 37 **Murgh Malai Kabab**
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Curds	½ cup	Vinegar	2 tbsp
Green chillies	3 tsp, minced	Salt to taste	
Ginger-garlic paste	1 tbsp	Melted butter to brush	
White pepper powder	1 tsp	Lime juice to taste	
Garam masala powder	1 tsp		
Fresh cream	4 tbsp		
Bone less chicken breast	400 g	Expected total cooking time/19 min.	

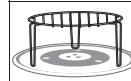
Step 1	Beep	Step 2
<p>Beat the curds till smooth. Add ginger-garlic paste, pepper powder, garam masala and cream. Cut the chicken into bite size pieces. Add vinegar and salt. Leave aside for 15 min. Add the curd mixture. Marinate for 4 hours at room temperature or longer in refrigerator. (If kept in refrigerator, take it out 30 min. before grilling.) Shake away the excess marinade from chicken pieces and thread them on thin metal skewers or bamboo skewers. (If using bamboo skewers soak them in water for 1 hour before using.) Grease the high rack and place the skewers on it. Brush with melted butter. Place the rack in the oven. Place a heat proof glass/porcelain plate below it to catch the drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 37, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (16 min. after start)</p>	<p>After the beeps, turn over the skewers and brush the kababs with melted butter. Press start. When done, serve sprinkled with lime juice.</p>

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 38 Tandoori Fish Number of serves: 4

Accessory

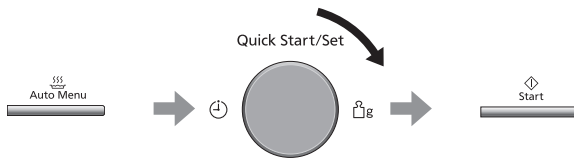


Ingredients

Small white pomfrets	400 g	Ajwain	¼ tsp, optional
Lime juice	2 tbsp	Salt, chilli powder and garam masala	½ tsp each
Salt to taste			
Curds	½ cup	Oil to brush	
Chilli powder	2 tsp	Chaat masala to garnish	optional
Garam masala	½ tsp		
Ginger-garlic paste	1 tbsp	Expected total cooking time/20 min.	

Step 1	Beep	Step 2
<p>Clean the fish and make deep cuts on both sides. Toss in lime juice and salt and keep aside for 10 min. Combine curds with chilli powder, garam masala, ginger garlic paste and ajwain. Pour over the fish. Mix well and marinate for 1-2 hours. Brush the high rack with oil. Shake away the excess marinade from fish. Mix together ½ tsp each of salt, chilli powder and garam masala and sprinkle on both sides of fish and place them on the rack.</p> <p>Brush with oil. Place the rack in the the oven. Place a heat proof glass/porcelain plate below the rack to catch the drippings.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 38, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (10 min. after start)</p>	<p>After the beeps, carefully turn over the fish with a flat spatula and sprinkle remaining masala mix on it. Brush with oil. Press start. When done, let it stand for 5 min. Serve hot sprinkled with Chaat masala. (optional)</p>

Japanese



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 59 to 63.

Press Start.

Programme 39 **Yakitori Skewered Chicken** Number of serves: 4 (12 skewers)

Accessory



Ingredients

Chicken breast	600 g	Ginger (chopped)	1 tbsp
Bamboo skewer	12	Garlic (chopped)	1 tbsp
Light Japanese soy sauce (If not available, 1/4 cup of Indian soy sauce plus 1/8 cup water plus 1/2 tsp salt for the replacement.)	1/4 cup	Brown sugar (or sugar)	2 tbsp
Orange juice	100 ml	Vegetable oil	1 tbsp
		Salt	1/2 tsp
Expected total cooking time/29 min.			

Cut chicken breast into 1.5-2 cm cube. Skewer 50 g each to bamboo skewers. Marinate the sauce over 1 hour. (need to turn over sometimes during marinate.) Place on High rack. Place shallow dish under the rack to receive drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 39, and press start.

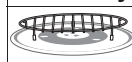
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 40 Chicken Teriyaki

Number of serves: 4 (8 pieces)

Accessory



Ingredients

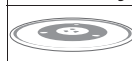
Chicken pieces	8 pieces	Garlic (chopped)	1 tbsp
Light Japanese soy sauce (If not available, 1/2 cup of Indian soy sauce plus 1/2 cup water plus 1/2 tsp salt for the replacement.)	1/4 cup	Brown sugar (or sugar)	2 tbsp
Orange juice	100 ml	Vegetable oil	1 tbsp
Ginger (chopped)	1 tbsp	Salt	1/2 tsp
Expected total cooking time/28 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Pierce the chicken skin with fork. Marinate the sauce over 1 hour. Place the marinated chicken with skin side down on Low rack, then place shallow dish under the rack to receive drippings. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 40, and press start.	Wait for beeps (20 min. after start)	After the beeps, turn over the chicken. Press start. When done, serve hot.

Programme 41 Sukiyaki

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Chicken fillets	400 g	Sauce	
Tofu (bean curd)	100 g	Soup stock	200 ml
Dry shiitake mushrooms	4	Light Japanese soy sauce (If not available, 25 ml of Indian soy sauce plus 25 ml water plus 2 tsp salt for the replacement.)	50 ml
*Soak dry shiitake mushrooms in water to soften.		Sugar	3 tbsp
Green onion	1	Expected total cooking time/33 min.	
Chinese cabbage	200 g		

Cut the chicken bite-sized. Cut the tofu into large bite-sized pieces. Trim stems of dry shiitake mushrooms from them, and cut caps in half. Combine sauce ingredients in a bowl. Slice Green onion diagonally. Cut Chinese cabbage into 3 cm lengths. Place all ingredients in casserole dish and pour sauce over them. Cover with lid, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 41, and press start.

**Accessory****Programme 42** **Marinated Chicken Nanban Style**

Number of serves: 4

Ingredients

Chicken thigh	500 g	Light Japanese soy sauce (If not available, 2 tbsp of Indian soy sauce plus 2 tbsp water plus 4 tsp salt for the replacement.)	4 tbsp
Onion	100 g	Red pepper	1
Vegetable oil	1 tbsp	(remove seeds, cut into rounds)	
Cornstarch	3 tbsp		
Nanban vinegar sauce			
Vinegar	100 ml		
Sugar	4 tbsp		
Expected total cooking time/29 min.			

Prepare Nanban vinegar sauce. Slice the onion thinly, soak onion slices in cold water for about 30 min. and drain well. Mix vinegar, sugar, soy sauce and red pepper. Cut the chicken thigh into joints. Add vegetable oil into chicken, and mix well. Dust the chicken with cornstarch.

Place chicken with skin side up on High rack.

Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 42, and press start. Let the cooked chicken soak in the Nanban vinegar sauce and let rest for more than an hour before serving.

Accessory**Programme 43** **Kinpira**

Number of serves: 4

Ingredients

Celery	140 g	Starch (Potato starch or cornstarch)	
Carrot	60 g		1 tsp
Sugar	1 ½ tsp	Sesame oil	1 tsp
Light Japanese soy sauce (If not available, 1 tbsp of Indian soy sauce plus 1 tbsp water plus 2 tsp salt for the replacement.)	2 tbsp	White parched sesame	1 tsp
		Red pepper (as an option)	1
Expected total cooking time/4 min.			

Cut the celery into 1 ½-inch-long strips. Peel the carrot, and thinly into strips of a similar size to that of the celery. Place all ingredients in casserole dish, mix well. Without cover, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 43, and press start.

Continued on the next page



Auto Menu

Programme 44 Simmered Pumpkin

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Pumpkin	300 g	Water	160 ml
Sugar	2 ½ tbsp	Expected total cooking time/17 min.	
Light Japanese soy sauce (If not available, 1 tbsp of Indian soy sauce for the replacement.)			
	2 tbsp		

Remove the pumpkin seeds and the fibers surrounding them with a spoon. Cut the pumpkin into bite-sized. (but still as large as possible.) Place the sugar, soy sauce and water in a heat-resistant (microwavable) container. Mix well. Add the pumpkin in a container. Cover with lid, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 44, and press start.

Programme 45 Simmered Chicken and Radish

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Chicken pieces	500 g	Sugar	1 tbsp
Giant white radish	400 g	Expected total cooking time/39 min.	
Soup stock (dashi)	300 ml		
Light Japanese soy sauce (If not available, 1.5 tbsp of Indian soy sauce plus 1.5 tbsp water plus 3 tsp salt for the replacement.)			
	3 tbsp		

Cut the giant white radish into about 2-3 cm half-moons, and bevel the edges. Place all ingredients in casserole dish. Cover with lid, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 45, and press start.

Programme 46 Simmered Eggplant

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Eggplant	500 g	Sugar	2 tbsp
Light Japanese soy sauce (If not available, 1 tbsp of Indian soy sauce plus 1 tbsp water plus 2 tsp salt for the replacement.)		Soup stock	300 ml
	2 tbsp	Vegetable oil	1 tbsp
Expected total cooking time/14 min.			

Cut eggplant in quarters or six equal parts lengthwise. Place eggplant and vegetable oil, mix well. Cover with lid, cook on 715 W (Medium) microwave power for 5 min. Add soy sauce, sugar, and soup mixture into cooked eggplant. Cover with lid, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 46, and press start.

Programme 47 Karela Curry

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

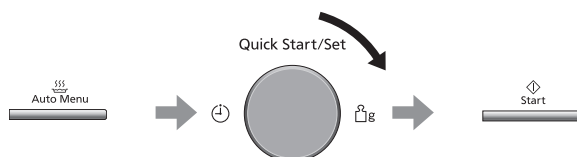
Chicken Breast	200 g	Water	300 ml
Karela (Goya)	1 pc	Cooked Rice	800 g
Vegetable oil	2 tsp	Salt&Pepper	A bit
Curry powder	2 tsp	Expected total cooking time/25 min.	
Garlic	1 pc		

Cut the karela in half, then remove seeds and cut into rounds or semi-circular. Mix with 1 tsp salt and keep it for 30 min. Squeeze out the bitter juice. Cut chicken into large bite-sized. Slice the garlic and add karela, chicken, vegetable oil and curry powder into heat-proof bowl and mix well. Cover the bowl with a lid, put on glass tray. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 47, and press start. When done, stir well and serve with the cooked rice.

Continued on the next page

Auto Menu

Soup/Snack



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 64 to 72.

Press Start.

Programme 48

Tomato Soup

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Butter	2 tbsp	Milk	1 cup
Onion	1/3 cup, chopped	Salt and pepper to taste	
Celery	1/4 cup, chopped	Fresh cream	1/4 cup, optional
Garlic	4 cloves, chopped	Coriander leaves or parsley to garnish	
Tomato	250 g, chopped		
Tomato puree	1/3 cup		
Water	2 cups		
Expected total cooking time/31 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Place butter, onion, celery and garlic in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 48, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add tomato, tomato puree and water. Cover with a lid and press start. When done, cool and blend till smooth. Add milk (pre boiled and cooled) and cream (optional). Add salt and pepper to taste. Reheat before serving (Auto Reheat: reheat-soup). Serve drizzled with extra cream (optional) and coriander leaves or parsley.

Programme 49 Mushroom Soup
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Button mushroom	200 g, sliced	Low fat milk	1 cup
Chopped onion	$\frac{1}{3}$ cup	Salt and pepper to taste	
Chopped celery	$\frac{1}{2}$ cup	Chopped coriander or parsley to garnish	
Chopped garlic	2 tbsp		
Water/stock	2 cups	Expected total cooking time/20 min. 20 sec.	

Place all the ingredients from mushroom to water/stock in a microwave safe casserole (not less than 2 L capacity). Cover with lid and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 49, and press Start. When done, cool the contents till just warm. Blend in a mixer. Add milk (pre boiled), salt and pepper. Reheat before serving (Auto Reheat: reheat soup) and garnish with coriander or parsley.

Programme 50 Chicken Vegetable Soup
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Bone less chicken fillet	250 g	Green and red capsicum	
Water/chicken stock	3 cup	50 g, cut into 1.5 cm pieces	
Celery	$\frac{1}{2}$ cup, chopped	Pepper powder to taste	
Onion	$\frac{1}{2}$ cup chopped	Soy sauce	2 tsp
Salt to taste		Expected total cooking time/30 min.	
Broccoli	100 g, cut into bite size pieces		
Carrot	50 g, cut into $\frac{1}{4}$ thick slices		

Step 1	Beep	Step 2
Cut the chicken into 2 cm cubes. Place in a microwave safe casserole (Minimum capacity 2 L). Add water/stock, celery onion and salt and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 50, and press start.	Wait for beeps (16 min. after start)	After the beeps, add all the vegetables. Cover and place it in the oven. When done, add pepper and more salt if needed. Add soy sauce (optional). Serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 51 Vegetable Soup

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Mixed vegetables*	250 g	Low fat milk	250 ml
Water/veg stock	500 ml		
Onion	½ cup, minced		
Garlic	4 flakes, minced		
Celery	¼ cup, chopped		
Salt and pepper to taste			
Expected total cooking time/15 min. 20 sec.			

* Carrot, beans, broccoli, Mushroom, yellow pumpkin, Knol kol, etc.

Cut vegetables into cubes and mince in food processor or mixer. Place in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Add water/stock, onion, garlic, celery, salt and pepper. Cover with a lid and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 51, and press start. When done, cool it. Take about 1 cup of the vegetables and a little cooking liquid and blend till smooth. Add it to the remaining soup. Add milk. Reheat before serving (Auto Reheat: reheat soup).

Programme 52 Tomato Rasam

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Mashed cooked dal	2 tbsp	Salt to taste	
Water	2 cups	Lime juice	1-2 tbsp
Tomato		Seasoning	
1 small, chopped into ¼ cm pieces		Oil	1 tbsp
Tomato puree	2 tbsp	Mustard	1 tsp
Rasam powder	1 tbsp or to taste		
Curry leaves	a few		
Expected total cooking time/10 min. 20 sec.			

Mix the dal well with water. Add rest of the ingredients except lime juice and the seasoning ingredients. Pour the dal mixture in a microwave safe casserole (Minimum capacity 1 ½ L) (Do not cover). Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 52, and press start. When done, add lime juice. Prepare the seasoning (tadka, bagar) and add. Mix well and serve hot garnished with coriander leaves.

Programme 53 Hara Shorba
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Green peas	150 g	Water/vegetable stock	2 cups
Potato	1 small, grated	Palak	5-6 leaves, chopped
Onion	1 medium size, chopped	Mint leaves	2 tbsp, chopped
Ginger	2 cm slice (do not chop)	Coriander leaves	2 tbsp, chopped
Green chilli	1, chopped	Salt, pepper and lime juice to taste	
Cumin powder	½ tsp		
Coriander powder	½ tsp		
Cinnamon powder	½ tsp		

Expected total cooking time/21 min. 20 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Place the green peas, potato, onion, ginger, green chilli and all the powders in a microwave safe Casserole (minimum capacity 2 L). Add water or stock. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 53, and press start.	Wait for beeps (17 min. after start)	After the beeps, add palak, mint and coriander leaves. Cover and place it in the oven. Press start. When done, cool the mixture. Lift out the ginger and discard. Blend the soup and add 1 more cup of water or stock. Add salt, pepper and lime juice to taste. Reheat before serving (Auto Reheat: reheat soup).

Programme 54 Cook Potato

Accessory



Ingredients

Potatoes	4, total wt about 500 g
----------	-------------------------

Expected total cooking time/7 min.

Step 1	Beep	Step 2
Wash the potatoes and prick all over with a fork. Place them on the turn table in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 54, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps turn over the potatoes and press start. When done, wrap them in a clean cloth and leave aside for 10 min. Peel and use in curries, cutlets and other recipes where boiled potatoes are needed. Can be stored in refrigerator up to 3 days and used as required.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 55 Idly

Number of serves: 2

Ingredients

Take a two plate idly steamer and grease the plates. Pour idly batter (room temperature) in the plates, filling the moulds up to $\frac{3}{4}$ levels.

Expected total cooking time/2 min. 45 sec.

Accessory



Pour $\frac{3}{4}$ cup of boiling hot water in the lower container of the steamer. Place the plates in it and cover with the lid. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 55, and press start. When done, take it out. Let the idlies cool for 2-3 min. before removing from plates. Serve hot with chutney/sambar.

Programme 56 Soup Bread Cubes

Accessory



Ingredients

Bread cubes	3 cups, heaped	Chopped garlic	2 tsp, optional
Oil	3 tbsp	Expected total cooking time/5 min. 20 sec.	
Salt	$\frac{1}{2}$ tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Cut 2-3 days old bread slices into 1.5 cm cubes to get 3 heaped cups of cubes. Toss them with oil, garlic and salt. Spread in a wide microwave safe dish. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 56, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps stir well and press start. When done, let them cool completely (during this time they will become crisp). Serve with soup or a light snack. * French loaf or bread cut in thick slices give better result in this recipe.

Programme 57 Dhokla

Number of serves: 3-4

Accessory**Ingredients**

Besan	1 cup	Mustard seeds	½ tsp
Salt	1 tsp	Cumin seeds	½ tsp
Sugar	1 tsp	Green chillies	2, slit
Citric acid	1 tsp	Curry leaves	a few
Water	¾ cup	Hot water	⅓ cup
Cooking Soda	1 tsp		
Very hot water	¼ cup	Expected total cooking time/	
Seasoning			5 min. 30 sec.
Oil	2 tbsp		

Grease a 18-20 cm round microwave safe round dish, cover the base with butter paper and grease the paper.

Mix besan with salt, sugar and citric acid. Add water and mix till smooth. Dissolve soda in very hot water and add to the besan mixture. Mix well (the batter will rise rapidly) and pour in the greased dish. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 57, and press start. When done, cool the dhokla, turn out on a plate and cut into pieces.

Prepare the seasoning (tadka), mix with hot water and pour evenly over the dhokla. Leave aside at least for 15- 20 min. Serve garnished with grated coconut and coriander leaves.

Programme 58 Chilli Cheese Toast

Number of serves: 2

Accessory**Ingredients**

Bread	4 slices (Standard size)	Cheddar/mozzarella cheese	
Cheese spread	4 tbsp		4 tbsp, grated
Garlic	2 cloves, chopped		
Green chilli	1, chopped	Expected total cooking time/	
			5 min. 30 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Crush the garlic and green chillies and mix with the cheese spread. Place the bread slices on Crispy plate. Keep it on the high rack and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 58, and press start.	Wait for beeps (3 min. 30 sec. after start)	After the beeps, turn over the bread slices and apply cheese spread. Sprinkle 1 tbsp of grated cheese on each slice. Place it in the oven and press start. When done, serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 59 Pizza

Number of serves: 1

Accessory



Ingredients

Pizza base (store bought)	1	Pizza cheese	2-3 tbsp, grated
Pizza sauce	2 tbsp	Oil to brush	
Topping			
Cooked vegetables/Paneer/chicken		Expected total cooking time/15 min.	
Chopped onion and capsicum		(Excluding preheat time)	

Step 1	Beep	Step 2
Grease the Crispy plate with oil and place the pizza base on it. Spread sauce on top, leaving 1 cm margin all round. Sprinkle cheese over the sauce. Arrange the cooked vegetable of your choice or paneer or cooked chicken over the cheese. Top with some chopped onion and capsicum. Brush the margin with oil and sprinkle some oil all over the topping. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 59, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the Crispy plate with pizza on the high rack in the oven. Press start. When done serve hot.

Programme 60 Sausage

Number of serves: 2

Accessory



Ingredients

Frozen sausages (store bought)	150 g
Expected total cooking time/14 min.	

Take out the sausages from the freezer and let thaw according to the instructions on the pack. Brush the Crispy plate with 1 tbsp of oil. Place sausages on it and brush them with oil. Place the tray on the high rack and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 60, and press start. When done, serve hot.
--

Programme 61 Upma

Number of serves: 3

Accessory**Ingredients**

Water	500 ml	Ghee/oil	1-2 tbsp
Upma mix (store bought)	200 g	Expected total cooking time/6 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Pour the water in a microwave safe 20-22 cm round dish. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 61, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps add the upma mix and ghee. Mix well. Cover and place it in the oven. Press start. When done serve hot garnished with coriander leaves.

Programme 62 Aloo Poha

Number of serves: 3-4

Accessory**Ingredients**

Poha of medium thickness	2 cups	Green chillies	2-3, chopped
Cooked potato cubes*	1 cup	Curry leaves	a few
Turmeric powder	½ tsp	Lime juice to taste	
Salt to taste		Grated coconut	⅓ cup
Sugar to taste		Coriander leaves	1 tbsp, chopped
Oil	2 tbsp	*Auto menu - Programme 54: Cook Potato	
Cloves	3		
Cinnamon	2 pieces		
Onion	½ finely chopped	Expected total cooking time/8 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Soak poha in water till soft but not mushy. Gently squeeze out excess water and spread the poha on a wide plate. Mix it with potatoes, turmeric powder, salt and sugar. Combine all the ingredients from oil to curry leaves in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 62, and press Start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps, add the poha mixture and mix well. Cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, add lime juice, grated coconut and coriander leaves. Mix well and serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 63 Spicy Corn

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Tomato puree	½ cup	Butter	3 tbsp
Maida	2 tbsp	Onion	¼ cup, minced
Sugar	½ tsp	Garlic	2 tsp minced
Salt to taste		Chilli powder	1 tsp or to taste
Water	1 cup	Kasoori Methi	1 tsp
Cooked sweet corn kernels	1 cup	Fresh cream	¼ cup
Expected total cooking time/9 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Mix tomato puree with Maida and stir till smooth. Add sugar, salt, water and sweet corn. Place the butter in a microwave safe 18-20 cm round dish. Add onion, garlic, chilli powder and kasoori methi. Mix well and place inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 63, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the corn mixture. Stir well and place it in the oven and press start. When done, stir in the cream and serve hot on toast.

Programme 64 Rawa Idly

Number of idlies: 8

Accessory

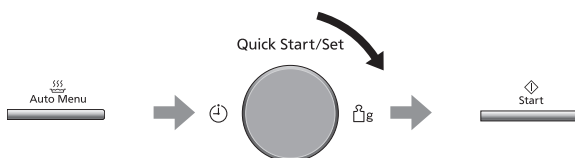


Ingredients

Rawa Idly mix	1 cup
Curds	1 ½ cups
Coriander leaves	2 tbsp, chopped
Expected total cooking time/3 min. 40 sec.	

<p>Prepare the batter as per the instruction on the packet. Keep aside for 10 minutes. Grease the microwave safe idly plates and fill with the batter. Pour ½-¾ cup of boiling hot water in the base of the idly steamer. Place the idly plates in it. Cover with the lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 64, and press start. When done, cool for 2 minutes. Remove from plates and serve hot with chutney.</p>

Dessert/Cake/Cookie



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 73 to 90.

Press Start.

Programme 65

Sooji Halwa

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Lightly roasted sooji/rawa	½ cup	Orange red food colour	a little, optional
Sugar	¾ cup	Fried cashew nuts and raisins to garnish	
Ghee	2 ½ tbsp		
Water	1 ½ cups	Expected total cooking time/7 min. 20 sec.	
Cardamom powder	½ tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Place all the ingredients except cashew nuts and raisins in a microwave safe 20-22 cm round dish. Mix well and place in the oven. without cover. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 65, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps, stir very well and press start. When done, keep covered for 8-10 min. Mix in the cashew nuts and raisins. Serve warm or at room temperature.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 66 Carrot Halwa

Number of serves: 4-6

Accessory



Ingredients

Carrot, preferably pink	500 g	Cardamom powder	½ tsp
Sugar	½ cup	Nuts and raisins to garnish	
Sweet khova	200 g, crumbled		
Ghee	4 tbsp	Expected total cooking time/13 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Peel and grate the carrots. Place in a wide microwave safe dish. (22-25 cm) If using orange variety of carrots, sprinkle with 1 tbsp of water. Cover with a lid. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 66, and press start.	Wait for beeps (6 min. after start)	After the beeps, add sugar, khova and ghee. Mix well and spread evenly in the dish. Place it in the oven. (do not cover). Press start. When done, leave without disturbing for 10 min. Stir in the cardamom powder and garnish with nuts and raisins. Serve warm or cold.

Programme 67 Rice Kheer

Number of serves: 3-4

Accessory



Ingredients

Basmati rice	3 tbsp	Cashew nuts, almonds and raisins to garnish	
Milk	650 ml		
Condensed Milk	½ tin	Expected total cooking time/27 min.	
Cardamom powder	½ tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Wash the rice and soak in water for 30 min., Drain and place in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L) add milk (at room temperature). Do not cover. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 67, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps, stir well and press start. When done, add condensed milk, cardamom powder, nuts and raisins. If the kheer is too thick, add some milk to adjust the thickness. Serve hot or cold.

Programme 68 Sweet Custard

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

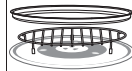
Custard powder*	1 ½ tbsp
Milk	500 ml
Sugar	3 tbsp or to taste
*Choose flavour of your choice	

Expected total cooking time/8 min. 40 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Mix custard powder with ¼ cup of milk. Pour remaining milk in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 1 ½ L). Place it in the oven. (Do not cover). Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 68, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps, add the custard powder and mix very well. Place it in the oven and press start. When done, add the sugar, mix well and keep covered till cold. Chill in refrigerator. Serve with fruit salad or other desserts as needed.

Programme 69 Besan Laddoo

Number of yield: 15 laddoos

Accessory**Ingredients**

Besan	100 g	Roasted cashew nuts
Wheat flour	100 g	2 tbsp, very finely chopped
Powdered sugar	200 g	
Ghee	100 g (melted and cooled)	Expected total cooking time/25 min.
Nutmeg powder	¼ tsp	

Step 1	Beep	Step 2
Mix besan with wheat flour. Spread evenly on the Crispy plate. Place on low rack in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 69, and press start.	Wait for beeps (14 min. after start)	After the beeps, stir well and spread evenly. Press start. When done, cool it completely. Add rest of the ingredients and knead to form dough. Divide into 15 parts and shape into laddoos.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 70 Kesar Bhath

Number of serves: 6-8

Accessory



Ingredients

Basmati rice	1 cup	Saffron	¼ tsp
Water	1 ½ cups	Ghee	⅓ cup
Milk	1 ½ cups	Raisins	3 tbsp
Sugar	1 ¼ - 1 ½ cups		
Water	1 cup	Expected total cooking time/39 min.	

Step 1	Beep	Step 2
<p>Wash the rice, drain and soak in 1 ½ cups water and 1 ½ cups milk for 15 min. Mix the sugar with 1 cup of water. Soak saffron in 1 tsp of hot milk and crush.</p> <p>Place the rice with the soaking water and milk in a microwave safe 2 L casserole.</p> <p>Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 70, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (25 min. after start)</p>	<p>After the beeps add the sugar solution, ghee and raisins. Mix well and place it in the oven. Press start.</p> <p>When done, keep covered for 10 min.</p> <p>Add the saffron and mix well. Serve warm.</p>

Programme 71 Semiya Kheer

Number of serves: 4-6

Accessory



Ingredients

Milk	750 ml	*Use semiya which is marked "Roasted" or "Toasted"
Roasted semiya*	½ cup	
Sugar	⅓ cup or to taste	
Cardamom powder	½ tsp	
Fried cashew nuts and raisins to taste		Expected total cooking time/20 min.

Step 1	Beep	Step 2
<p>Pour the milk in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L). Place in the oven. (do not cover).</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 71, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (10 min. after start)</p>	<p>After the beeps, add semiya, mix very well and press start.</p> <p>When done, add sugar and cardamom powder. Mix well and garnish with nuts and raisins.</p>

Programme 72 **Carrot Kheer**
Number of serves: 4-6

Accessory



Ingredients

Carrot	150 g	Sugar to taste if needed	
Milk	500 ml	Badam milk masala	2 tsp
Condensed milk	4 tbsp	Charoli seeds	2 tbsp
Expected total cooking time/13 min. 40 sec.			

Peel and grate the carrots. Place in a microwave safe Casserole. (minimum capacity 1 ½ L). Cover and place it in the oven.

Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 72, and press start.

When done, cool and blend till smooth, using some of the milk. Add remaining milk, condensed milk and badam milk masala. Add charoli. Serve chilled.

Programme 73 **Qubani Ka Meeta**
Number of serves: 6

Accessory



Ingredients

Dried Apricots	200 g	Fresh cream to serve	
Sugar	½ cup		
Blanched and sliced almonds	a few	Expected total cooking time/9 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Soak the apricots in 2 cups of water for 4-5 hours. Remove the seeds from apricots and return the fruit to the soaking liquid. Pour it in a 22 cm microwave safe round dish. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 73, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the sugar, mix well and place it in the oven. (Do not cover). When done, cool and chill in refrigerator. Serve with fresh cream, topped with almond slices.

Programme 74 **Doodhi Halwa**
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Doodhi/Lauki	500 g, peeled and grated	Cardamom powder	½ tsp
Sugar	150 g		
Ghee	3 tbsp	Expected total cooking time/20 min.	

Continued on the next page

Auto Menu

Step 1	Beep	Step 2
Place the doodhi in a wide microwave safe dish. Cover with a lid. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 74, and press start.	Wait for beeps (10 min. after start)	After the beeps, add sugar and ghee. Mix well. Place it in the oven. Do not cover. Press start. When done, cover and let stand for 10 min. Stir in the cardamom powder. Serve warm or cold.

Programme 75 Prashaad Halwa

Accessory



Ingredients

Rawa	½ cup, lightly roasted	*Slightly over ripe banana is good in this recipe. Chop it very finely so that it is almost mashed.
Sugar	½ cup	
Ghee	¼ cup	
Milk	1 ½ cups	
Ripe banana*	½ cup, minced	Expected total cooking time/12 min. 40 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Place the rawa in a microwave safe casserole (Minimum capacity 1 ½ L). Add sugar, ghee and milk. Mix very well. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 75, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps, stir the mixture very well and place it in the oven. Press start. When done, keep covered for 5 min. Mix in the bananas.

Programme 76 Phirni

Number of serves: 6

Accessory



Ingredients

Basmati rice	3 tbsp	Blanched and sliced pista	2 tbsp
Milk	750 ml	Expected total cooking time/18 min.	
Sugar	½ cup or to taste		
Cardamom powder	½ tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Soak the rice in water for 30 min. Drain and grind to a smooth paste with little water. Pour the milk in a microwave safe casserole. (Minimum capacity 2 L) Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 76, and press start. (Do not cover)	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the rice paste and mix very well. Place it in the oven and press start. Stir once in 3 min. When done, stir well till the phirni is smooth. Add sugar and cardamom. Mix well. Serve cold, garnished with pista.

Programme 77 Basundi

Number of serves: 6

Accessory**Ingredients**

Almond	1 tbsp	Cardamom powder	½ tsp
Pista	1 tbsp	Expected total cooking time/52 min.	
Milk	1 L		
Sugar	3 tbsp or to taste		

Step 1	Beep	Step 2
Blanch, peel and slice the nuts. Pour the milk in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 77, and press start.	Wait for beeps (Every 10 min. after start)	Stir once after every beeps and press start. When done, cool for 10 min. Add sugar and cardamom powder and mix well. Sprinkle nuts on top. Serve warm or cold.

Programme 78 Apple Crumble

Number of serves: 6

Accessory**Ingredients**

Apple	500 g	Powdered sugar	¼ cup
Powdered sugar	3 tbsp or to taste	Corn flakes	100 g, lightly crushed
Cinnamon powder	1 tsp	Expected total cooking time/45 min. (Excluding preheat time)	
Topping			
Butter	¼ cup		

Step 1	Beep 1	Step 2
Peel, core and slice the apples. Mix with sugar and cinnamon powder. Grease a 20-22 cm round or oval baking dish and arrange the apple slices in it. Sprinkle with 2-3 tbsp of water. Cover with a lid. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 78, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the dish on low rack in the oven. Press start. While the apple is cooking, beat the butter and sugar for topping together and toss in the corn flakes.
Beep 2	Step 3	
Wait for beeps (25 min. after start)	After the beeps, spread the corn flakes mixture on top of apples. Place it in the oven. (do not cover) and press start. When done, let it set for 10 min. Serve warm with sweet custard (auto menu sweet custard) or ice cream.	

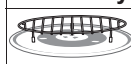
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 79 Khova Pudding

Number of serves: 6-8

Accessory



Ingredients

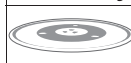
Eggs	4	Dry fruits and nuts	
Khova (without sugar)	200 g		4-5 tbsp, finely chopped
Ghee	$\frac{1}{3}$ cup		
Powdered sugar	$\frac{3}{4}$ cup		
Cashew nuts	100 g, powdered finely	Expected total cooking time/50 min.	
Rose essence	a few drops	(Excluding preheat time)	
Almond essence	a few drops		

Step 1	Beep	Step 2
<p>Grease a heat proof 20 cm square or 25/16 cm rectangle dish with butter.</p> <p>Separate the yolks and whites of eggs. Beat the yolks with khova, sugar and ghee till smooth and light. Add cashew powder, and both the essences and beat till combined. Beat the egg whites stiffly and gently fold into the khova mixture. Pour the prepared mixture in the greased dish. Sprinkle nuts and dry fruits on top.</p> <p>Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 79, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.</p>	<p>Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)</p>	<p>After the beeps, place the dish on low rack in the oven. Press start. When the top of the pudding is rich brown, cover it with aluminium foil, place it in the oven and press start. When done, cool completely, cut into pieces and serve.</p>

Programme 80 Date Delight

Number of serves: 8

Accessory



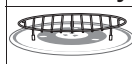
Ingredients

Dates	150 g	Sugar	$\frac{1}{4}$ cup or to taste
Sweet Khova	200 g	Walnuts/almonds	2 tbsp, chopped
Cashew nuts	75 g, powdered		
Milk	2 tbsp	Expected total cooking time/7 min. 45 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
<p>Chop the dates finely and soak in 1 cup of water for 3-4 hours. Mix sugar with $\frac{1}{4}$ cup water and keep aside. Mix cashew nut powder with milk and mix with khova. Spread the khova mixture in a 20-22 cm flat glass dish and place it in refrigerator.</p> <p>Place the dates with the soaking water in a 18-20 cm round microwave safe dish. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 80, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (3 min. after start)</p>	<p>After the beeps add the sugar with the water. Mix well and place it in the oven. Press start. When done, cool the date mixture and blend it. Spread it over the chilled khova. Sprinkle chopped nuts on top. Place it in refrigerator. Serve chilled.</p>

Programme 81 Chocolate Bread Pudding

Number of serves: 6-8

Accessory**Ingredients**

Bread slices	10 standard size	Eggs	3
Dry fruits	$\frac{1}{3}$ cup, chopped	Cinnamon powder	$\frac{1}{2}$ tsp
Nuts	$\frac{1}{2}$ cup, chopped	Nutmeg powder	$\frac{1}{4}$ tsp
Milk	500 ml	Vanilla essence	$\frac{1}{2}$ tsp
Cocoa	3 tbsp		
Butter	$\frac{1}{4}$ cup		
Sugar	$\frac{2}{3}$ cup		
Expected total cooking time/55 min. (Excluding preheat time)			

Step 1	Beep 1	Step 2
Trim away the sides of bread slices and cut each slice into 4 pieces. Grease a 22-25 cm baking dish. Arrange the bread slices in it. Scatter the fruits and nuts over the bread. Heat $\frac{1}{2}$ cup of milk and mix cocoa in it till smooth. Add butter and stir. When the butter melts, add the hot milk mixture to remaining milk. Beat the eggs with cinnamon, nutmeg and vanilla. Add to milk mixture. Pour this over the bread. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 81, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the dish on low rack in the oven. Press start.
Beep 2	Step 3	
Wait for beeps (20 min. after start)	After the beeps, cover the dish with aluminium foil. Press start. When done, serve the pudding warm or cold.	

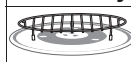
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 82 Banana Pudding

Number of serves: 4-6

Accessory



Ingredients

Bananas	4 (total wt. 400 g)	Condensed milk	5 tbsp
Butter	2 tbsp	Expected total cooking time/30 min. (Excluding preheat time)	
Grated coconut	1 cup		
White bread crumbs	50 g		
Cinnamon powder	½ tsp		

Step 1		Beep 1	Step 2
Peel and cut the bananas into 1 cm thick slices. Toss with 1 tbsp of butter. Grease a wide (25 cm) heat proof dish and spread the banana slices evenly in it. Mix coconut with remaining butter, bread crumbs and cinnamon powder. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 82, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.		Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the dish with bananas on the low rack in the oven. Press start.
Beep 2	Step 3		
Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps sprinkle the top with coconut mixture and pour the condensed milk evenly over it. Place it in the oven and press start. When done, let it stand at least for 10 min., before serving warm.		

Programme 83 Brownies

Number of pieces: 12 pieces

Accessory**Ingredients**

Melted butter	½ cup	Chopped walnuts	4 tbsp
Cocoa	3 tbsp	Eggs	2
Maida	¾ cup	Vanilla essence	½ tsp
Baking powder	½ tsp		
Powdered/castor sugar	1 cup	Expected total cooking time/6 min.	

Line the base of a microwave safe 20 cm square dish with butter paper. Grease the paper and the sides of the dish. Mix cocoa with hot melted butter and leave aside to cool.

Mix Maida with baking powder sugar and ½ the walnuts.

Beat the eggs with vanilla essence and mix with the butter and cocoa. Add this mixture to the Maida and mix till combined. Pour in the prepared dish. Sprinkle remaining walnuts on top.

Place the dish in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 83, and press start. When done, let it stand for 5 min.

Leave the dish and to be cool completely.

Turn out on a plate and cut into pieces.

Programme 84 Eggless Chocolate Cake

20 cm cake dish

Accessory**Ingredients**

Maida	1 ½ cups	White vinegar	1 tbsp
Powdered/castor sugar	1 cup	Milk	1 cup
Baking soda	1 tsp	Vanilla essence	1 tsp
Cocoa	3 tbsp		
Oil	5 tbsp	Expected total cooking time/4 min. 30 sec.	

Line the base of a 20-22 cm microwave safe round dish with butter paper and grease the paper and the sides of the dish. Mix Maida, sugar, soda and cocoa together.

Combine oil with vinegar, milk and vanilla essence. Add it to the Maida sugar mixture and mix till smooth. Pour in the dish. Place the dish in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 84, and press start. When done let it stand for 5 min.

Leave the dish and to be cool completely.

Turn out on a plate and serve cut into pieces. (The cake may be sprinkled with icing sugar after cooling, if desired.)

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 85 Chocolate Fudge Cake

25 cm cake dish

Accessory



Ingredients

Maida	1 cup	Butter	½ cup
Powdered/caster sugar	1 cup	Cocoa	⅓ cup
Cinnamon powder	¼ tsp	Eggs	2
Baking soda	¼ tsp	Vanilla essence	½ tsp
Salt	a pinch		
Curds	¾ cup		
Expected total cooking time/8 min.			

Grease a 22-25 cm round microwave safe cake dish. Line the base with butter paper and grease the paper. Mix Maida with sugar, cinnamon, soda and salt. Beat the curds till smooth. Melt butter, add cocoa and mix well. Add curds. Beat the eggs lightly with vanilla. Add the curd mixture and eggs to Maida and mix gently till well combined. Pour the mixture in the greased dish and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 85, and press start. When done, let it stand for 5 min. Leave the dish and to be cool completely and turn out on a plate and serve cut into pieces.
(The cake may be sprinkled with icing sugar after cooling, if desired.)

Programme 86 Orange Cake (with cinnamon on top)

20-22 cm cake dish

Accessory



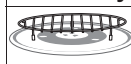
Ingredients

Maida	1 cup	Orange juice (no added sugar)	100 ml
Baking powder	1 tsp	Topping	
Butter	¼ cup	Powdered sugar	2 tbsp
Powdered Sugar	¾ cup	Cinnamon powder	2 tsp
Eggs	2		
Orange rind	2 tsp		
Expected total cooking time/7 min.			

Grease a microwave safe 20-22 cm cake dish and line the base with greased butter paper. Mix Maida with baking powder. Beat butter till soft. Add sugar, eggs and orange rind and beat till very smooth and light. Add Maida alternately with orange juice and mix lightly. Pour the mixture into the prepared dish. Mix the sugar for topping with cinnamon and sprinkle on top. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 86, and press start. When done, leave without disturbing for 10 min. (The edges of the cake may look slightly moist but will dry up during the standing time.) Leave the dish and to be cool completely. Turn out on a plate and serve cut into pieces.

Programme 87 Butter Cake
22 cm cake dish

Accessory



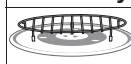
Ingredients

BreMaida	1 ½ cups	Eggs	3
Baking powder	1 ½ tsp	Vanilla essence	1 tsp
Salt	¼ tsp	Milk	2 tbsp
Powdered sugar	¾ cup	Expected total cooking time/1 hour (Excluding preheat time)	
Butter	¾ cup		

Step 1	Beep	Step 2
Grease a 20-22 cm round cake tin and line it with butter paper. Grease the paper. Mix Maida with baking powder and salt. Beat sugar and butter till fluffy. Add eggs one by one, beating well after each addition. Beat in the essence. Fold in the Maida and milk. Pour the mixture in the tin. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 87, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the tin on low rack in the oven. Press start. When done, turn out the cake after 10 min. Cool completely before cutting into pieces. Note: If the cake browns before cooking time, place a piece of aluminium foil on top of the tin and press start.

Programme 88 Raisin Muffins
Number of pieces: 6 pieces

Accessory



Ingredients

Maida	1 cup	Vanilla essence	½ tsp
Raisins	¼ cup	Cinnamon powder	1 tsp
Baking powder	1 tsp	Curd	¼ cup, beaten till smooth
Butter	¼ cup	Expected total cooking time/36 min. (Excluding preheat time)	
Brown sugar	½ cup		
Egg	1		

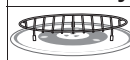
Continued on the next page

Auto Menu

Step 1	Beep	Step 2
Grease 6 large muffin cups with butter. Mix Maida with baking powder and stir in the raisins. Beat butter, sugar and egg together till light. Beat in vanilla essence and cinnamon powder. Gently mix in the Maida mixture alternately with curds. Pour the butter in the prepared cups. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 88, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the cups on the low rack in the oven. Press start. When the muffins are golden brown on top, cover lightly with foil. Press start. When done, cool the muffins for 10 minutes. Turn out the muffins from cups and serve warm or cool completely and store in container.

Programme 89 Fruit Cake

Accessory



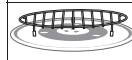
Ingredients

Maida	2 cups	Eggs	2
Baking powder	2 tsp	Orange essence	1 tsp
Salt	¼ tsp	Milk	⅓ cup (80 ml)
Dry fruits and nuts	1 cup, chopped	Expected total cooking time/1 hour and 10 minutes (Excluding preheat time)	
Butter	½ cup		
Powdered sugar	½ cup		

Step 1	Beep	Step 2
Grease a 22 cm cake tin and line the base with butter paper. Grease the paper. Mix Maida with baking powder and salt. Add the fruits and mix well. Beat butter, sugar and eggs together till light and fluffy. Add the essence. Gently mix in the Maida alternately with milk. Pour the mixture in the prepared tin. Press mixture. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 89, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the tin in the oven. on the low rack. Press start. When the top of the cake is golden brown, cover the tin lightly with aluminium foil. Press start. When done, cool the cake on a rack for 10 min. Turn it out of the tin and cool completely before slicing and serving.

Programme 90 Coconut Cake

Accessory



Ingredients

Milk	250 ml	Eggs	4, separated
Sugar	300 g	Baking powder	1 tsp
Butter	100 g	Vanilla essence	1 tsp
Rawa	250 g		
Desiccated coconut	200 g	Expected total cooking time/1 hour and 10 minutes (Excluding preheat time)	

Step 1	Beep	Step 2
Grease a 22 cm cake tin. Line the base with butter paper and grease the paper. Boil the milk. Add sugar, stir till dissolved. Add butter and rawa. Mix well and leave aside to cool. When the mixture is cool, add desiccated coconut. Beat in the egg yolks. Add baking powder and vanilla and mix. Beat the egg whites stiffly and gently mix into the cake mixture. Pour the mixture in the prepared tin. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 90, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the tin over the low rack in the oven. Press start. When the cake is golden brown on top, cover the tin lightly with aluminium foil. When done, leave the cake on a wire rack to cool for 15-20 min. Turn out the cake and cool completely before slicing.

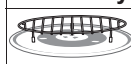
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 91 Eggless Banana Cake

15-16 cm cake tin

Accessory



Ingredients

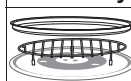
Maida	1 cup	Vanilla essence	½ tsp
Baking powder	1 tsp	Walnuts	4 tbsps, chopped
Powdered sugar	½ cup		
Mashed bananas	½ cup	Expected total cooking time/50 min.	
Oil	½ cup	(Excluding preheat time)	

Step 1	Beep	Step 2
Grease a 15 cm round cake tin and line the bottom with butter paper. Grease the paper. Mix Maida with baking powder. Beat sugar and bananas together till smooth. Add the oil, little by little, beating well after each addition. Beat in the essence. Add Maida and 3 tbsps of walnuts. Gently mix till well combined. Pour in the prepared dish. Sprinkle remaining walnuts on top. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 91, and press start. The oven will start preheating. Do not place the food in the oven while preheating.	Wait for beeps (Beeps when the preheat is finished.)	After the beeps, place the tin in the oven. on the low rack. Press start. When the cake is golden brown on top, cover the tin with a piece of aluminium foil and press start. When done, cool on a rack for 10-15 min. and turn out on a plate. Cool completely and serve sliced.

Programme 92 Nan Khatai

Number of Nan Khatais: 16 Nan Khatais

Accessory



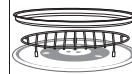
Ingredients

Maida	1 ½ cups	Cardamom powder	½ tsp
Baking soda	¼ tsp	Expected total cooking time/33 min.	
Ghee	¾ cup		
Sugar	½ cup		

Mix Maida with soda. Beat the butter with ghee till light. Add cardamom powder and saffron/colour. Add Maida and knead lightly till the mixture binds together. (If the mixture is sticky, keep covered in refrigerator for 15 min. till it is like soft dough. Divide the mixture into 16 parts. Shape 8 parts into rounds and flatten slightly. Line the base of Crispy plate with foil and grease the foil. Place the shaped nan khatais on it. Mark a cross with a knife on each Nan khatai. Place the Crispy plate on low rack and place inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 92, and press start. When done, repeat with remaining mixture. Cool the nan khatais completely and store in air tight container.

Programme 93 Pista Biscuits

Number of pieces: 25 pieces

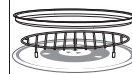
Accessory**Ingredients**

Ghee	¼ cup	Pista	4 tbsp, blanched and sliced thinly
Powdered sugar	¼ cup		
Badam milk masala	2 tsp		
Maida	1 cup		Expected total cooking time/22 min.

Beat ghee and sugar together till light. Add milk masala and beat. Add maida and knead lightly to form dough. (If the dough is crumbly, add few drops of milk. If it is sticky, keep covered in refrigerator for 15-20 min.) Roll out the dough to ¼ cm thick sheet. Sprinkle pista on top and press down gently to make it stick. Cut the sheet with a 4 cm round biscuit cutter. Collect the excess dough, roll and cut again. Line the Crispy plate with aluminium foil. Grease the foil and arrange ½ the biscuits on it. Place the tray on low rack in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 93, and press start. When done, repeat with remaining biscuits. Cool completely and store in air tight container.

Programme 94 Chocolate Chip Cookies

Number of pieces: 30 pieces

Accessory**Ingredients**

Butter	½ cup	Salt	¼ tsp
Powdered sugar	⅔ cup	Chocolate chips	½ cup
Egg	1	Chopped walnuts	⅓ cup
Vanilla essence	½ tsp		
Maida	1 ¼ cups		Expected total cooking time/30 min.
Baking soda	½ tsp		

Beat butter and sugar together till light. Add the egg and vanilla essence and beat well. Mix the Maida with soda, salt, chocolate chips and walnuts. Add this to the butter mixture and mix lightly till combined. Divide the mixture into 2 parts. Grease the Crispy plate and drop spoonfuls of ½ the mixture on the tray, leaving space in between. Place the tray on the low rack in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 94, and press start. When done, turn over the cookies after 2 min. and cool completely on a wire rack. Repeat with remaining mixture. Store in air tight container.

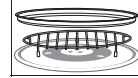
Continued on the next page

Auto Menu

Programme 95 Cherry Biscuits

Number of pieces: 14 pieces

Accessory



Ingredients

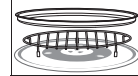
Maida	1 cup	Powdered sugar	$\frac{1}{3}$ cup
Soda	$\frac{1}{4}$ tsp	Rose essence	$\frac{1}{4}$ tsp
Glazed cherries	2 tbsp, chopped		
Butter	$\frac{1}{3}$ cup	Expected total cooking time/27 min.	

Mix together the Maida, soda and cherries. Beat butter and sugar together till light. Add essence and Maida mixture. Roll out to $\frac{1}{4}$ cm thickness and cut with a 5 cm long oval cutter. Line the Crispy plate with aluminium foil and grease it. Place $\frac{1}{2}$ the cookies on it. Place the tray on low rack and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 95, and press start. When done, repeat with remaining cookies. Cool the cookies completely and store in air tight container.

Programme 96 Peanut Cookies

Number of pieces: 24 pieces

Accessory

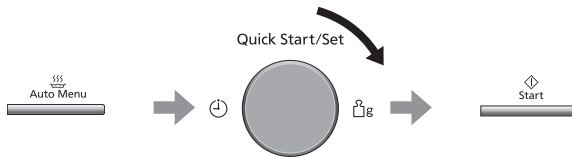


Ingredients

Peanuts	$\frac{1}{2}$ cup	Vanilla essence	$\frac{1}{2}$ tsp
Butter	$\frac{1}{2}$ cup		
Powdered sugar	$\frac{1}{3}$ cup	Expected total cooking time/22 min.	
Maida	1 cup		

Chop the peanuts roughly. Melt the butter and cool. Mix all the ingredients together to form dough. Take $\frac{1}{2}$ the dough and divide into 12 portions. Shape into smooth balls and press lightly. Place them on the greased Crispy plate. Place the tray on low rack in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 96, and press start. Repeat with the remaining dough. Cool the cookies completely and store in air tight container. (Note: Cookies will be crisp after cooling.)

Side Dish (Gravy)



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 91 to 101.

Press Start.

Programme 97 Aloo Matar

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Frozen green peas	200 g	Oil	3 tbsp
Cooked potato*		Onion	½ cup, chopped finely
	150 g, at room temperature	Garlic	6 cloves, chopped finely
Tomato puree	⅓ cup	Ginger	2 cm, chopped finely
Chilli powder	1 tsp or to taste	Coriander leaves to garnish	
Turmeric powder	½ tsp		
Garam masala powder	½ tsp		
Salt to taste			
Water	¾ cup		

*Auto menu - Programme 54: Cook Potato

Expected total cooking time/12 min.

Step 1	Beep	Step 2
Soak the peas in water for 15 minutes and drain. Peel and cut the potatoes into 3 cm cubes. Mix tomato puree with all the powders, water and salt. Pour the oil in a 18-20 cm microwave safe dish. Add onion, ginger and garlic and mix well. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 97, and press start.	Wait for beeps (8 min. after start)	After the beeps, add peas, potatoes, and tomato puree mixture. Mix well and place it in the oven. Cover the dish with a lid. Press start. When done, garnish the curry with chopped coriander leaves and serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 98 Paneer/Chicken Makhni

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

For paneer makhni, use 200 g paneer tikka*/fried paneer cubes	Chili powder	1 tsp
For chicken makhni use 300 g chicken tikka**/cooked boneless chicken***	Green chili	1, slit
*Auto menu - Programme 27: Paneer Tikka	Ghee/oil	1 tbsp
**Auto menu - Programme 29: Chicken Tikka	Kasoori methi	2 tsp
***Refer to <Cook Chicken>, page 47.	Cashew nut	2 tbsp, ground to a paste
Gravy	Water	1 cup
Tomato puree	Salt to taste	
Onion	Sugar	½ tsp
Ginger-garlic paste	Fresh cream	2 tbsp
Cloves	Butter	2 tbsp
Cardamom	Extra cream to garnish, optional	
	Expected total cooking time/13 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Combine tomato puree, onion, ginger-garlic paste, cloves, cardamom, green chili and ghee/oil in a 20-22 cm round microwave safe dish. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 98, and press start.	Wait for beeps (8 min. after start)	After the beeps add paneer/ chicken, cashew nut paste, Kasoori Methi, water, salt and sugar. Mix well. Place it in the oven and press start. When done, stir in the cream and butter. Serve hot, garnished with extra cream. (optional)

Programme 99 Veg Rasdar

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked mixed vegetables*	500 g	Garam masala powder	1 tsp
Water	¾-1 cup	Tomato puree	¼ cup
Salt to taste		Oil	2-3 tbsp
Onion	¾ cup, chopped	*Auto menu - Programme 116: Cook Vegetables	
Garlic	6 cloves		
Ginger	3 cm piece		
Curry powder	3 tsp or to taste		
		Expected total cooking time/12 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
<p>Mix vegetables with water and salt and keep aside.</p> <p>Grind onion, ginger and garlic into a paste, without using any water. Mix with curry powder and garam masala powder.</p> <p>Add tomato puree and oil.</p> <p>Mix well and place in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L) and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 99, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (5 min. after start)</p>	<p>After the beeps, add the reserved vegetable mixture, mix well and cover with a lid.</p> <p>Place it in the oven and press start.</p> <p>When done, serve hot, garnished with coriander leaves.</p>

Programme 100 Fish Coconut Curry

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Most type of fish can be used in this curry. Pomfret, Mackerel, King fish, Sardines, Red snappers are some examples. If using small fish, clean them and keep them whole.		Grated coconut	1 ½ cups
		Chilli powder	2 tsp or to taste
		Coriander powder	1 tsp
		Cumin powder	½ tsp
Fish	500 g	Garlic	4 cloves
Green chillies	2, chopped	Onion	½ cup, finely chopped (50 g)
Tamarind paste	¾ tsp	Water	2 cup
Salt	½ tsp	Salt to taste	
Expected total cooking time/14 min.			

Continued on the next page

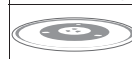
Auto Menu

Step 1	Beep	Step 2
Cut the fish into 4 cm cubes (keep small fish whole). Mix with green chillies, salt and tamarind paste. Grind coconut with all the powders and garlic together to a very smooth paste, using some water. Add onion, salt and 2 cup of water. Mix well and pour in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 100, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps, add the fish, mix well. Place it in the oven and cover with a lid. Press start. When done, leave without disturbing for 10 min. Serve hot.

Programme 101 Shahi Mushroom Curry

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Button Mushrooms	200 g	Cashew nuts	2 tbsp
Onion	1 cup, chopped	Oil/ghee	2 tbsp
Garlic	6 flakes chopped	Kasoori methi	2 tsp
Ginger	3 cm chopped	Coconut milk	½ cup
Tomato puree	¼ cup	Water	¼ cup
Chilli powder	1 tsp or to taste	Salt to taste	
Turmeric powder	½ tsp	Fresh cream	¼ cup
Cumin powder	½ tsp		
Garam masala powder	1 tsp	Expected total cooking time/11 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Cut the mushrooms into quarters. Grind onion, ginger and garlic to a paste, without adding any water. Grind cashew nuts with little water to a paste. Mix cashew nut paste with coconut milk, Kasoori methi, water and salt. Mix the onion paste with tomato puree, all the powders and oil. Place in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L.) and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 101, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps add mushrooms and coconut milk mixture Mix well. Cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, stir in the cream and serve hot.

Programme 102 Prawn Malai Curry

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Coconut milk	1 Packet (200 ml)	Chilli powder	1 tsp or to taste
Curd	3 tbsp, beaten till smooth	Turmeric powder	½ tsp
Tomato puree	3 tbsp	Garam masala powder	½ tsp
Water	½ cup	Oil	2 tbsp
Salt to taste		Expected total cooking time/8 min. 40 sec.	
Peeled prawns	400 g		
Ginger garlic paste	2 tsp		

Step 1	Beep	Step 2
Mix the coconut milk with curds, tomato puree, water and salt. Combine the prawns with ginger garlic paste and all the powders. Place them in a microwave safe 22 cm round dish. Pour in the oil and mix well. Place the dish in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 102, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps add the coconut milk mixture. Mix well. Place it in the oven and cover with a lid. Press start. When done, leave without disturbing for 5 min. Mix and serve hot.

Programme 103 Potato Aloo Bhaji

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked potato*	350 g	Onion	1 ½ cups, finely sliced
Tomato puree	1 tbsp	Green chilli	1-2, slit
Chilli powder	½ tsp	Coriander leaves to garnish	
Turmeric powder	½ tsp	*Auto menu - Programme 54: Cook Potato	
Salt to taste			
Water	1 cup		
Oil	1 tbsp	Expected total cooking time/14 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Peel the potatoes and crumble them, mashing some of them. Mix with tomato puree, chilli powder, turmeric powder, salt and water. Pour the oil in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L). Add onion and green chilli. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 103, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps add the potato mixture. Cover with a lid, place it in the oven and press start. When done, garnish with coriander leaves and serve with pooris.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 104 Veg Stew

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Cooked mixed vegetables*	400 g	Green chillies	3-4 slit
Coconut milk	1 packet (200 ml)	Ginger	3 cm, chopped
Water	250 ml	Black pepper	½ tsp, crushed
Rice flour	1 tbsp	Coriander leaves	a few
Salt to taste		*Carrot, beans, potato, green peas; Auto menu - Programme 116: Cook Vegetables	
Oil	2 tbsp		
Cloves	3		
Cinnamon	2 pieces		
Onion	½ cup, chopped	Expected total cooking time/16 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Combine vegetables with coconut milk. Mix rice flour with some of the water and add to vegetables. Add remaining water and salt. Pour the oil in a microwave safe casserole (Minimum capacity 1 ½ L). Add all the ingredients from cloves to black pepper. Mix well and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 104, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the vegetable mixture. Cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, serve hot garnished with coriander leaves.

Programme 105 Fish Tamarind Curry

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

This curry may be prepared with any fish of your choice. If using small fish, clean them and keep whole.		Tamarind paste	1-1 ½ tsp
		Salt to taste	
Fish pieces	400 g	Seasoning	
Salt	½ tsp	Oil	2 tbsp
Onion	1 cup, finely chopped	Mustard	1 tsp
Garlic	4 cloves, minced	Curry leaves	a few
Curry powder	2 tbsp or to taste	Mix fish with ½ tsp salt.	
Water	1 ¼ cups	Expected total cooking time/21 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Place onion and garlic in a microwave safe 22 cm round dish. Add curry powder, water, salt and tamarind. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 105, and press start.	Wait for beeps (12 min. after start)	After the beeps, add the fish, mix and cover with a lid. Place it in the oven. Press start. When done, let it stand for 10 min. Prepare the seasoning and add to the curry. Serve hot.

Programme 106 Kadi

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Curds	1 cup	Salt to taste	
Water	3 cups	Sugar	½ tsp, optional
Besan	3 tbsp	Seasoning	
Chilli powder	1 tsp	Oil	1 tbsp
Cumin powder	½ tsp	Mustard	1 tsp
Coriander powder	½ tsp	Cumin seeds	1 tsp
Turmeric powder	½ tsp	Curry leaves	a few
Expected total cooking time/14 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Beat the curds till smooth. Add water, besan, all the powders, salt and sugar. Mix till smooth. Pour in a microwave casserole. (Minimum capacity 2 L) Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 106, and press start.	Wait for beeps (12 min. after start)	After the beeps, stir well and press start. When done, prepare the seasoning (tadka/bagar) and add to the kadi. Serve garnished with coriander leaves.

Programme 107 Cook Dal

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Tovar Dal	100 g
Expected total cooking time/27 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Soak the dal in water for 4-6 hours. Drain and add 1 ½-2 cups of water. Put it in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L). Do not cover it. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 107, and press start.	Wait for beeps (23 min. after start)	After the beeps, stir well and press start. When done, mash well and use in recipes as needed. This dal can be stored in refrigerator for 2-3 days and used as required.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 108 Mooli Sambar

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Radish	200 g	Seasoning	
Sambar onions	100 g	Oil	1 tbsp
Water	1 cup	Mustard	1 tsp
Cooked, mashed dal*	1 cup	Curry leaves	a few
Tamarind paste	1 tsp or to taste	*Auto menu - Programme 107: Cook Dal	
Sambar masala	1 tbsp or to taste		
Salt to taste			
Water	1 cup	Expected total cooking time/16 min. 20 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Peel and cut radish into ½ cm round slices. Peel the onions and cut larger ones into halves, leaving the small ones whole. Mix the dal with sambar masala, tamarind paste, salt and water. Put the vegetables in a microwave safe casserole (minimum capacity 2 L) and add 1 cup water. Cover with a lid and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 108, and press start.	Wait for beeps (10 min. after start)	After the beeps, add the dal mixture. Stir well and place it in the oven. Do not cover. Press start. When done, prepare the seasoning and add. Mix well and serve hot. The sambar may thicken on cooling. Add boiled water to thin down.

Programme 109 Palak Dal

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Cooked toor dal	1 ½ cups, mashed*	Turmeric powder	½ tsp
Salt to taste		Coriander powder	1 tsp
Water	1 cup	Cumin powder	½ tsp
Oil	2 tbsp	Cloves	2
Palak	2 cups, finely chopped	Cinnamon	2 pieces
Salt	½ tsp	*Auto menu - Programme 107: Cook Dal	
Green chillies	2, chopped		
Ginger	1 tsp, chopped		
Chilli powder	½ tsp	Expected total cooking time/19 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Mix the dal with water and salt. Pour the oil in microwave safe casserole (minimum capacity 2 L) add all the ingredients from palak to cinnamon. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 109, and press start.	Wait for beeps (8 min. after start)	After the beeps, add the dal, and mix well. Place it in the oven. Press start. When done, serve hot.

Programme 110 Pumpkin Raitha
Number of serves: 3-4

Accessory



Ingredients

Yellow pumpkin	150 g, peeled and chopped	Seasoning	
Green chillies	1-2	Oil	2 tsp
Water	¼ cup	Mustard	½ tsp
Curds	1 cup	Asafoetida	¼ tsp
Salt to taste		Expected total cooking time/4 min. 30 sec.	
Sugar	1 tsp, optional		

Cut pumpkin into 2 cm pieces. Add slit green chillies and water. Place in a microwave safe 20-22 cm round dish and cover with a lid. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 110, and press start. When done, mash the contents and cool completely. Beat the curds till smooth. Add the mashed pumpkin, salt and optional sugar. Prepare the seasoning (Tadka) and add. Mix well and serve.

Programme 111 Baby Corn Curry
Number of serves: 3-4

Accessory



Ingredients

Milk	1 cup	Chilli powder	½ tsp
Corn flour	2 tsp	Garam masala	½ tsp
Peeled fresh baby corn	150-200 g	Water	¾ cup
Grated coconut	½ cup	Salt to taste	
Green chillies	2 or to taste	Fresh cream	2-3 tbsp
Ginger	1.5 cm piece	Expected total cooking time/5 min. 30 sec.	
Garlic	4 cloves		

Step 1	Beep	Step 2
Mix milk with corn flour. Slice the baby corn thinly. Grind coconut with green chillies, ginger, garlic, chilli powder and garam masala to a smooth paste, with some water. Mix the ground paste with baby corn and place in a microwave safe 22 cm round dish. Add ¾ cup of water and salt. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 111, and press start.	Wait for beeps (2 min. after start)	After the beeps, stir the milk and corn flour and add to the curry. Mix well and place it in the oven. (Do not cover) Press start. When done, stir in the cream and serve hot.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 112 Veg Red Curry

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Steamed vegetables*1	400 g	Thai red curry paste	2 tbsp or to taste
Water/vegetable stock	½ cup	*1 Broccoli, mushroom, baby corn, carrot,	
Coconut milk	1 cup	beans, cut into bite size pieces	
Salt to taste			
Oil	1 tbsp	Expected total cooking time/7 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Mix vegetables with water/stock, coconut milk and salt. Place the oil and curry paste in a microwave safe casserole (minimum capacity 1 ½ L). Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 112, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the vegetable mixture, cover with a lid and press start. When done, serve hot.

Programme 113 Prawn Green Curry

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Thai green curry paste	3 tbsp	Coconut milk	1 packet, 200 ml
Oil	1 tbsp	Salt to taste	
Peeled prawns	400 g		
Water	½ cup	Expected total cooking time/8 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Place the curry paste in a microwave safe 22 cm round dish. Add oil and mix well. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 113, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add prawns, water, coconut milk and salt. Mix well, cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, let it stand for 10 min. Mix well and, serve hot.

Programme 114 Masoor Dal

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Pink masoor dal	125 g	Cumin seeds	1 tsp, crushed
Water	1 ¼ cup	Onion	½ cup, chopped
Chilli powder	1 tsp	Cloves	2
Turmeric powder	½ tsp	Cinnamon	2
Coriander powder	½ tsp	Salt and lime juice to taste	
Oil	1 tbsp		

Expected total cooking time/23 min.

Step 1	Beep	Step 2
Soak the dal in water for 4-6 hours. Drain and add 1 ¼ cups of water and all the powders. Pour the oil in a microwave safe casserole (Minimum capacity 1 ½ L). Add onion, cumin, cloves and cinnamon. Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 114, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps add the dal mixture. (Do not cover) Mix well and press start. When done, mash the dal, add salt and lime juice. If it is very thick, thin down with some boiling hot water.

Programme 115 Sweet Sour Pumpkin

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

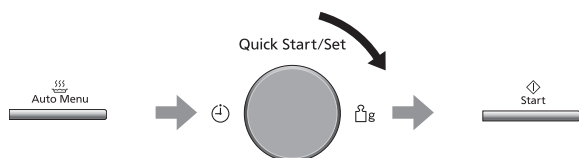
Yellow pumpkin	500 g	Water	½ cup
Chilli powder	1 tsp or to taste	Dry mango powder to taste	
Turmeric powder	½ tsp	Coriander leaves to garnish	
Coriander powder	1 tsp	Sounf	1 tsp
Garam masala powder	1 tsp	Fenugreek	¼ tsp
Ginger	1 tsp, minced	Cumin	1 tsp
Green chilli	2-3, chopped	Asafoetida	a little
Sugar	1 tsp	Oil	2 tbsp
Salt to taste			

Expected total cooking time/15 min. 30 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Peel the pumpkin and cut into 1 cm cubes. Mix with all the powders, ginger, green chilli, salt and sugar. Add water. Coarsely powder sounf, fenugreek, cumin and asafoetida together. Pour oil in a microwave safe casserole (Minimum capacity 1 ½ L). Add the prepared powder. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 115, and press start.	Wait for beeps (8 min. after start)	After the beeps, add the pumpkin mixture. Cover with a lid and place it in the oven. When done, Mash the pumpkin lightly. Add dry mango powder and ½ cup boiling hot water. Mix well and serve garnished with coriander leaves.

Auto Menu

Side Dish (Dry)



Press Auto Menu.

Turn the dial to select the desired programme number on the page 102 to 109.

Press Start.

Programme 116 Cook Vegetables

Ingredients

Fresh vegetables	500 g
Water	2 tbsp

Expected total cooking time/10 min.

Accessory



Cut the vegetables into medium size pieces (1-1.5 cm cubes/slices). Sprinkle with water. Place in a wide shallow microwave safe dish and cover with a lid. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 116, and press start. When done, use in recipes as needed.

Programme 117 Steam Fish

Ingredients

Fish slices
400 g (not more than 2 cm thick)

Expected total cooking time/
6 min. 30 sec.

Accessory



Place the fish slices in a single layer in a microwave safe flat dish. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 117, and press start. When done, let it stand for 10 min. Use in fish cutlet, spicy fish scramble or other dishes as required.

**Programme 118 Potato Curry**

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked potato*	500 g	Oil	3-4 tbsp
Chilli powder	1 tsp or to taste	Mustard	1 tsp
Turmeric powder	½ tsp	Cumin seeds	1 tsp
Garam masala powder	½ tsp	*Auto menu - Programme 54: Cook Potato	
Salt to taste			
Water	¼ cup		
		Expected total cooking time/7 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Peel and cut potatoes into 3 cm cubes. Mix all the powders and salt with the water and mix with the potatoes. Pour the oil in a microwave safe 20-22 cm round dish. Add mustard and cumin seeds. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 118, and press start.	Wait for beeps (3 min. after start)	After the beeps, add the potatoes, mix well, and cover with a lid. Place it in the oven and press start. When done, serve hot.

Programme 119 Chicken Kadai Masala

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked chicken*	500 g	Coriander powder	¾ tsp
Green chillies	2, finely chopped	Salt to taste	
Ginger	3 cm piece, finely chopped	Chicken stock/water	⅓ cup
Mint leaves	2 tbsp, chopped	Oil	2 tbsp
Coriander leaves	2 tbsp, chopped	Onion	1 ½ cups, chopped finely
Tomato puree	¼ cup	*Refer to <Cook Chicken>, page 47.	
Chilli powder	¾ tsp or to taste		
Pepper powder	½ tsp		
Cumin powder	½ tsp	Expected total cooking time/16 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Remove the skin and bones from chicken and flake the meat. Mix it with all the ingredients from green chillies to stock/water. Pour the oil in a microwave safe 20-22 cm round dish. Add onion, mix well and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 119, and press start.	Wait for beeps (8 min. after start)	After the beeps, add the chicken, mix well, cover with a lid and press start. When done, serve hot.

Continued on the next page



Auto Menu

Programme 120 Chutney Fish

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Use any big flaky fish like king fish, Bekt or black pomfret		Green chillies	6-8
Fish slices	400 g (1 cm thick)	Ginger	2 cm
Lime juice	2 tbsp	Garlic	4 cloves
Pepper powder	½ tsp	Cumin seeds	1 tsp
Banana leaves	a few	Coriander leaves	¾ cup, chopped
Oil to brush		Salt to taste	
Chutney		Expected total cooking time/4 min. 30 sec.	
Grated coconut	1 cup		

If the fish slices are big, cut each into 2 pieces and discard the centre bone. Apply lime juice and pepper on both sides. Cut banana leaves into pieces, large enough to wrap the fish slices. Plunge the leaves in boiling hot water for 5 min. Drain and wipe the leaves and brush the shiny side with oil. Grind all the ingredients for chutney together using minimum amount of water. Apply chutney to both sides of fish slices and place each on the greased side of a banana leaf. Fold the leaves to make neat parcels. Secure with thread.

Place the parcels on the turn table, along the outer edge. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 120, and press start. When done, let it stand for 5-7 min. Serve hot.

Programme 121 Sprouted Moong Salad

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Sprouted green gram	1 cup	Salt, sugar and lime juice to taste	
Tomato	½ cup, chopped	Chaat masala to taste	
Onion	½ cup, chopped	Coriander leaves	3 tbsp, chopped
Green chillies	2, minced	Mint leaves	3 tbsp, chopped
Ginger	1 tsp, minced	Expected total cooking time/6 min. 30 sec.	
Pomegranate seeds	1 cup		

Place the sprouted moong in a microwave safe steamer. Pour 1 cup of boiling hot water in the lower container of the steamer. Cover and Place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 121, and press start. When done, cool the sprouts and mix with rest of the ingredients.

Programme 122 Stuffed Brinjal
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Small purple brinjals	500 g	Salt to taste	
Onion	1 ½ cups, very finely chopped	Jaggery powder	1-2 tbsp, optional
Curry powder	1 tbsp or to taste	Oil	3 tbsp
Garam masala powder	1 tsp		
Expected total cooking time/12 min.			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Cut away the stalks from brinjals. Slit the brinjals into four, without separating the four pieces. Mix all the ingredients from onion to jaggery together. Add one tbsp of oil and mix well.</p> <p>Stuff the brinjals with this mixture. Arrange them in a wide, shallow microwave safe dish, keeping the larger ones on the outer edge and smaller ones in the middle, in a single layer.</p> <p>Cover with a lid. Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 122, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (8 min. after start)</p>	<p>After the beeps, open the lid and pour the remaining oil all over the brinjals. Stir well and place it in the oven. without the cover.</p> <p>Press start. When done serve hot.</p>

Programme 123 Kheema Masala
Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Minced mutton	500 g	Salt to taste	
Curds	½ cup	Oil	4 tbsp
Tomato puree	¼ cup	Onion	2 ½ cups, minced
Chilli powder	2 tsp or to taste	Ginger	2 tsp, minced
Coriander powder	2 tsp	Garlic	10 cloves. Minced
Cumin powder	1 tsp	Mint leaves	3 tbsp, chopped
Garam masala powder	1 tsp	Coriander leaves	3 tbsp, chopped
Expected total cooking time/21 min.			

Step 1	Beep	Step 2
<p>Mix the minced mutton with curds, tomato puree, all the powders and salt. Marinate for 30 min. Pour the oil in a microwave safe casserole. Add onion, ginger and garlic.</p> <p>Mix well and place inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 123, and press start.</p>	<p>Wait for beeps (15 min. after start)</p>	<p>After the beeps, add the kheema mixture. Mix well, cover with a lid and press start.</p> <p>When done, mix in the mint and coriander leaves.</p> <p>Serve hot after 5 min.</p>

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 124 Spicy Fish Scramble

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

This is a very spicy recipe. The chilli powder and green chillies may be reduced if preferred.
 Steamed King fish* 400 g
 Chilli powder 2 tsp or to taste
 Turmeric powder ½ tsp
 Salt to taste
 Oil 4 tbsp

Onion 2 ½ cups, minced
 Ginger 3 tsp, minced
 Garlic 15 cloves, minced
 Green chillies 4-6, minced
 Coriander leaves 4 tbsp, chopped

*Auto menu - Programme 117: Steam Fish

Expected total cooking time/21 min. 30 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Remove the skin and bones from fish and flake the fish. Mix it with chilli powder, turmeric powder and salt. Pour the oil in a 22 cm round dish. Add onion, ginger, garlic and green chillies. Mix well and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 124, and press start.	Wait for beeps (15 min. after start)	After the beeps, add the fish mixture. Mix well, cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, mix in the coriander leaves and serve hot.

Programme 125 Hot and Sour Plantain

Number of serves: 4

Accessory



Ingredients

Red chillies 5-6
 Coriander seeds 2 tsp
 Cumin seeds 1 tsp
 Fenugreek (methi) ¼ tsp
 Pepper ½ tsp
 Mustard ½ tsp
 Asafoetida a little

Oil 2 tbsp
 Curry plantain 2 large (about 400 g)
 Salt to taste
 Tamarind paste 1 tsp
 Water ¼ cup

Expected total cooking time/7 min. 30 sec.

Step 1	Beep	Step 2
Dry roast all the ingredients from red chillies to asafoetida and powder coarsely. Mix with oil. Peel the plantains and cut into 2 cm cubes. Mix with the masala paste. Mix salt and tamarind paste with water and add to plantain. Place the mixture in microwave safe 22 cm round dish. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 125, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, stir the plantains well. Place it in the oven. (do not cover.) Press start. When done, serve hot.

Programme 126**Paneer Burji**

Number of serves: 3-4

Accessory**Ingredients**

Paneer	200 g, grated	Water	1/3 cup
Chilli powder	3/4 tsp or to taste	Tomato puree	2 tbsp
Turmeric powder	1/2 tsp	Oil	2 tbsp
Coriander powder	1/2 tsp	Onion	1/2 cup, chopped finely
Cumin powder	1/2 tsp	Coriander leaves to garnish	
Garam masala powder	1/2 tsp		
Salt to taste		Expected total cooking time/11 min. 30 sec.	

Step 1	Beep	Step 2
Mix paneer with all the ingredients from chilli powder to tomato puree. Cover and keep aside. Pour the oil in a microwave safe 20-22 cm round dish. Add onion, mix well and place it inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 126, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the paneer mixture, cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, serve hot, garnished with coriander leaves.

Programme 127**Jeera Aloo**

Number of serves: 4

Accessory**Ingredients**

Cooked potato*	500 g	Garlic	4 cloves, finely sliced
Cumin powder	1 tsp	Green chillies	3-4, finely sliced
Turmeric powder	1/2 tsp	Ginger	3 cm, finely sliced
Salt to taste			
Water	2 tbsp	*Auto menu - Programme 54: Cook Potato	
Oil	3 tbsp	Expected total cooking time/7 min. 30 sec.	
Onion	1/2 cup, finely sliced		

Step 1	Beep	Step 2
Peel the potato and cut into 3 cm cubes. Mix with cumin powder, turmeric powder, salt and water. Pour the oil in a microwave safe casserole (1-1 1/2 L capacity). Add all the ingredients from onion to ginger. Place inside the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 127, and press start.	Wait for beeps (5 min. after start)	After the beeps, add the potato. Mix well. Cover with a lid and place it in the oven. Press start. When done, serve hot with coriander leaves.

Continued on the next page

Auto Menu

Programme 128 Warak Enab

Number of serves: 4-6

Accessory



Ingredients

Grape leaves (jar, rinsed)	35-40 pcs (½ jar)	Parsley leaves (finely chopped)	1 cup
Potatoes (1 cm slices)	1 piece	Onion (small-medium size, finely diced)	1 piece
Tomatoes (1 cm slices)	1 piece	Tomatoes (finely diced)	2 pieces
Onions (1 cm slices)	1 piece	Ground mint/fresh mint leaves (finely chopped)	1 tbsp
■ Broth		Olive oil	1 tbsp
Water	3 cups (or as needed)	Salt	2 tsp
Salt	½ tsp (or to taste)	Black pepper	1 tsp
Lemon (small size, freshly squeezed)	½ piece	Lemon (freshly squeezed)	1 piece
Olive oil	½ tbsp		
■ Filling			
Medium grain rice (rinsed and drained)	1 ½ cups	Expected total cooking time/1 hour and 10 minutes	

Filling

Put all the filling ingredients into a large bowl and set it aside.

Preparing the Grape Leaves

Take the brined grape leaves out of the jar, gently separate them one by one. Rinse them with cold water. Layer each leaf flat on a tray or a large plate.

Creating the Rolls

Lay flat one grape leaf with the vein side up on a flat surface. Trim off and discard the stem with kitchen scissors. Place one spoonful of filling in a straight line near the stem, in the middle of the leaf. (Adjust the size of the filling according to the size of each leaf.) Fold over the bottom of the leaf over the filling and then fold the both sides as well, and roll it up to create a cylindrical parcel.

Layering and Cooking

Mix ½ tablespoon of olive oil, the juice of ½ lemon, and ½ teaspoon of salt in a cup to make a lemon mix. Spread approximately ½ teaspoon of the mix on the bottom of a large pot. Place a layer of sliced potato and half amount of the sliced onion, then place the stuffed grape leaves in two layers. Sprinkle another teaspoon of the mixture. Place the sliced onion, remaining potato, and tomato on top so that the stuffed grape leaves are not visible. Sprinkle the remaining mixture. Place a heat-proof plate on top of the layers like a lid. Pour water around the edges of the plate until the rolls and vegetables are soaked enough in the water, and cover the pot with cling film, leaving a gap around the edge. Place the pot in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 128, and press start. Serve warm or cold, topped with a little extra olive oil if desired.

Programme 129 Cauliflower Sabji

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Cauliflower pieces	3 cups (about 250 g)	Oil	2 tbsp
Cumin powder	1 tsp	Onion	½ cup finely chopped
Turmeric powder	½ tsp	Green chillies	2-3, chopped
Salt to taste			
		Expected total cooking time/11 min.	

Step 1	Beep	Step 2
Combine cauliflower pieces with cumin and turmeric powders. Dissolve salt in 1 tbsp of water and add. Pour the oil in a microwave safe wide dish (20-22 cm round). Add onion and green chillies. Mix well and place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 129, and press start.	Wait for beeps (4 min. after start)	After the beeps add cauliflower. Mix well, spread evenly in the dish and cover with a lid. Place it in the oven and press start. When done, keep covered for 3 min. Mix well and serve hot.

Programme 130 Bhindi Masala

Number of serves: 3

Accessory



Ingredients

Bhindi	350 g	Oil	2 tbsp
Chilli powder	¾ tsp or to taste	Onion	1 ½ cup, finely chopped
Turmeric powder	½ tsp	Ajwain	¼ tsp, optional
Garam masala powder	¾ tsp	Lime juice to taste	
Salt to taste			
Expected total cooking time/12 min. 40 sec.			

Step 1	Beep	Step 2
Cut bhindi into 2-3 cm long pieces. Mix with all the powders. Dissolve salt in 1 tbsp of water and mix with bhindi. Pour the oil in a microwave safe wide dish (20-22 cm round). Add onion and ajwain (optional). Place in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 130, and press start.	Wait for beeps (6 min. after start)	After the beeps, add bhindi and mix well. Spread evenly in the dish. Cover and place it in the oven. Press start. When done, let it stand for 5 min. Mix in lime juice and serve hot.

Programme 131 Lime Pickle

Accessory



Ingredients

Big lime	6	Crushed methi seeds	¼ tsp
Oil	1 tbsp	Asafoetida	½ tsp
Chilli powder	4 tbsp		
Salt	4 tbsp		
Expected total cooking time/9 min.			

Step 1	Beep	Step 2
Cut each lime into 8 pieces. Toss with oil and place in a flat microwave safe 20 cm round dish. Cover with a lid and place it in the oven. Press Auto Menu, turn the dial to select the Auto Menu programme 131, and press start.	Wait for beeps (7 min. after start)	After the beeps, add rest of the ingredients, cover and place it in the oven. When done, let it soak at least for 6-8 hours before serving. If keeping for more than 2 days, store in refrigerator.

Using the Aqua Clean Programme

This programme is designed to clean the cavity and remove any food odour from the microwave oven.

Put 300 ml (1½ cups) of water, a slice of lemon, and about 1 teaspoon of lime juice into a microwave-safe glass bowl. The water level should not exceed half the height of the bowl.



Press Aqua Clean.

Press Start.

The oven will heat the water, creating vapor inside the cavity. Let it stand.
The programme runs for 20 minutes.

→ When the oven beeps, disconnect the power plug and remove the bowl. Now, wipe all the vapor from the cavity with a soft cloth.

■ Notes

1. Do not remove the glass tray and roller ring during this programme.
2. Repeat the above procedure as needed.

Cooking and reheating guidelines

Most foods reheat very quickly in your oven by HIGH power. Meals can be brought back to serving temperature in just minutes.

Always check food is piping hot and return to oven if necessary.

As a general rule, always cover wet foods, e.g. soups, casseroles and plated meals.

Do not cover dry foods e.g. bread rolls, mince pies, sausage rolls, etc.

Remember when cooking or reheating any food that it should be stirred or turned wherever possible. This ensures even cooking or reheating on the outside and in the centre.

MINCE PIES - CAUTION

REMEMBER even if the pastry is cold to the touch, the filling will be piping hot and will warm the pastry through. Take care not to overheat otherwise burning can occur due to the high fat and sugar content of the filling. Check the temperature of the filling before consuming to avoid burning your mouth.

PUDDINGS AND LIQUIDS - CAUTION

Puddings and other foods high in fats or sugar, e.g. jam, mince pies, must not be over heated. These foods must never be left unattended as with over cooking these foods can ignite. Take great care when reheating these items.

Do not leave unattended.

BABY BOTTLES - CAUTION

Milk or formula MUST be shaken thoroughly before heating and again at the end and tested carefully before feeding a baby.

For 200-240 ml of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 30-50 sec. CHECK CAREFULLY BEFORE FEED.

For 90 ml of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 15-20 sec. CHECK CAREFULLY BEFORE FEED.

N.B. Liquid at top of bottle will be much hotter than at bottom.

The bottle must be shaken thoroughly and tested before use.

WE DO NOT RECOMMEND THAT YOU USE YOUR MICROWAVE TO STERILISE BABY BOTTLES.

If you have a special microwave steriliser, we urge extreme caution, due to the low quantity of water involved. It is vital to follow the manufacturers instructions implicitly.

PLATED MEALS

Everyone's appetite varies and reheat times depend on meal contents. Dense items e.g. mashed potato, should be spread out well.

If a lot of gravy is added, extra time may be required.

Place denser items to the outside of the plate. Between 2-4 min on HIGH power will reheat an average portion. Do not stack meals.

CANNED FOODS

Remove foods from can and place in a suitable dish before heating.

SOUPS

Use a bowl and stir before heating and at least once through reheat time and again at the end.

CASSEROLES

Stir halfway through and again at the end of heating.

Questions and answers

Q: Why won't my oven turn on?

A: When the oven does not turn on, check the following:

1. Is the oven plugged in securely?
Remove the plug from the outlet, wait 10 seconds and reinsert.
2. Check the circuit breaker and the fuse.
Reset the circuit breaker or replace the fuse if it is tripped or blown.
3. If the circuit breaker or fuse is all right, plug another appliance into the outlet. If the other appliance works, there probably is a problem with the oven. If the other appliance does not work, there probably is a problem with the outlet.
If it seems that there is a problem with the oven, contact an authorised Service Centre.

Q: My oven causes interference with my TV. Is this normal?

A: Some radio and TV interference might occur when you cook with the oven. This interference is similar to the interference caused by small appliances such as mixers, vacuums, blow dryers, etc. It does not indicate a problem with your oven.

Q: The oven won't accept my programme. Why?

A: The oven is designed not to accept an incorrect programme. For example, the oven will not accept a 4th stage.

Q: Sometimes warm air comes from the oven vents. Why?

A: The heat given off from the cooking food warms the air in the oven cavity. This warmed air is carried out of the oven by the air flow pattern in the oven. There are no microwaves in the air. The oven vents should never be blocked during cooking.

Q: Can I use a conventional oven thermometer in the oven?

A: Only when you are using GRILL and CONVECTION cooking modes. The metal in some thermometers may cause arcing in your oven and should not be used on MICROWAVE and COMBINATION cooking modes.

Q: There are humming and clicking noises from my oven when I cook by COMBINATION. What is causing these noises?

A: The noises occur as the oven automatically switches from MICROWAVE power to GRILL/ CONVECTION to create the COMBINATION setting. This is normal.

Q: My oven has an odour and generates smoke when using the COMBINATION, GRILL and CONVECTION function. Why?

A: After repeated use, it is recommended to clean the oven and then run the oven without food and glass tray on GRILL for 5 minutes. This will burn off any food, residue or oil which may cause an odour and/or smoking.

Care of your oven

1. The oven should be unplugged before cleaning.
2. Clean the inside of the oven, door seals and door seal areas regularly. When food splatters or spilled liquids adhere to the oven walls, door seals and door seal areas wipe off with a damp cloth. Mild detergent may be used if they get very dirty. The use of harsh detergent or abrasive is not recommended. Avoid cleaning the microwave feed guide area situated on the right hand side of the cavity wall.
DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS.
3. Do not use harsh, abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering the glass.
4. The outside oven surface should be cleaned with a damp cloth. To prevent damage to the operating parts inside the oven, water should not be allowed to seep into the ventilation openings.
5. If the Control Panel becomes dirty, clean it with a soft cloth. Do not use harsh detergents or abrasives on the Control Panel. When cleaning the Control Panel leave the oven door open to prevent the oven from accidentally turning on. After cleaning press Stop/Cancel to clear display window.
6. If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe with a soft cloth. This may occur when the oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates a malfunction of the oven.
7. It is occasionally necessary to remove the glass tray for cleaning. Wash the tray in warm soapy water or in a dishwasher.
8. The roller ring and oven cavity floor should be cleaned regularly to avoid excessive noise. Simply wipe the roller ring and the oven cavity floor with mild detergent and hot water then dry with a clean cloth. Cooking vapours collect during repeated use but in no way affect the bottom surface or roller ring wheels. Do not remove the roller ring from the oven cavity floor for cleaning.
9. When using the GRILL, CONVECTION or COMBINATION mode, some foods may inevitably splatter grease on to the oven walls. If the oven is not cleaned occasionally, it may start to “smoke” during use.
10. A steam cleaner is not to be used for cleaning.
11. This oven should only be serviced by qualified personnel. For maintenance and repair of the oven contact the nearest authorised dealer.
12. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of surfaces that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.
13. Keep air vents clean at all times. Check that no dust or other material is blocking any of the air vents of the oven. If air vents become blocked this could cause overheating which would affect the operation of the oven and possibly result in a hazardous situation.
14. Never use any sharp utensils on the Crispy plate as this will damage the non-stick surface.
15. After use, wash the Crispy plate in hot soapy water and rinse in hot water. Do not use any abrasive cleaning substances or scouring pads as this will damage the surface of the tray.

Specifications

Power Source		230-240 V 50 Hz	220-230 V 60 Hz
Power Consumption	Microwave	1550 W	
	Grill	1000 W	
	Convection	2100 W	
	Combination	2100 W	
Output	Microwave	1000 W (IEC-60705)	
	Grill	1000 W	
	Convection	2100 W	
Outside Dimensions		523 (W) × 460 (D) × 300 (H) mm	
Oven Cavity Dimensions		355 (W) × 335 (D) × 241 (H) mm	
Overall Cavity Volume		29 L	
Glass Tray Diameter		315 mm	
Operating Frequency		2450 MHz	
Net Weight		18.0 kg	

Information for power consumption in low power mode and maximum time to reach low power mode.

Standby mode	0.8 W
The maximum time to reach standby mode	20 minutes

- Weight and Dimensions shown are approximate.
- Specifications subject to change without notice.
- As for the voltage requirement, the production month, country and serial number, please refer to the identification label on the microwave oven.

Disposing of this product correctly will help to save valuable resources and prevent any potential negative effects on human health and the environment which could otherwise arise from inappropriate waste handling.
Please contact your local authority for further details of your nearest designated collection point.



Importer: Panasonic Marketing Middle East & Africa FZE
Jebel Ali Dubai United Arab Emirates

Panasonic Corporation
1006 Kadoma Osaka Japan

Website: <https://www.panasonic.com>

© Panasonic Corporation 2025

PN:
F0725-0
Printed in China



جهة الاستيراد:
باناسونيك الشرق الأوسط وأفريقيا للتسويق م.م.ح، جبل علي دبي الإمارات
العربية المتحدة

شركة باناسونيك
كادوما أوساكا اليابان 1006

Website: <https://www.panasonic.com>

PN:
F0725-0
طُبِعَ فِي الصِّينِ

حقوق الطبع والنشر © عام 2025 لشركة Panasonic Corporation





المواصفات

مصدر الطاقة		240-230 فولت 50 هرتز	230-220 فولت 60 هرتز
استهلاك الطاقة	الميكروويف	1550 واط	
	الشوي	1000 واط	
	الطهي بالحمل الحراري	2100 واط	
	الطهي المجمع	2100 واط	
مخرج الطاقة	الميكروويف	1000 واط (IEC-60705)	
	الشوي	1000 واط	
	الطهي بالحمل الحراري	2100 واط	
الأبعاد الخارجية		523 (عرض) × 460 (عمق) × 300 (ارتفاع) مم	
أبعاد تجويف الفرن		355 (عرض) × 335 (عمق) × 241 (ارتفاع) مم	
حجم التجويف الكلي		29 لتر	
قطر الصينية الزجاجية		315 مم	
تردد التشغيل		2450 هرتز	
الوزن الصافي		18.0 كجم	

معلومات عن استهلاك الطاقة في وضع الطاقة المنخفضة والحد الأقصى للوقت للوصول إلى وضع الطاقة المنخفضة.

وضع الاستعداد	0.8 واط
الحد الأقصى للوقت للوصول إلى وضع الاستعداد	20 دقيقة

- الوزن والأبعاد المعروضة تقريبية.
- المواصفات عرضة للتغيير دون إشعار.
- أما بالنسبة لمتطلبات الجهد، وشهر الإنتاج، والبلد والرقم التسلسلي، فإنه يرجى الرجوع إلى بطاقة التعريف على فرن الميكروويف.

التخلص الصحيح من هذا المنتج سيساعد في حفظ الموارد القيمة ومنع أي آثار سلبية محتملة على صحة الإنسان والبيئة. يمكن أن تنشأ من التعامل غير اللائق مع النفايات. يرجى الاتصال بسلطة محلية للحصول على مزيد من التفاصيل حول أقرب نقطة تجميع مخصصة لديك.

العناية بالفرن الخاص بك

1. يجب نزع قابس الفرن قبل التنظيف.
2. قم بتنظيف الجزء الداخلي للفرن، وموانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بانتظام. عندما تلتصق المواد الغذائية أو السوائل المنسوجة بجدران الفرن، فامسح موانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بقطعة قماش رطبة. يمكن استخدام منظفات معتدلة إذا كانت قذرة جدًا. لا ينصح باستخدام المنظفات القاسية أو الكاشطة. تجنب تنظيف منطقة دليل التقييم الميكروويف الموجود على الجانب الأيمن من جدار التجويف. لا تستخدم منظفات تجارية للفرن.
3. لا تستخدم المنظفات القاسية أو الكاشطة أو كاشطات معدنية حادة لتنظيف زجاج باب الفرن لأنها قد تخدش السطح، مما قد يؤدي إلى تحطيم الزجاج.
4. يجب تنظيف سطح الفرن الخارجي بقطعة قماش رطبة. ولمنع تلف الأجزاء العاملة داخل الفرن، فإنه ينبغي عدم السماح للماء بالتسرب إلى فتحات التهوية.
5. إذا اتسخت لوحة التحكم، فقم بتنظيفها بقطعة قماش ناعمة. لا تستخدم المنظفات القاسية أو المواد الكاشطة على لوحة التحكم. عند تنظيف لوحة التحكم، اترك باب الفرن مفتوحًا لمنع الفرن من التشغيل عن طريق الخطأ. اضغط على إيقاف/إلغاء بعد التنظيف لمحو نافذة العرض.
6. في حالة تراكم البخار داخل أو خارج الباب الخارجي للفرن، فامسحه بقطعة قماش ناعمة. قد يحدث هذا عندما يتم تشغيل الفرن في ظروف رطوبة عالية ولا يشير ذلك بأي حال من الأحوال إلى خلل في الفرن.
7. من الضروري أحيانًا إزالة الصينية الزجاجية لتنظيفها. اغسل الصينية في ماء صابون دافئ أو في غسالة الصحون.
8. وينبغي تنظيف البكرة الحلقية وتجويف أرضية الفرن بانتظام لتجنب الضوضاء المفرطة. قم ببساطة بمسح البكرة الحلقية وتجويف أرضية الفرن بمنظفات لطيفة وماء ساخن ثم جففهما بقطعة قماش نظيفة. تتجمع أبخرة الطهي في أثناء الاستخدام المتكرر ولكنها لا تؤثر بأي شكل من الأشكال على سطح القاع أو البكرة الحلقية. لا تقم بإزالة البكرة الحلقية من تجويف أرضية الفرن للتنظيف.
9. 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 يبدأ بإصدار "دخان" أثناء الاستخدام.
10. لا تستخدم منظف البخار لغرض التنظيف.
11. يجب عدم إجراء أي صيانة للفرن إلا عن طريق موظفين مؤهلين. لصيانة وإصلاح الفرن اتصل بأقرب وكيل معتمد.
12. قد يؤدي عدم الاحتفاظ بالفرن في حالة نظيفة إلى تدهور الأسطح مما قد يؤثر سلبيًا على حياة الجهاز وربما يؤدي إلى وضع خطير.
13. حافظ على نظافة فتحات التهوية في دائمًا. تأكد من عدم وجود أي غبار أو أي مادة أخرى تسد أي فتحة من فتحات التهوية في الفرن. إذا تم انسداد فتحات التهوية، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة درجة الحرارة مما قد يؤثر على تشغيل الفرن وربما يؤدي إلى وضع خطير.
14. لا تستخدم أبدًا أي أدوات حادة على صحن القلي، لأن ذلك سيعرض السطح المقاوم للالتصاق.
15. بعد الاستخدام، يُغسل صحن القلي بالماء الساخن وسائل التنظيف ويُشطف بالماء الساخن. لا تستخدم أي مواد تنظيف كاشطة أو وسادات جلي، حيث سيؤدي ذلك إلى إتلاف سطح الصينية.

أسئلة وأجوبة

س: لماذا لم يتم تشغيل الفرن الخاص بي؟

ج: عند عدم تشغيل الفرن، تحقق مما يلي:

1. هل الفرن موصل في القابس بأمان؟
قم بإزالة القابس من المنفذ، وانتظر 10 ثوان وأعد إدخاله.
2. تحقق من قاطع التيار والصمامات.
قم بإعادة تعيين قاطع التيار أو استبدل الصمامات إذا كانت مفصولة أو منصهرة.
3. إذا كان قاطع التيار أو الصمامات على ما يرام، فقم بتوصيل جهاز آخر في المنفذ. إذا كان الجهاز الآخر يعمل، فربما تكون هناك مشكلة في الفرن. إذا كان الجهاز الآخر لا يعمل، فربما تكون هناك مشكلة في المنفذ. إذا كانت هناك مشكلة في الفرن، فاتصل بمركز صيانة معتمد.

س: يؤدي الفرن لدي إلى التداخل مع جهاز التلفزيون. هل هذا طبيعي؟

ج: قد تحدث بعض التداخلات الراديوية والتلفزيونية عند طهي الطعام في الفرن. هذا التداخل مشابه للتداخل الناجم عن الأجهزة الصغيرة مثل الخلاطات والمكانس الكهربائية، ومجففات الهوائية وخلافه. وهذا لا يشير إلى وجود مشكلة في الفرن.

س: لا يقبل الفرن برنامجي، لماذا؟

ج: تم تصميم الفرن لعدم قبول أي برنامج غير صحيح. على سبيل المثال، لا يقبل الفرن المرحلة الرابعة.

س: في بعض الأحيان يخرج هواء دافئ من فتحات الفرن. لماذا؟

ج: الحرارة الخارجة من الطعام الناضج تدفئ الهواء في تجويف الفرن. ويخرج هذا الهواء الساخن من الفرن عن طريق تدفق الهواء في الفرن. لا توجد موجات متناهية الصغر في الهواء. يجب عدم سد فتحات التهوية بالفرن مطلقاً أثناء الطهي.

س: هل يمكنني استعمال ميزان حرارة الفرن التقليدي في الفرن؟

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

س: توجد ضوضاء قرعقة وطنين تصدر من الفرن عند الطهي باستخدام وضع الطهي المجمع. ما سبب هذه الضوضاء؟

ج: تحدث هذه الضوضاء أثناء انتقال الفرن تلقائياً من وضع طاقة الميكروويف إلى الشوي أو الطهي بالحمل الحراري لإنشاء إعداد الطهي المجمع. وهذا يعد طبيعياً.

س: تنبعث من الفرن رائحة ويصدر دخان عند استخدام وظيفة الطهي المجمع والشوي والطهي بالحمل الحراري. ما السبب؟

ج: بعد الاستخدام المتكرر، يوصى بتنظيف الفرن ثم تشغيل الفرن من دون طعام والصينية الزجاجية في وضع الشوي لمدة 5 دقائق. سيؤدي ذلك إلى حرق أي طعام أو بقايا أو زيت قد يسبب رائحة و/أو يصدر دخاناً.

إرشادات الطبخ وإعادة التسخين

تسخن معظم الأطعمة بسرعة كبيرة في الفرن لديك في الطاقة المرتفعة. يمكن إعادة تسخين الوجبات إلى درجة حرارة التقديم في غضون دقائق معدودة.

تحقق دائمًا من أن الطعام ساخن للغاية وأعدّه إلى الفرن إذا لزم الأمر.

كقاعدة عامة، يجب دائمًا تغطية الأطعمة الرطبة، على سبيل المثال، الحساء، واليخنة والوجبات التي تقدم في أطباق.

لا تقم بتغطية الأطعمة الجافة مثل لفات الخبز، وفطائر اللحم المفروم، ولفائف السجق، وخلافه.

تذكر عند طهي أو إعادة تسخين أي طعام أنه يجب تغليب أو قلب الطعام كلما كان ذلك ممكنًا. وهذا يضمن الطهي أو إعادة التسخين المتساوي في الجزء الخارج وفي الوسط.

فطائر اللحم المفروم - تحذير

تذكر أنه حتى لو كانت المعجنات باردة عند اللمس، فسوف يكون الحشو ساخنًا للغاية وسوف تسخن المعجنات من خلالها. توخ الحذر لأن الإفراط في التسخين يمكن أن يحدث احتراق نظرًا لنسبة الدهون والسكر العالية في الحشو. تحقق من درجة حرارة الحشو قبل التناول لتجنب حرق فمك.

الحساء والسوائل - تحذير

يجب عدم الإفراط في تسخين الحساء وغيرها من الأطعمة عالية الدهون أو السكريات، على سبيل المثال، المربي، وفطائر اللحم المفروم. يجب عدم ترك هذه الأطعمة دون مراقبة لأنها تشتعل أثناء الطهي. توخ الحذر الشديد عند إعادة تسخين هذه العناصر. ولا تتركها دون مراقبة.

زجاجات إرضاع الطفل - تحذير

يجب رج الحليب أو الحليب الصناعي جيدًا قبل التسخين ومرة أخرى في النهاية واختباره بعناية قبل إرضاع الطفل.

لكمية 200-240 مل من الحليب في درجة حرارة الثلاجة، قم بإزالة الجزء العلوي والحلمة. قم بالتسخين على الطاقة المرتفعة لمدة 30-50 ثانية. افحص جيدًا قبل التغذية.

لكمية 90 مل من الحليب في درجة حرارة الثلاجة، قم بإزالة الجزء العلوي والحلمة. قم بالتسخين على الطاقة المرتفعة لمدة 15-20 ثانية. افحص جيدًا قبل التغذية.

ملحوظة: سوف يكون السائل في الجزء العلوي من الزجاجات أكثر سخونة بكثير من في السائل في الجزء السفلي.

يجب رج الزجاجات جيدًا واختبارها قبل الاستخدام.

إننا لا نوصي باستخدام الميكروويف في تعقيم زجاجات إرضاع الطفل.

إذا كان لديك معقم ميكروويف خاص، فإننا نحثك على الحذر الشديد، نظرًا لانخفاض كمية المياه المستخدمة. ومن الأهمية بمكان اتباع تعليمات المصنعين ضمنياً.

وجبات الطعام

تتفاوت شهية الجميع وتتوقف أوقات التسخين على محتويات الوجبة. ويجب توزيع العناصر الكثيفة مثل البطاطس المهروسة بشكل جيد.

إذا تمت إضافة الكثير من المرق، فقد تكون هناك حاجة إلى وقت إضافي.

ضع العناصر الأكثر كثافة في الجزء الخارجي من اللوحة.

سيعاد تسخين جزء متوسط في غضون 2-4 دقائق على الطاقة المرتفعة. لا تكس وجبات الطعام.

الأطعمة المعبأة

قم بإزالة الأطعمة من العلبة وضعها في طبق مناسب قبل التسخين.

الحساء

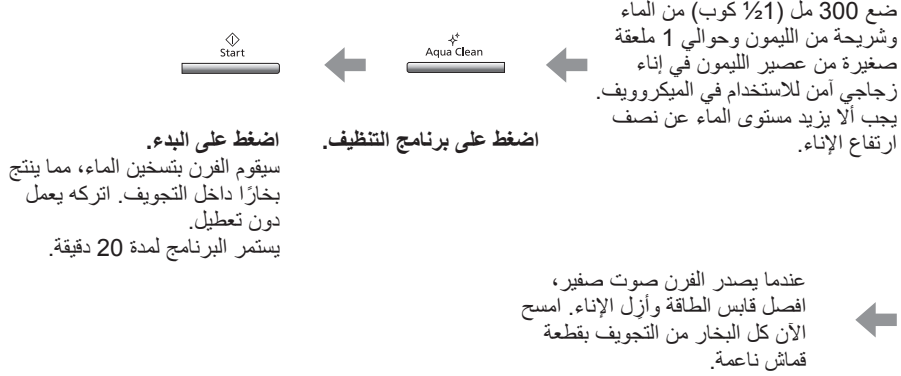
استخدم وعاء وقم بالتقليب قبل التسخين مرة واحدة على الأقل خلال وقت إعادة التسخين ومرة أخرى في النهاية.

اليخنة

قم بالتقليب في منتصف الوقت وأعد التقليب في نهاية التسخين.

استخدام برنامج التنظيف

هذا البرنامج مصمم لتنظيف التجويف وإزالة أي رائحة طعام من فرن الميكروويف.



ملاحظات

1. لا تقم بإزالة الصبغة الزجاجية والبكرة الحلقية أثناء تشغيل هذا البرنامج.
2. كرر الإجراء الوارد أعلاه حسب الحاجة.



الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف القرنبيط. امزجه جيّداً، وقم بفرده بالتساوي في الطبق وتغطيته. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه مغطى لمدة 3 دقائق، ثم اخلطه جيّداً وقدمه ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	قم بمزج قطع القرنبيط مع الكمون ومسحوق الكركم. قم بتذويب الملح في 1 ملعقة كبيرة من الماء ثم أضفه. اسكب الزيت في طبق آمن الاستخدام في الميكروويف (مستدير قطر 20 22-سم). أضف البصل والفلفل الأخضر الحار. امزج الخليط جيّداً وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 129، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 130 مسالا باليامية عدد الحصص: 3

المكونات

2 ملعقة كبيرة زيت 1 ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة ¼ ملعقة صغيرة، اختياري عصير ليمون حسب المذاق	350 جم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ¼ ملعقة صغيرة أو ½ ملعقة صغيرة ¾ ملعقة صغيرة	بامية مسحوق الفلفل الحار (الشطة) حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق توابل مسالا جرام ملح حسب المذاق
---	--	---

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف البامية وامزج الخليط جيّداً. قم بفردها بالتساوي في الطبق. قم بتغطيته وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها بدون تقليب لمدة 5 دقائق. وامزجها في عصير الليمون وقدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 6 دقائق من البدء)	قم بتقطيع البامية إلى قطع بطول 2-3 سم. امزجها مع جميع المساحيق. قم بتذويب الملح في 1 ملعقة كبيرة من الماء وامزجها مع البامية. اسكب الزيت في طبق آمن الاستخدام في الميكروويف (مستدير قطر 20 22-سم). أضف البصل والأجواين (اختياري). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 130، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 131 مرق الليمون

المكونات

¼ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة	بذور الليمون المسحوقة أسافويديدا	6 1 ملعقة كبيرة 4 ملاعق كبيرة 4 ملاعق كبيرة	ليمونة كبيرة زيت مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ملح
--------------------------------	-------------------------------------	--	--

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف بقية المقادير وقم بالتغطية وضعه في الفرن. عند الانتهاء، اتركه منقوعاً لمدة 6-8 ساعات على الأقل قبل التقديم. في حالة الاحتفاظ به لأكثر من يومين، فقم بتخزينه في الثلاجة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)	قم بتقطيع كل ليمونة إلى 8 قطع. امزجها مع الزيت وضعه في طبق مستدير مسطح 20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 131، واضغط على البدء.



قوائم تلقائية



الملحق

ورق عنب

البرنامج 128

عدد الحصص: 4-6

المكونات

أوراق البقدونس (مفرومة فرم ناعم) 1 كوب بصل (صغير أو متوسط الحجم، مقطع إلى مكعبات صغيرة) 1 قطعة طماطم (مقطعة إلى مكعبات صغيرة) 2 قطعة نعناع مفروم/أوراق نعناع طازجة (مفرومة فرم ناعم) 1 ملعقة كبيرة زيت زيتون 1 ملعقة كبيرة ملح 2 ملعقة صغيرة فلفل أسود 1 ملعقة صغيرة ليمون (معصور حديثاً) 1 قطعة	أوراق العنب (وعاء، مغسولة) 35-40 قطعة (½ وعاء) بطاطس (شرائح بسمك 1 سم) 1 قطعة طماطم (شرائح بسمك 1 سم) 1 قطعة بصل (شرائح بسمك 1 سم) 1 قطعة ■ شوربة ماء 3 أكواب (أو حسب الحاجة) ½ ملعقة صغيرة (أو حسب الرغبة) ليمون (صغير الحجم ومعصور حديثاً) ½ قطعة زيت زيتون ½ ملعقة كبيرة ■ الحشو أرز متوسط الحبة (مغسول ومصفى) 1 ½ كوب
---	---

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 ساعة و 10 دقائق

الحشو

ضع كل مكونات الحشو في إناء كبير، وضعه جانباً.

تحضير أوراق العنب

أخرج أوراق العنب المملحة من الوعاء وافصلها برفق واحدة تلو الأخرى. اغسلها بماء بارد. ضع كل ورقة مسطحة على صينية أو طبق كبير.

إعداد اللغائف

ضع ورقة عنب واحدة ويكون جانب العرق لأعلى على سطح مستو. اقطع الساق وتخلص منها باستخدام مقص المطبخ. ضع ملعقة واحدة من الحشو في خط مستقيم بالقرب من الساق في منتصف الورقة. (قم بملاءمة حجم الحشو حسب حجم كل ورقة.) قم بثني الجزء السفلي من الورقة فوق الحشو، ثم قم بثني الجانبين أيضاً، ولف الورقة لأعلى لصنع قطعة أسطوانية الشكل.

رص الطبقات والطهي

أخلط ½ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون وعصير ½ ليمونة و½ ملعقة صغيرة من الملح في كوب لإعداد مزيج الليمون. ورّع حوالي ½ ملعقة صغيرة من المزيج في قاع قدر كبير. ضع طبقة من شرائح البطاطس المقطعة ونصف كمية البصل المقطع، ثم ضع ورق العنب المحشو في طبقتين. قم برش ملعقة صغيرة أخرى من المزيج. وضع فوقها شرائح البصل المقطعة والبطاطس المتبقية والطماطم في الأعلى حتى لا تظهر أوراق العنب المحشو. وقم برش المزيج المتبقي. ضع طبقاً مقاوماً للحرارة فوق الطبقات كأنه غطاء. اسكب الماء حول حواف الطبق حتى تصير اللغائف والخضروات منقوعة في الماء بقدر كاف، وقم بتغطية الإناء بغشاء بلاستيكي رقيق مع ترك فجوة حول الحافة. ضع القدر في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 128، واضغط على البدء. قدّمها دافئة أو باردة مع إضافة القليل من زيت الزيتون حسب الرغبة.



الملحق

قرنبيط بتوابل سايجي

البرنامج 129

عدد الحصص: 3

المكونات

زيت 2 ملعقة كبيرة بصل ½ كوب، مقطع فلفل أخضر حار 2-3، مقطع	3 كوب (حوالي 250 جرام) 1 ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/11 دقيقة.
---	--

قطع قرنبيط
مسحوق الكمون
مسحوق الكركم
ملح حسب المذاق



الملحق

بورجي بچين البانير
عدد الحصص: 3-4

البرنامج 126

المكونات

ماء مهروس الطماطم زيت بصل أوراق الكزبرة للتزيين	200 جرام، مبشورة ¼ ملعقة صغيرة أو ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة	بانير مسحوق الفلفل الحار (الشطة) حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق الكزبرة مسحوق الكمون مسحوق ثوابل مسالا جرام ملح حسب المذاق
¼ كوب 2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة		
وقت الطهي الإجمالي المتوقع 11 دقيقة 30 ثانية.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط البانير وقم بتغطيته بغطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً، وقم بتزيينه بأوراق الكزبرة.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	امزج البانير مع جميع المقادير من الفلفل الحار إلى مهروس الطماطم. قم بتغطيته وضعه جانباً. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف البصل وامزج الخليط جيداً وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 126، واضغط على البدء.



الملحق

جيرالو
عدد الحصص: 4

البرنامج 127

المكونات

ثوم فلفل أخضر حار زنجبيل	4 فصوص، مقطع إلى شرائح صغيرة 3-4، مقطع إلى شرائح صغيرة 3 سم، مقطع إلى شرائح صغيرة	بطاطس مطبوخة* مسحوق الكمون مسحوق الكركم ملح حسب المذاق ماء زيت بصل
	500 جم 1 ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة 3 ملاعق كبيرة ½ كوب، مقطع إلى شرائح صغيرة	
*قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس		
وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7 دقيقة 30 ثانية.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف البطاطس. امزجها جيداً. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخناً مع أوراق الكزبرة.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بتقسير البطاطس وقطعها إلى مكعبات 3 سم. امزجها مع مسحوق الكمون ومسحوق الكركم والملح والماء. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (السعة 1-1 ½ لتر). أضف جميع المقادير من البصل إلى الزنجبيل. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 127، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

مزيج السمك بالتوابل
عدد الحصص: 4

البرنامج 124

المكونات

2 ½ كوب، مفروم 3 ملعقة صغيرة، مفروم 15 فص، مفروم 4-6، مفروم 4 ملاعق كبيرة، مقطعة	بصل زنجبيل ثوم فلفل أخضر حار أوراق كزبرة	هذه وصفة ذات توابل خاصة. يمكن تقليل كمية مسحوق الفلفل الحار (الشطة) والفلفل الأخضر الحار حسب التفضيل. سمك كنج مدخن* مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1 ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكركم ملح حسب المذاق زيت
*قوائم تلقائية - البرنامج 117: السمك المدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/21 دقيقة 30 ثانية.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط السمك. امزج الخليط جيدًا، قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء امزجه بأوراق الكزبرة وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصارفات (بعد 15 دقيقة من البدء)	قم بإزالة جلد السمك وعظامه وقم بتقشير. امزجه مع مسحوق الفلفل الحار ومسحوق الكركم والملح. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 22 سم. أضف البصل والزنجبيل والثوم والفلفل الأخضر الحار. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 124، واضغط على البدء.



الملحق

موز الجنة الحار والحامض
عدد الحصص: 4

البرنامج 125

المكونات

2 ملعقة كبيرة 2 حبة كبيرة (حوالي 400 جرام) 1 ملعقة صغيرة ¼ كوب	زيت موز جنة أصفر ملح حسب المذاق معجون التمر هندي ماء	6-5 2 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة القليل
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 30 ثانية.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصارفات، قم بتقليب موز الجنة جيدًا. ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية). اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصارفات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بتحميص جميع المقادير تحميصًا جافًا من الفلفل الحار الأحمر حتى الأسافوييتيد وقم بعمل مسحوق خشن منها. وامزجها بالزيت. قم بتقشير موز الجنة وقطعه إلى مكعبات 2 سم. امزجه مع معجون المسالا. امزج الملح مع معجون التمر هندي مع الماء وأضف موز الجنة. ضع الخليط في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 125، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 122 باذنجان محشو عدد الحصص: 4

المكونات

500 جم بصل مسحوق الكاري مسحوق ثوابل مسالا جرام 1 1/2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 1 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق 1 ملعقة صغيرة	ملح حسب المذاق مسحوق الجاجري زيت وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة.
--	--

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بتقطيع سيقان الباذنجان. قم بتقطيع الباذنجان إلى أربع قطع، بدون فصلها. قم بمزج جميع المقادير من البصل إلى الجاجري معًا. أضف ملعقة كبيرة من الزيت وامزجها جيدًا. قم بحشو الباذنجان بهذا الخليط. قم بترتيبه في طبق عريض وغير عميق وأمن الاستخدام في الميكروويف، مع جعل القطع الكبيرة ناحية الحافة الخارجية والقطع الصغيرة في الوسط، في طبقة واحدة. قم بتغطيته. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 122، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 8 دقائق من البدء) بعد انطلق الصافرات، افتح الغطاء واسكب الزيت المتبقي على الباذنجان بالكامل. قلبه جيدًا وضعه في الفرن، من دون تغطية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.



الملحق

البرنامج 123 كيما مسالا عدد الحصص: 4

المكونات

500 جم 1/2 كوب 1/4 كوب 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 2 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة	ضأن مفروم خثارة اللبن مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الثشطة) مسحوق الكزبرة مسحوق الكمون مسحوق ثوابل مسالا جرام
--	---

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بمزج الضأن المفروم مع خثارة اللبن ومهروس الطماطم وكافة المساحيق والملح. انقعه لمد 30 دقيقة، واسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف البصل والزنجبيل والثوم. امزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 123، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 15 دقيقة من البدء) بعد انطلق الصافرات، أضف خليط الكيما. امزجه جيدًا وقم بتغطيته بغطاء، واضغط على البدء. عند الانتهاء امزجه بأوراق النعناع والكزبرة. ويُقدم ساخنًا بعد 5 دقائق.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية

البرنامج 120 سمك بصلصة شوتني عدد الحصص: 4		المكونات
الملحق		
8-6 سم 2 4 فصوص 1 ملعقة صغيرة 3/4 كوب، مقطعة	فلفل أخضر حار زنجبيل ثوم بذور الكمون أوراق كزبرة ملح حسب المذاق	استخدم أي سمك قشري كبير مثل كنج فيش أو سمك بتكي أو البومفريت الأسود شرائح السمك عصير الليمون مسحوق الفلفل أوراق الموز زيت للدهن الشوتني جوز هند مبشور
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/4 دقيقة 30 ثانية.		400 جرام (بسمك 1 سم) 2 ملعقة كبيرة 1/2 ملعقة صغيرة القليل 1 كوب

إذا كانت شرائح السمك كبيرة، قم بتقطيعها إلى 2 قطعة وتخلص من العظمة الوسطى. ضع عصير الليمون والفلفل على الجانبين. قم بتقطيع أوراق الموز إلى قطع كبيرة بما يكفي للف شرائح السمك. قم بغمس الأوراق في ماء مغلي لمدة 5 دقائق. ثم تصفية الأوراق ومسحها وصل الجانب اللامع بالزيت. قم بطحن جميع المقادير الخاصة بالشوتني معًا باستخدام أقل مقدار من الماء. ضع الشوتني على جانبي شرائح السمك وضع كل واحدة على الجانب المدهون بالزيت من ورق الموز. قم بطي الورق لعمل حزم أنيقة. قم بتثبيتها بخيط. ضع الحزم على الصينية الدوارة، بطول الحافة الخارجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 120، واضغط على البدء. عند الانتهاء، اترك الخليط لمدة 5 إلى 7 دقائق وقدمه ساخنًا.	
---	--

البرنامج 121 سلطة لوبيا متبرعمة عدد الحصص: 4		المكونات
الملحق		
ملح وسكر وعصير الليمون حسب المذاق ماسالا شات حسب المذاق 3 ملعقة كبيرة، مقطعة 3 ملعقة كبيرة، مقطعة	1 كوب 1/2 كوب، مقطع 1/2 كوب، مقطع 2، مفروم 1 ملعقة صغيرة، مفروم 1 كوب	نبتة جرام أخضر متبرعمة طماطم بصل فلفل أخضر حار زنجبيل بذور رومان
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقائق 30 ثانية.		

ضع اللوبيا المتبرعمة في قدر بخاري آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بسكب 1 كوب من الماء الساخن المغلي في الحاوية السفلية للقدر البخاري. قم بتغطيته وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 121، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الحزم وامزجها مع بقية المقادير.	
--	--



الملحق

بطاطس بالكاري
عدد الحصص: 4

البرنامج 118

المكونات

زيت موسبارد بذور الكمون	500 جم	بطاطس مطبوخة* مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق ثوابل مسالا جرام ملح حسب المذاق ماء
4-3 ملاعق كبيرة 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة		
*قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 30 ثانية.		

الخطوة 2	الصفارة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصفارات، أضف البطاطس وامزج الخليط جيدًا وقم بتغطيته بغطاء. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 3 دقائق من البدء)	قم بتقسير البطاطس وتقطيعها إلى مكعبات 3 سم. قم بمزج جميع المقادير مع الملح والماء واخلطها مع البطاطس. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف الماسترد وبذور الكمون. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 118، واضغط على البدء.



الملحق

مسالا كادي بالدجاج
عدد الحصص: 4

البرنامج 119

المكونات

مسحوق الكزبرة ملح حسب المذاق ماء/مرق دجاج زيت بصل	500 جم	دجاج مطبوخ* فلفل أخضر حار زنجبيل أوراق النعناع أوراق كزبرة مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) حسب المذاق مسحوق الفلفل مسحوق الكمون
3/4 ملعقة صغيرة 1/2 كوب 2 ملعقة كبيرة 1 1/2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة		
*راجع <طهي الدجاج> أدناه، الصفحة 47. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/16 دقيقة.		

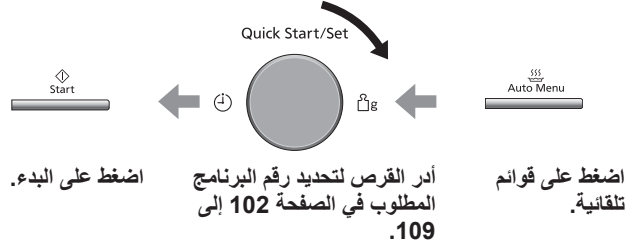
الخطوة 2	الصفارة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصفارات، أضف الدجاج، وامزجه جيدًا وقم بتغطيته بغطاء واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 8 دقائق من البدء)	قم بإزالة الجلد والعظام من الدجاج وتجفيف اللحم. امزجه مع جميع المقادير من الفلفل الأخضر الحار إلى المرق/الماء. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف البصل وامزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 119، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية

الطبق الجانبي (جاف)



البرنامج 116 طهي الخضروات

المكونات

خضروات طازجة 500 جم
ماء 2 ملعقة كبيرة
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق.

قم بتقطيع الخضروات إلى قطع متوسطة الحجم (مكعبات/شرائح 1-1.5 سم). قم برش الماء عليها. ضعها في طبق عريض آمن الاستخدام في الميكروويف وقم بتغطيتها بغطاء. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 116، واضغط على البدء. عند الانتهاء، استخدمها في الوصفات حسب الحاجة.



البرنامج 117 سمك مدخن

المكونات

شرائح السمك 400 جرام (لا يزيد سمكها عن 2 سم)
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقائق 30 ثانية.

ضع شرائح السمك على طبقة واحدة في طبق مسطح آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 117، واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها لمدة 10 دقائق. استخدمها في وجبات شرائح السمك وخلطة السمك المتبللة والأطباق الأخرى حسب الحاجة.



الملحق

البرنامج 114 دال بالعدس عدد الحصص: 4

المكونات

دال بالعدس بلون وردي	125 جم	بذور الكمون	1 ملعقة صغيرة، مطحونة
ماء	1 ¼ كوب	بصل	½ كوب، مقطع
مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	1 ملعقة صغيرة	قرنفل	2
مسحوق الكركم	½ ملعقة صغيرة	قرفة	2
مسحوق الكزبرة	½ ملعقة صغيرة	ملح وعصير ليمون حسب المذاق	
زيت	1 ملعقة كبيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/23 دقيقة.	

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
قم بنقع الدال في 4-6 كوب من الماء. قم بتصفيته وإضافة 1 ¼ كوب من الماء وكافة المساحيق. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف البصل والكمون والقرنفل والقرفة. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 114، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الدال. (لا تقم بالتغطية) امزج جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بهرس الدال وأضف الملح وعصير الليمون. إذا كانت سميكة للغاية، قم بتخفيفها باستخدام بعض المياه الساخنة المغلية.



الملحق

البرنامج 115 القرع العسلي الحامض عدد الحصص: 4

المكونات

قرع أصفر	500 جم	ماء	½ كوب
مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق	مسحوق مانجة مجفف حسب المذاق	
مسحوق الكركم	½ ملعقة صغيرة	أوراق الكزبرة للتزيين	
مسحوق الكزبرة	1 ملعقة صغيرة	سونف	1 ملعقة صغيرة
مسحوق ثوابل مسالا جرام	1 ملعقة صغيرة	فنجريك	¼ ملعقة صغيرة
زنجبيل	1 ملعقة صغيرة، مفروم	كمون	1 ملعقة صغيرة
فلفل أخضر حار	2-3، مقطع	أسافويديدا	القليل
سكر	1 ملعقة صغيرة	زيت	2 ملعقة كبيرة
ملح حسب المذاق		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة 30 ثانية.	

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
قم بتقسير القرع وقطعه إلى مكعبات 1 سم. امزجه مع كافة المساحيق والزنجبيل والفلفل الحار الأخضر والملح والسكر. أضف الماء. قم بعمل مسحوق خشن من السونف والفنجريك والكمون وأسافويديدا معًا. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف المسحوق المعد. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 115، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 8 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط القرع. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. عند الانتهاء، امزج القرع بشكل طفيف. أضف مسحوق المانجو المجفف و ½ كوب ماء ساخن مغلي. امزجه جيدًا وقدمه مزينًا بأوراق الكزبرة.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

خضروات بالكاري الأحمر
عدد الحصص: 4

البرنامج 112

المكونات

معجون الكاري الأحمر التايلاندي 2 ملعقة أو حسب المذاق 1* البروكلي، والفطر والببيي كورن والجزر والفول مقطع إلى قطع صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 30 ثانية.	400 جم ½ كوب 1 كوب 1 ملعقة كبيرة	خضروات مدخنة*1 ماء/مرق خضروات لبن جوز الهند ملح حسب المذاق زيت
---	---	--

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الخضروات وقم بتغطيته بغطاء واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	امزج الخضروات مع الماء/المرق، ولبن جوز الهند والملح. ضع الزيت ومعجون الكاري في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 112، واضغط على البدء.



الملحق

جمبري بالكاري الأخضر
عدد الحصص: 4

البرنامج 113

المكونات

1 عبوة 200 مل لبن جوز الهند ملح حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقيقة 30 ثانية.	3 ملاعق كبيرة 1 ملعقة كبيرة 400 جم ½ كوب	معجون كاري أخضر تايلاندي زيت جمبري مقشر ماء
--	---	--

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف الجمبري والماء وحليب جوز الهند والملح. امزج الخليط جيدًا، قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 10 دقائق. وامزجه جيدًا وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	ضع معجون الكاري في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف الزيت وامزجه جيدًا. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 113، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 110 رايتا بالقرع
عدد الحصص: 3-4

المكونات

قرع أصفر	توابل	2 ملعقة صغيرة
فلفل أخضر حار	زيت	1/2 ملعقة صغيرة
ماء	موسنارد	1/4 ملعقة صغيرة
خثارة اللبن	أسافويديدا	
ملح حسب المذاق	وقت الطهي الإجمالي المتوقع 4/دقيقة 30 ثانية.	
سكر	1 ملعقة صغيرة، اختياري	

قم بتقطيع القرع إلى قطع 2 سم. أضف غرين الفلفل الأخضر الحار والماء. ضعه في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف وقم بتغطيته بغطاء. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 110، واضغط على البدء.

عند الانتهاء، قم بهرس المحتويات واتركها تبرد بالكامل. قم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة. أضف القرع المهروس والملح والسكر الاختياري. قم بتحضير التوابل (التدكا) وأضفها. وامزج جيدًا ثم قم بالتقديم.



الملحق

البرنامج 111 ذرة بالكاري
عدد الحصص: 3-4

المكونات

لبن	مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	1/2 ملعقة صغيرة
دقيق ذرة	توابل مسالا جرام	1/2 ملعقة صغيرة
ذرة صغير طازج مقشر	ماء	3/4 كوب
جوز هند مبشور	ملح حسب المذاق	
فلفل أخضر حار	قشدة طازجة	2-3 ملاعق كبيرة
زنجبيل	وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5/دقائق 30 ثانية.	
ثوم	4 فصوص	

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
قم بمزج اللبن مع دقيق الذرة. قم بتقطيع الذرة إلى شرائح رفيعة. قم بطحن جوز الهند مع الفلفل الأخضر الحار والزنجبيل والثوم ومسحوق الفلفل الحار وتوابل مسالا جرام حتى تصبح عجينة ناعمة، مع بعض الماء.	امزج العجينة مع الذرة وضعها في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف 3/4 كوب من الماء والملح. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن.	اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 111، واضغط على البدء.
انتظر حتى انطلق الصافرات	بعد انطلق الصافرات، قم بتقليب اللبن ودقيق الذرة وأضفه إلى الكاري. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية) اضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتقليب القشدة به وقدمه ساخنًا.	

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



سامبار بالمولي
عدد الحصص: 4

البرنامج 108

المكونات

فجل بصل سامبار ماء دال مطبوخ ومهروس* معجون التمر هندي مسالا سامبار ملح حسب المذاق ماء	200 جم 100 جم 1 كوب 1 كوب 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق 1 كوب	توابل زيت موسنارد أوراق الكاري *قوائم تلقائية - البرنامج 107: طهي الدال وقت الطهي الإجمالي المتوقع/16 دقيقة 20 ثانية.
--	---	--

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بتفشير الفجل وتقطيعه إلى شرائح مستديرة 1/2 سم. قم بتفشير البصل وتقطيع الحبات الكبيرة إلى أنصاف، وترك الحبات الصغيرة كما هي. امزج الدال مع المسالا سامبار ومعجون التمر هندي والملح والماء. ضع الخضروات في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر) وأضف 1 كوب من الماء. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 108، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 10 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الدال. قلبه جيدًا وضعه في الفرن. لا تقم بالتغطية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل ثم أضفها. وامزجها جيدًا وقدم الوجبة ساخنة. قد يصبح السامبار مكتلاً عندما يبرد. أضف الماء المغلي لتدوينه.



بالاك دال

البرنامج 109

عدد الحصص: 4

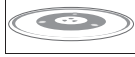
المكونات

دال التور المطبوخ ملح حسب المذاق ماء زيت بالاك ملح فلفل أخضر حار زنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	1 1/2 كوب، مهروس* 1 كوب 2 ملعقة كبيرة 2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة 2، مقطع 1 ملعقة صغيرة، مقطع 1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق الكركم مسحوق الكزبرة مسحوق الكمون قرنفل قرقة *قوائم تلقائية - البرنامج 107: طهي الدال وقت الطهي الإجمالي المتوقع/19 دقيقة.
--	--	--

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
امزج الدال مع الماء والملح. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). أضف كافة المقادير من البالاك حتى ورق الغار. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 109، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 8 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف الدال، وامزج الخليط جيدًا. ضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة.



الملحق



كادي

البرنامج 106

عدد الحصص: 4

المكونات

خثارة اللبن	1 كوب	ملح حسب المذاق
ماء	3 أكواب	سكر
حمص	3 ملاعق كبيرة	توابل
مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	1 ملعقة صغيرة	زيت
مسحوق الكمون	1/2 ملعقة صغيرة	موسنار
مسحوق الكزبرة	1/2 ملعقة صغيرة	بذور الكمون
مسحوق الكركم	1/2 ملعقة صغيرة	أوراق الكاري
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة.		

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة. أضف الماء والحمص وكافة المساحيق والملح والسكر. قم بالمزج حتى النعومة. اسكب الخليط في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 106، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبه جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل (تادكا/باجار) وأضفها إلى الكادي. قدمه مزيجًا بأوراق الكزبرة.



الملحق



طهي الدال

البرنامج 107

عدد الحصص: 4

المكونات

دال التوفار	100 جم
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/27 دقيقة 30 ثانية.	

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بنقع الدال في 4-6 كوب من الماء. قم بتصفيته وأضف 1/2-2 كوب من الماء. ضع الخليط في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). لا تقم بتغطيته. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 107، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبه جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بهرسه جيدًا واستخدمه في الوصفات حسب الحاجة. يمكن تخزين الدال في الثلاجة لمدة 2-3 أيام والاستخدام حسب الطلب.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 104
يخن الخضروات
عدد الحصص: 4

المكونات

خليط خضروات مطبوخة* لبن جوز الهند ماء دقيق أرز ملح حسب المذاق زيت قرنفل قرفة بصل	400 جم 1 عبوة (200 مل) 250 مل 1 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة 3 2 قطعة ½ كوب، مقطع	فلفل أخضر حار زنجبيل فلفل أسود أوراق كزبرة *الجزر والفاصوليا والبازلاء والخضراء؛ قوائم تلقائية - البرنامج 116: طهي الخضروات وقت الطهي الإجمالي المتوقع/16 دقيقة.
--	---	---

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصفارات، أضف خليط الخضروات. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً مزيجاً بأوراق الكزبرة.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بمزج الخضروات مع لبن جوز الهند. قم بمزج دقيق الأرز مع بعض الماء وقم بإضافته إلى الخضروات. أضف الماء المتبقي والملح. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف جميع المقادير من القرنفل إلى الفلفل الأسود. امزج الخليط جيداً وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 104، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 105
سمك الكاري والتمر هندي
عدد الحصص: 4

المكونات

يمكن إعداد هذا الكاري بأي سمك من اختيارك. في حالة استخدام سمك صغير، قم بتنظيفه واحتفظ به كاملاً. قطع سمك ملح بصل ثوم مسحوق الكاري ماء	معجون التمر هندي ملح حسب المذاق توابل زيت موسنارد أوراق الكاري قم بمزج السمك مع ½ ملعقة صغيرة ملح. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/21 دقيقة 30 ثانية.	1 - 1 ½ ملعقة صغيرة 400 جم ½ ملعقة صغيرة 1 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 4 فصوص، مفروم 2 ملعقة أو حسب المذاق 1 ¼ كوب
---	---	--

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصفارات، أضف السمك وامزجه وقم بتغطيته بغطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، ترك الخليط مدة 10 دقائق، وقم بتحضير التوابل وأضفها إلى الكاري. تقدم ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 12 دقيقة من البدء)	ضع البصل والثوم في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف مسحوق الكاري والماء والملح والتمر هندي. امزجه جيداً وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 105، واضغط على البدء.



الملحق

جمبيري مالاي بالكاري
عدد الحصص: 4

البرنامج 102

المكونات

لبن جوز الهند خثارة اللبن مهروس الطماطم ماء ملح حسب المذاق جمبيري مقشر معجون الزنجبيل والثوم	1 عبوة (200 مل) 3 ملاعق كبيرة، مخفوقة حتى النعومة 3 ملاعق كبيرة ½ كوب 400 جم 2 ملعقة صغيرة	مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة مسحوق الكركم مسحوق ثوابل مسالا جرام زيت
--	---	---

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بمزج لبن جوز الهند مع خثارة اللبن ومهروس الطماطم والماء والملح. قم بمزج الجمبيري مع معجون الزنجبيل والثوم وكافة المساحيق. ضعه في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بسكب الزيت وامزجه جيدًا. ضع الطبق في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 102، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط لبن جوز الهند. امزجه جيدًا. ضعه في الفرن وقم بتغطيته بغطاء. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 5 دقائق وقدمه ساخناً.



الملحق

بطاطس ألو باجي
عدد الحصص: 4

البرنامج 103

المكونات

بطاطس مطبوخة* مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم ملح حسب المذاق ماء زيت	350 جم 1 ملعقة كبيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 1 كوب 1 ملعقة كبيرة	بصل فلفل أخضر حار أوراق الكزبرة للتزيين *قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة.
--	---	--

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بتقشير البطاطس وتقطيعها، وقم بهرس بعضها منها. امزجها مع مهروس الطماطم، ومسحوق الفلفل الحار، ومسحوق الكركم والملح والماء. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف البصل والفلفل الأخضر الحار. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 103، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط البطاطس. قم بتغطيته بغطاء، وضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتزيينه بأوراق الكزبرة وقدمه مع الفتات.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف السمك وامزجه جيدًا. ضعه في الفرن وقم بتغطيته بغطاء. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 10 دقائق وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)	قم بتقطيع السمك إلى مكعبات 4 سم (واحتفظ بالسمك الصغير كاملاً). قم بمزج الفلفل الحار الأخضر مع الملح ومعجون التمر هندي. قم بطحن جوز الهند مع كافة المساحيق والثوم مغًا لعمل عجينة ناعمة، باستخدام بعض الماء. أضف البصل والملح، و2 كوب من الماء. امزج الخليط جيدًا واسكبه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 100، واضغط على البدء.



البرنامج 101 فطر شاهي بالكاري عدد الحصص: 4

المكونات

2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة صغيرة 1/2 كوب 1/4 كوب 1/4 كوب	جوز الكاشيو الزيت/السمن كاسوري ميثي لبن جوز الهند ماء ملح حسب المذاق قشدة طازجة	200 جم 1 كوب، مقطع 6 دقائق مقطعة 3 سم مقطع 1/4 كوب 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة	فطر عادي (على شكل زر) بصل ثوم زنجبيل مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم مسحوق الكمون مسحوق توابل مسالا جرام
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/11 دقيقة 30 ثانية.			

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات أضف الفطر وخليط لبن جوز الهند وامزجه جيدًا. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتقليب القشدة به وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (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 الكاشيو مع قليل من الماء لعمل معجون. قم بمزج معجون جوز الكاشيو مع لبن جوز الهند وكاسوري ميثي والماء والملح. قم بمزج معجون البصل مع مهروس الطماطم وكافة المساحيق والزيت. ضع الخليط في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 1/2 لتر) وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 101، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 99 راسدار بالخضروات عدد الحصص: 4

المكونات

خليط خضروات مطبوخة*	500 جم	مسحوق توابل مسالا جرام	1 ملعقة صغيرة
ماء	$\frac{3}{4}$ - 1 كوب	مهروس الطماطم	$\frac{1}{4}$ كوب
ملح حسب المذاق		زيت	2-3 ملاعق كبيرة
بصل	$\frac{3}{4}$ كوب، مقطعة		
ثوم	6 فصوص		
زنجبيل	حبة 3 سم		
مسحوق الكاري	3 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق	*قوائم تلقائية - البرنامج 116: طهي الخضروات	
		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة 30 ثانية.	

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
قم بمزج الخضروات مع الماء والملح واتركها جانباً. قم بطحن البصل والزنجبيل والثوم في معجون، بدون استخدام أي مياه. امزج مسحوق الكاري مع مسحوق مسالا جرام. أضف مهروس الطماطم والزيت. امزج الخليط جيداً وضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى ساعة 1 ½ لتر) وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 99، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات انطلق الصافرات (بعد) 5 دقائق من البدء بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الخضروات المحتفظ به وامزجه جيداً وقم بتغطيته بغطاء. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً، وقم بتزيينه بأوراق الكزبرة.	



الملحق

البرنامج 100 سمك بالكارى وجوز الهند عدد الحصص: 4

المكونات

يمكن استخدام معظم أنواع السمك في هذا الكاري. ومن الأمثلة على ذلك سمك البومفريت والماكريل وكنج فش والساندلز وسمك السنابر الأحمر. في حالة استخدام سمك صغير، قم بتنظيفه واحتفظ به كاملاً.	جوز هند مبشور	1 ½ كوب
السمك	مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق
فلفل أخضر حار	مسحوق الكزبرة	1 ملعقة صغيرة
معجون التمر هندي	مسحوق الكمون	$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة
ملح	ثوم	4 فصوص
	بصل	$\frac{1}{2}$ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة (50 جرام)
	ماء	2 كوب
	ملح حسب المذاق	
	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة.	

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



مكني بالدجاج/جينة بانير
عدد الحصص: 4

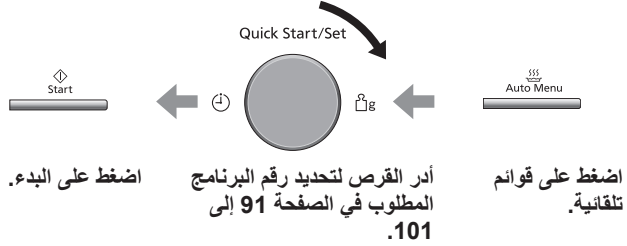
البرنامج 98

المكونات

1 ملعقة صغيرة 1، غرين 1 ملعقة كبيرة 2 ملعقة صغيرة عجينة 1 كوب 1/2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة.	مسحوق الفلفل الحار (الشطة) فلفل أخضر حار السمن/الزيت كاسوري ميتي جوز الكاشيو ماء ملح حسب المذاق سكر قشدة طازجة زبدة قشدة إضافية للتزيين، اختياري	بالنسبة لمكني البانير، استخدم 200 جرام من تكا بجين بانير*/مكعبات بانير مقلية بالنسبة لمكني الدجاج 300 جرام من دجاج تكا**/دجاج مخلي مطبوخ*** *قوائم تلقائية - البرنامج 27: تكا بجين بانير **قوائم تلقائية - البرنامج 29: دجاج تكا ***راجع <طهي الدجاج> أدناه، الصفحة 47. جرافي مهروس الطماطم بصل معجون الثوم والزنجبيل قرنفل كارداموم
---	--	--

الخطوة 2	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف البانير/الدجاج، ومعجون جوز الكاشيو، وكاسوري ميتي والماء والملح والسكر. امزجه جيدًا. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتقليب القشدة والزبدة به. يُقدم ساخنًا ويُزين بالقشدة الإضافية. (اختياري)	قم بمزج مهروس الطماطم ومعجون الزنجبيل والثوم والقرفة والكارداموم والفلفل الأخضر الحار والسمن/الزيت في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 98، واضغط على البدء.

الطبق الجانبي (مرق)



المكونات	
بازلاء خضراء مجمدة بطاطس مطبوخة*	200 جم
مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	150 جرام، في درجة حرارة الغرفة 1/3 كوب
مسحوق الكركم مسحوق ثوابل مسالا جرام ملح حسب المذاق ماء	1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة 3/4 كوب
زيت بصل ثوم زنجبيل أوراق الكزبرة للتزيين	3 ملاعق كبيرة 1/2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 6 فصوص، مقطع إلى قطع صغيرة 2 سم، مقطع إلى قطع صغيرة
*قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة.	

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بنقع البازلاء في الماء لمدة 15 دقيقة وقم بتصفيته. قم بتقسير البطاطس وتقطيعها إلى مكعبات 3 سم. قم بمزج مهروس الطماطم مع كافة المساحيق والماء والملح. اسكب الزيت في طبق آمن الاستخدام في الميكروويف مقاس 18-20 سم. أضف البصل والزنجبيل والثوم وامزج الخليط جيدًا. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 97، واضغط على البدء.	بعد انقضاء الصافرات، أضف البازلاء والبطاطس وخليط مهروس الطماطم. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. قم بتغطية الطبق بغطاء. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بالتزيين بالكاري مع أوراق الكزبرة المقطعة وقدمه ساخنًا.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



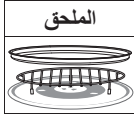
بسكويت بالفراولة
عدد القطع: 14 قطعة

البرنامج 95

المكونات

1 كوب	مسحوق سكر	1/3 كوب
1/4 ملعقة صغيرة	رائحة الورد	1/4 ملعقة صغيرة
2 ملعقة كبيرة، مقطعة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/27 دقيقة.	كرز لامع
1/3 كوب		زبدة

قم بمزج الميدا والصودا والكرز معًا. اخفق الزبدة والسكر معًا حتى تصبح خفيفة. أضف الرائحة واخلط الميدا. قم بفردّها إلى سُمك 1/4 سم وقم بتقطيعها إلى أشكال بيضاوية بطول 5 سم. قم بتبطين صحن القلي بورق الألومنيوم وادهنه بالزيت. ضع 1/2 كمية البسكويت عليه. ضع الصينية على الرف السفلي ثم ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 95، واضغط على البدء. عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية البسكويت. قم بتبريد البسكويت وتخزينه في وعاء محكم ضد الهواء.



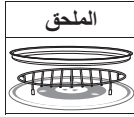
كعك بالفاول السوداني
عدد القطع: 24 قطعة

البرنامج 96

المكونات

1/2 كوب	رائحة الفانيليا	1/2 ملعقة صغيرة
1/2 كوب	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/22 دقيقة.	فول سوداني
1/3 كوب		زبدة
1 كوب		مسحوق سكر
		ميدا

قم بتقطيع الفول السوداني إلى قطع غليظة. قم بإذابة الزبدة وتبريدها. قم بمزج جميع المكونات معًا لعمل عجينة. خذ 1/2 العجينة قسمها إلى 12 جزء. قم بتشكيلها إلى كرات صغيرة واضغط عليه قليلاً. ضعها على صحن القلي المدهون بالزيت. ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 96، واضغط على البدء. كرر العملية مع العجينة المتبقية. قم بتبريد البسكويت وتخزينه في وعاء محكم ضد الهواء. (ملاحظة: تصبح قطع البسكويت مقرمشة بعد أن تبرد).



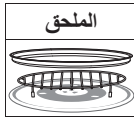
الملح

البرنامج 93 بسكويت بسستا
عدد القطع: 25 قطعة

المكونات

سمن الغنم مسحوق سكر مسالا لبن البادام ميدا	1/4 كوب 1/4 كوب 2 ملعقة صغيرة 1 كوب	بسستا 4 ملاعق كبيرة، مبيض ومقطع إلى شرائح رفيعة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/22 دقيقة.
---	--	---

اخفق السمن والسكر معًا حتى تصبح خفيفة. أضف مسالا اللبن وقم بخفقها. أضف الميدا واعجنها قليلا لعمل عجينة. (إذا كانت العجينة قابلة للتفتت، فأضف قطرات طافية من اللبن. إذا كانت لزجة، فاحتفظ بها مغطاة في الثلاجة لمدة 15-20 دقيقة). قم بفرد العجينة إلى رقائق بسبك 1/4 سم. قم برش البسستا في الأعلى واضغط عليها برفق لتلتصق. قم بتقطيع العجينة الرقيقة إلى قطع بسكويت مستديرة 4 سم. قم بتجميع العجينة الزائدة وفردها وتقطيعها مرة أخرى. قم بتبطين صحن القلي بورق الألومنيوم. قم بتزييت ورق الألومنيوم وترتيب 1/2 البسكويت عليه. ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على القائمة التلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج القائمة التلقائية 93، واضغط على البدء. عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية البسكويت. قم بتبريده بالكامل وتخزينه في وعاء محكم ضد الهواء.



الملح

البرنامج 94 كعك برقائق الشيكولاتة
عدد القطع: 30 قطعة

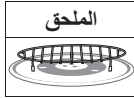
المكونات

زبدة مسحوق سكر بيض رائحة الفانيليا ميدا صودا الخبز	1/2 كوب 3/4 كوب 1 1/2 ملعقة صغيرة 1/4 كوب 1/2 ملعقة صغيرة	ملح شرائح الشيكولاتة عين جمل مقطع وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة.
---	--	---

اخفق الزبدة والسكر معًا حتى تصبح خفيفة. أضف البيض ورائحة الفانيليا واخفقها جيدًا. امزج الميدا مع الصودا والملح وشرائح الشيكولاتة وعين الجمل. أضف هذه الأشياء إلى خليط الزبدة واخلطها بشكل طفيف حتى تصبح ممتزجة. قم بتقسيم الخليط إلى 2 جزء. قم بتزييت صحن القلي واضف ماء ملاعق من 1/2 الخليط إلى الصينية، واترك مسافة بينها. ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 94، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتقليب البسكويت بعد دقيقتين واتركه يبرد بالكامل على الحامل الشبكي. كرر العملية مع الخليط المتبقي. قم بتخزينه في حاوية محكمة ضد الهواء.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



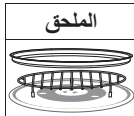
كيك الموز بدون بيض
قالب كعكة قطر 15-16 سم

البرنامج 91

المكونات

1 كوب	رائحة الفانيليا	1/2 ملعقة صغيرة
1 ملعقة صغيرة	عين الجمل	4 ملاعق كبيرة، مقطعة
1/2 كوب	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/50 دقيقة.	
1/2 كوب	(باستثناء وقت التسخين الأولي)	

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
قم بدهن صينية كيك مستديرة 15 سم بالزيت وتبطين القاع بورق زبدة. قم بدهن الورق بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر). اخفق السكر والموز معًا حتى يصبح خفيفًا. أضف الزيت، مقدار قليل في كل مرة، واخفقه جيدًا بعد كل إضافة. قم بخفق الرائحة. أضف الميدا و3 ملاعق كبيرة من عين الجمل. امزجه برفق حتى يصبح مخلوطًا تمامًا. قم بسكبه في الطبق المعد. قم برش عين الجمل المتبقي في الأعلى. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 91، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	بعد انطلاق الصافرات، ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عندما يصبح الكيك بلون بني ذهبي من أعلى، قم بتغطية الصينية بقطعة من ورق الألومنيوم واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه يبرد على الحامل لمدة 10-15 دقيقة. وأخرجه إلى طبق. قم بتبريده بالكامل وقدمه مقطع إلى شرائح.



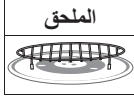
نان كاتاي
عدد وحدات نان كاتاي: 16 حبة نان كاتاي

البرنامج 92

المكونات

1 1/2 كوب	مسحوق الكارداموم	1/2 ملعقة صغيرة
1/4 ملعقة صغيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/33 دقيقة.	
3/4 كوب		
1/2 كوب		

اخلط الميدا مع الصودا. اخفق الزبدة مع السمن حتى تصبح خفيفة. أضف مسحوق الكارداموم والزعفران/اللون. أضف الميدا واعجن قليلاً حتى يمتزج الخليط مع بعضه جيدًا. (إذا كان الخليط لزجًا، احتفظ به مغلي في الثلاجة لمدة 15 دقيقة حتى يصبح مثل العجينة الطرية. قم بتقسيم الخليط إلى 16 جزء. قم بتشكيل 8 أجزاء إلى دوائر وقم بتسويتها قليلاً. قم بتبطين صحن القلي بورق الألومنيوم مع تزييت ورق الألومنيوم. ضع قطع نان كاتاي التي تم تشكيلها عليه. قم بتشكيل علامة زائد بالسكين على كل قطعة النانخاطاي. ضع صحن القلي على الرف السفلي وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 92، واضغط على البدء. عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية الخليط. قم بتبريد قطع النانخاطاي وتخزينها في وعاء محكم ضد الهواء.



البرنامج 90 كيك بجوز الهند

المكونات

الببيض	250 مل	لبن
مسحوق خبز (باكنج بودر)	300 جم	سكر
رائحة الفانيليا	100 جم	زبدة
	250 جم	راوا
وقت الطهي الإجمالي المتوقع 1 ساعة و 10 دقائق (باستثناء وقت التسخين الأولي)	200 جم	جوز هند مجفف

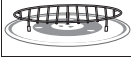
الخطوة 2	الخطوة 1	الوصف
بعد انطلاق الصافرات، ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عندما يصبح الكيك بلون بني ذهبي من أعلى، قم بتغطية الصينية قليلاً بورق ألومنيوم. عند الانتهاء، اترك الكيك على الرف الشبكي ليبرد لمدة 15-20 دقيقة. أخرج الكيك وقم بتبريده بالكامل قبل التقطيع.	قم بدهن صينية كيك 22 سم بالزيت. قم بتبطين القاعدة بورق زبدة مع دهن الورق بالزيت. قم بسكب اللبن. أضف السكر، وقم بتقليبه حتى يذوب. أضف الزبدة والراوا. امزجها جيداً واتركها جانباً لتبرد. وعندما يبرد الخليط، أضف جوز الهند المجفف. اخفق صفار البيض. أضف مسحوق الخبز (الباكنج بودر) والفانيليا ثم امزجها. اخفق بياض البيض بقوة وقم بمزجه برفق في خليط الكيك. قم بسكب الخليط في الصينية المعدة. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 90، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، ضع الأكواب على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عندما تصبح قطع المافين بنية ذهبية من أعلى، قم بتغطيتها بورق ألومنيوم. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد المافين لمدة 10 دقائق. أخرج المافين من الأكواب وقدمه ساخناً أو بارداً تماماً و قم بتخزينه في وعاء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بدهن 6 أكواب فطيرة مافين كبيرة بالزبدة. قم بمزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر) و قم بتقليبه في الزبيب. اخفق الزبدة والسكر والبيض معاً حتى تصبح خفيفة. اخفق رائحة الفانيليا ومسحوق القرفة. امزج برفق خليط الميدا بالتبادل مع خثارة اللبن. قم بسكب الزبدة في الأكواب المعدة. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 88، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.

الملحق

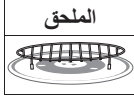


البرنامج 89 كيك بالفواكه

المكونات

2 1 ملعقة صغيرة 1/2 كوب (80 مل)	البيض رائحة البرتقال لبن	2 أكواب 2 ملعقة صغيرة 1/4 ملعقة صغيرة 1 كوب، مقطع 1/2 كوب 1/2 كوب	ميدا مسحوق خبز (باكنج بودر) ملح فواكه مجففة وجوز زبدة مسحوق سكر
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/ ساعة و 10 دقائق (بإستثناء وقت التسخين الأولي)			

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عندما يصبح الكيك بلون بني ذهبي من أعلى، قم بتغطية الصينية قليلاً بورق ألومنيوم. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الكيك على الرف لمدة 10 دقائق. وأخرج الصينية وقم بتبريدها بالكامل وقبل التقطيع والتقديم.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بدهن صينية كيك مستديرة 22 سم بالزيت وتبطين القاعدة بورق زبدة. قم بدهن الورق بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر) والملح. أضف الفواكه وامزجها جيداً. اخفق الزبدة والسكر والبيض معاً حتى تصبح خفيفة ومنفوشة. أضف الرائحة. امزج برفق الميدا مع اللبن. قم بسكب الخليط في الصينية المعدة. اضغط على الخليط. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 89، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.



البرنامج 87

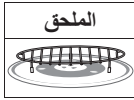
كيك بالزبدة

صحن كعكة قطره 22 سم

المكونات

3	البيض	1 1/2 كوب	بري ميذا
1 ملعقة صغيرة	رائحة الفانيليا	1 1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق خبز (باكنج بودر)
2 ملعقة كبيرة	لين	1/4 ملعقة صغيرة	ملح
		3/4 كوب	مسحوق سكر
	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 ساعة	3/4 كوب	زبدة
	(باستثناء وقت التسخين الأولي)		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، ضع الصينية على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتقطيع الكيك بعد 10 دقائق. واتركه يبرد بالكامل قبل تقطيعه إلى قطع. ملاحظة: في حالة حدوث تحمير للكيك قبل وقت الطهي، ضع قطعة من ورق الألومنيوم على أعلى الصينية واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بدهن صينية كيك مستديرة 22-20 سم بالزيت وتبطينها بورق زبدة. قم بدهن الورق بالزيت. امزج الميذا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر) والملح. اخفق البيض مع الزبدة حتى يصبح منفوشاً. أضف البيض واحدة تلو الأخرى، واخفقه جيداً بعد كل إضافة. قم بخفق الرائحة. قم بسكبها في الميذا واللبن. قم بسكب الخليط في الصينية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 87، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.



البرنامج 88

فطيرة الزبيب

عدد القطع: 6 قطعة

المكونات

1/2 ملعقة صغيرة	رائحة الفانيليا	1 كوب	ميذا
1 ملعقة صغيرة	مسحوق القرفة	1/4 كوب	زبيب
1/4 كوب، مخفوق حتى أصبح ناعماً	خثارة اللبن	1 ملعقة صغيرة	مسحوق خبز (باكنج بودر)
		1/4 كوب	زبدة
	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/36 دقيقة.	1/2 كوب	سكر بني
	(باستثناء وقت التسخين الأولي)	1	بيض

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

كيك شيكولاتة فذج
صحن كعكة قطره 25 سم

البرنامج 85

المكونات

ميدا	1 كوب	زبدة	1/2 كوب
سكر مسحوق/قوالب	1 كوب	كوكوا	1/3 كوب
مسحوق القرفة	1/4 ملعقة صغيرة	البيض	2
صودا الخبز	1/4 ملعقة صغيرة	رائحة الفانيليا	1/2 ملعقة صغيرة
ملح	مقدار طفيف	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقائق.	
خثارة اللين	3/4 كوب		

قم بدهن طبق كيك مستدير 22-25 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بالزيت. قم بتبطين القاعدة بورق زبدة مع دهن الورق بالزيت. قم بمزج الميدا مع السكر والقرفة والصودا والملح. قم بخفق خثارة اللين حتى تصبح ناعمة. قم بإذابة الزبدة، وأضف الكوكوا واخلطها جيدًا. أضف خثارة اللين. اخفق البيض بشكل طفيف مع الفانيليا. أضف خليط خثارة اللين والبيض إلى الميدا وامزجها برفق حتى تصبح مخلوطة جيدًا. قم بسكب الخليط في طبق مدهون بالزيت وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 85، واضغط على البدء. عند الانتهاء، انتظر 5 دقائق. واترك الطبق ليبرد بالكامل واقلبه على طبق وقدمه مقطوع إلى قطع. (يمكن تزيين الكيكة بسكر ثلثيلج بعد تبردها، حسب الرغبة.)



الملحق

كيك بالبرتقال (مع القرفة)
صحن كعكة قطره 20-22 سم

البرنامج 86

المكونات

ميدا	1 كوب	عصير برتقال (بدون إضافة السكر)	100 مل
مسحوق خبز (باكنج بودر)	1 ملعقة صغيرة	طبقة الزينة	
زبدة	1/4 كوب	مسحوق سكر	2 ملعقة كبيرة
مسحوق سكر	3/4 كوب	مسحوق القرفة	2 ملعقة صغيرة
البيض	2	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقائق.	
قشر البرتقال	2 ملعقة صغيرة		

قم بدهن طبق كيك 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بالزيت مع تبطين القاعدة بورق زبدة مدهون بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر). اخفق الزبدة حتى تصبح ناعمة. أضف السكر والبيض وقشر البرتقال واخلقها حتى تصبح ناعمة وخفيفة. أضف الميدا بالتبادل مع عصير البرتقال وامزجها جيدًا. قم بسكب الخليط في الطبق المعد. امزج السكر الخاص بطبقة الزينة مع القرفة وقم برشه في الأعلى. ضعه في الفرن. اضغط على القائمة التلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج القائمة التلقائية 86، واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 10 دقائق. (قد تبدو حواف الكيكة رطبة قليلا لكنها ستجف خلال وقت الانتظار.) اترك الطبق يبرد تمامًا. اقلبها في طبق وقدمها مقطعة إلى قطع.



البرنامج 83 كعك بالشيكولاتة عدد القطع: 12 قطعة

المكونات

زبدة مذابة	1/2 كوب	عين جمل مقطع	4 ملاعق كبيرة
كوكوا	3 ملاعق كبيرة	البيض	2
ميدا	3/4 كوب	رائحة الفانيليا	1/2 ملعقة صغيرة
مسحوق خبز (باكنج بودر)	1/2 ملعقة صغيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقائق.	
سكر مسحوق/قوالب	1 كوب		

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 جانباً لتبرد.

قم بمزج الميدا مع سكر مسحوق الخبز (الباكنج بودر) و 1/2 كمية عين الجمل.

اخفق البيض مع رائحة الفانيليا وامزجه مع الزبدة والكوكوا. أضف الخليط إلى الميدا وامزجها حتى تصبح مخلوطة جيداً. قم بسكبها في الطبق المعد. قم برش عين الجمل المتبقي في الأعلى.

ضع الطبق في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 83، واضغط على البدء.

عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 5 دقائق.

واترك الطبق ليبرد تماماً.

اقلبها في طبق وقم بتقطيعها إلى قطع.



البرنامج 84 كيك بالشيكولاتة بدون بيض صحن كعكة قطره 20 سم

المكونات

ميدا	1 1/2 كوب	خل أبيض	1 ملعقة كبيرة
سكر مسحوق/قوالب	1 كوب	البن	1 كوب
صودا الخبز	1 ملعقة صغيرة	رائحة الفانيليا	1 ملعقة صغيرة
كوكوا	3 ملاعق كبيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/4 دقيقة 30 ثانية.	
زيت	5 ملاعق كبيرة		

قم بتبطين قاعدة طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بورق الزبدة وقم بدهن الورق وجوانب الطبق بالزيت. امزج الميدا والسكر والصودا والكوكوا معاً.

اخلط الزيت مع الخل والبن ورائحة الفانيليا. وأضفها إلى خليط سكر الميدا وامزجها حتى تصبح ناعمة. قم بسكبها في الطبق. ضع الطبق في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 84، واضغط على البدء.

عند الانتهاء، اتركها لمدة 5 دقائق.

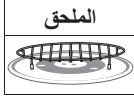
واترك الطبق ليبرد تماماً.

اقلبها في طبق وقدمها مقطعة إلى قطع. (يمكن تزيين الكيكة بسكر تثلج بعد تبريدها، حسب الرغبة).

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



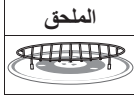
البرنامج 82
بودنج بالموز
عدد الحصص: 4-6

المكونات

موز زبدة جوز هند مبشور فئات خبز أبيض مسحوق القرفة	4 (الوزن الإجمالي 400 جرام) 2 ملعقة كبيرة 1 كوب 50 جم 1/2 ملعقة صغيرة	لين مكثف وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولي)	5 ملاعق كبيرة
---	---	---	---------------

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بتقسير الموز وتقطيعه إلى شرائح بسُمك 1 سم. اخلطه مع 1 ملعقة كبيرة من الزبدة. قم بدهن طبق عريض مقاوم للحرارة (25 سم) وقم بتوزيع شرائح الموز عليه بالتساوي. قم بمزج جوز الهند مع الزبدة المتبقية وفئات الخبز ومسحوق القرفة. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 82، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	بعد انطلاق الصافرات، ضع طبق الموز على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء.

الخطوة 3	الخطوة 2
بعد انطلاق الصافرات، قم برش خليط جوز الهند وسكب اللبن المكثف عليه بالتساوي. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه لمدة 10 دقائق على الأقل، قبل تقديمه دافئًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)



بودنج بالخبز والشيكولاتة عدد الحصص: 8-6

البرنامج 81

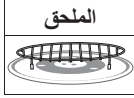
المكونات

3	الببيض	10 حجم قياسي	شرائح خبز
1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق القرفة	1/3 كوب، مقطع	فواكه مجففة
1/4 ملعقة صغيرة	مسحوق جوز الطيب	1/2 كوب، مقطع	جوز
1/2 ملعقة صغيرة	رائحة الفانيليا	500 مل	لبن
	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/55 دقيقة.	3 ملاعق كبيرة	كوكوا
	(بإستثناء وقت التسخين الأولي)	1/4 كوب	زبدة
		3/4 كوب	سكر

الخطوة 2	الصفحة 1	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، ضع الطبق على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بقص جوانب شرائح الخبز وتقطع كل شريحة إلى 4 قطع. قم بدهن طبق خبز 22-25 سم بالزيت. قم بترتيب شرائح الخبز عليه. قم بتوزيع الفواكه والجوز عليه. قم بتسخين 1/2 كوب من اللبن وامزج الكوكوا به حتى تصبح ناعمة. أضف الزبدة و قم بالتقليب. عندما تذوب الزبدة، أضف خليط اللبن الساخن إلى بقية اللبن. قم بخفق البيض مع القرفة وجوز الطيب والفانيليا. أضفها إلى خليط اللبن. قم بسكب هذا الخليط على الخبز. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 81، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.
الخطوة 3	الصفحة 2	
بعد انطلاق الصافرات، قم بتغطية الطبق بورق الألومنيوم. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدم البودنج ساخناً أو بارداً.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 20 دقيقة من البدء)	

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

بودنج كوكا

البرنامج 79

عدد الحصص: 8-6

المكونات

الببيض كوكا (بدون سكر) سمن الغنم مسحوق سكر جوز الكاشي رائحة الورد رائحة اللوز	4 200 جم $\frac{1}{2}$ كوب $\frac{3}{4}$ كوب 100 جرام، مسحوق دقيق قطرات قليلة قطرات قليلة	فواكه مجففة وجوز 5-4 ملاعق كبيرة، مقطعة إلى قطع صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/50 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولي)
---	---	---

الخطوة 1	الصفحة	الخطوة 2
ادهن طبق مربع 20 سم أو مستطيل 16/25 سم مقاوم للحرارة بالزبدة. افصل الصفار عن بياض البيض. قم بخفق الصفار مع الكوكا والسكر وسمن الغنم حتى تصبح ناعمة وخفيفة. أضف مسحوق الكاشي والروائح اخفقاها حتى تصبح متمزجة جيدًا. اخفق بياض البيض بقوة وغم بسكبه على خليط الكوكا. قم بسكب الخليط المعد في طبق مدهون بالزيت. قم برش الجوز والفواكه المجففة في الأعلى. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 79، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصفار (يصدر صوت الصفار عند انتهاء التسخين الأولي).	بعد انطلاق الصفار، ضع الطبق على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. عندما يصبح الجزء العلوي من البودنج بلون بني داكن، قم بتغطيته بورق ألومنيوم، ثم ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريده بالكامل، وقطعه إلى قطع وقدمه.



الملحق

وجبة البلع اللذيذ

البرنامج 80

عدد الحصص: 8

المكونات

بلع كوكا حلوة جوز الكاشي لبن	150 جم 200 جم 75 جرام، مسحوق دقيق 2 ملعقة كبيرة	سكر عين الجمل/اللوز وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 45 ثانية.
---------------------------------------	--	--

الخطوة 1	الصفحة	الخطوة 2
قم بتقطيع البلع إلى قطع صغيرة وانقعه في 1 كوب من الماء لمدة 3-4 ساعات. امزجه مع $\frac{1}{4}$ كوب ماء وضعه جانبًا. اخلط مسحوق جوز الكاشي مع اللبن وامزجه مع الكوكا. قم بفرد خليط الكوكا في طبق زجاجي 20-22 سم وضعه في الثلاجة. ضع البلع مع ماء النقع في طبق مستدير 18-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 80، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفار (بعد 3 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصفار، أضف السكر مع الماء. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد خليط البلع ومزجه. وغم بسكبه على الكوكا المبردة. قم برش الجوز المقطع في الأعلى. ضعه في الثلاجة. يُقدم باردًا.



الملحق

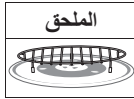
البرنامج 77 باسوندي

عدد الحصص: 6

المكونات

لوز	1 ملعقة كبيرة	مسحوق الكارداموم	½ ملعقة صغيرة
بيستنا	1 ملعقة كبيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/52 دقيقة.	
لبن	1 لتر		
سكر	3 ملاعق كبيرة أو حسب المذاق		

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بتبيض الجوز وتقسيمه وتقطيعه إلى شرائح. اسكب اللبن في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 77، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (كل 10 دقائق بعد البدء)	قم بالتقليب مرة بعد انطلاق كل صفارة ثم اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه يبرد لمدة 10 دقائق. أضف السكر ومسحوق الكارداموم وامزجه جيدًا. قم برش الجوز في الأعلى. تقدم ساخنة أو باردة.



الملحق

البرنامج 78 وجبة التفاح المفتت

عدد الحصص: 6

المكونات

تفاح	500 جم	مسحوق سكر	¼ كوب
مسحوق سكر	3 ملاعق كبيرة أو حسب المذاق	كورن فلكس	100 جرام، مطحون طحناً خفيفاً
مسحوق القرفة	1 ملعقة صغيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/45 دقيقة.	
طبقة الزينة	¼ كوب	(بإستثناء وقت التسخين الأولي)	
زبدة			

الخطوة 1	الصفارة 1	الخطوة 2
قم بتقسيم التفاح ونزع بذوره وتقطيعه إلى شرائح. امزجه بالسكر ومسحوق القرفة. ادهن طبق خبز مستدير أو بيضاوي 20-22 سم بالزيت وقم بترتيب شرائح التفاح فيه. قم برش 3-2 ملعقة كبيرة من الماء عليه. قم بتغطيته. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 78، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (يصدر صوت الصفارات عند انتهاء التسخين الأولي).	بعد انطلاق الصفارات، ضع الطبق على الرف السفلي في الفرن. اضغط على البدء. أثناء طهي التفاح، قم بخفق الزبدة والسكر لعمل طبقة التزيين ومزجها في الكورن فلكس.

الصفارة 2	الخطوة 3
انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 25 دقيقة من البدء)	بعد انطلاق الصفارات، قم بفرد خليط الكورن فلكس أعلى التفاح. ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية) واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه لمدة 10 دقائق. وقدمه ساخناً مع الكاسترد الحلو (قوائم تلقائية كاسترد حلو) أو الأيس كريم.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف السكر وسمّن الغنم. امزجه جيدًا. ضعه في الفرن. لا تَقم بالتغطية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيته واتركه لمدة 10 دقائق. وقم بتقليب مسحوق الكارداموم. تُقدم ساخنة أو باردة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 10 دقائق من البدء)	ضع الدودهي في طبق عريض آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 74، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 75 حلاوة براشاد

المكونات

يعتبر الموز زائد النضج قليلًا جدًا في هذه الرصفة. قم بتقطيعه إلى قطع صغيرة بحيث يكون مهروس في الغالب.	1/2 كوب، محمر قليلًا 1/2 كوب 1/4 كوب 1 1/2 كوب 1/2 كوب، مفروم	راوا سكر سمن الغنم لبن موز ناضج
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة 40 ثانية.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، امزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها مغطاة لمدة 5 دقائق. وامزجها بالموز.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	ضع الراوا في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 1/2 لتر). أضف السكر، والسمن واللبن. اخلطها جيدًا. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 75، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 76 فيرني

عدد الحصص: 6

المكونات

2 ملعقة كبيرة	بيسًا مقطعة ومببضة	3 ملاعق كبيرة 750 مل 1/2 كوب أو حسب المذاق 1/2 ملعقة صغيرة	أرز بسمتي لبن سكر مسحوق الكارداموم
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة.			

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف عجينة الأرز وامزجها جيدًا. ضعه في الفرن واضغط على البدء. قم بالتقليب مرة كل 3 دقائق. عند الانتهاء، قم بالتقليب جيدًا حتى يصبح الفيرني ناعمًا. أضف السكر والكارداموم. امزجه جيدًا. تُقدم باردة وتزين بالبسّا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	قم بنقع الأرز في الماء لمدة 30 دقيقة. قم بتصفيته وطحنه إلى عجينة ناعمة مع قليل من الماء. قم بسكب اللبن في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 76، واضغط على البدء. (لا تَقم بالتغطية)



الملحق

البرنامج 72 كير بالجزر

عدد الحصص: 6-4

المكونات

جزر لبن لبن مكثف	150 جم 500 مل 4 ملاعق كبيرة	سكر حسب المذاق إذا لزم الأمر مسحوق لبن البادام بذور الشارولي	2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة 40 ثانية.			

قم بتقشير الجزر وبشره. ضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (ادنى سعة 1 ½ لتر). قم بتغطيته وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 72، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريدها واخلطها حتى تصبح ناعمة، باستخدام بعض اللبن. قم بإضافة اللبن المتبقي، واللبن المكثف ومسحوق لبن البادام. أضف الشارولي. تقدم مبردة.



الملحق

البرنامج 73 كوبياني كا ميتا

عدد الحصص: 6

المكونات

مشمش مجفف سكر لوز مقطع إلى شرائح ومبيض	200 جم ½ كوب القليل	قشدة طازجة للتقديم	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/9 دقائق.
--	---------------------------	--------------------	-------------------------------------

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
قم بنقع المشمش في 2 كوب من الماء لمدة 4-5 ساعات. قم بإزالة البذور من المشمش وأعد الفاكهة إلى سائل النقع. اسكبه في طبق مستدير بقطر 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 73، واضغط على البدء.	بعد انقلاق الصافرات، أضف السكر وامزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية). عند الانتهاء، قم بتبريده في الثلاجة. يُقدم مع القشدة الطازجة، المزيّنة بشرائح اللوز.	انتظر حتى انقلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)



الملحق

البرنامج 74 حلوة دودهي

عدد الحصص: 4

المكونات

دودهي/لاوكي سكر سمن الغنم	500 جرام، مقشر ومبشور 150 جم 3 ملاعق كبيرة	مسحوق الكارداموم	½ ملعقة صغيرة
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/20 دقيقة.			

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

كيسار بهت

البرنامج 70

عدد الحصص: 8-6

المكونات

أرز بسمتي	1 كوب	زعفران	3/4 ملعقة صغيرة
ماء	1 1/2 كوب	سمن الغنم	3/4 كوب
لبن	1 1/2 كوب	زبيب	3 ملاعق كبيرة
سكر	1 1/4 - 1 1/2 كوب	وقت الطهي الإجمالي المتوقع	39 دقيقة.
ماء	1 كوب		

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بغسل الأرز وتصفيته ونقعه في 1 1/2 كوب ماء و 1 1/2 كوب لبن لمدة 15 دقيقة. وامزج السكر مع 1 كوب من الماء. قم بنقع الزعفران في 1 ملعقة صغيرة من اللبن الساخن واطحنه. ضع الأرز مع ماء النقع واللبن في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف بسعة 2 لتر. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 70، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، أضف محلول السكر وسمن الغنم والزبيب. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها مغطاة لمدة 10 دقائق. أضف الزعفران وامزجه جيدًا. تقدم ساخنة.



الملحق

كير بالسميا

البرنامج 71

عدد الحصص: 4-6

المكونات

لبن	750 مل	*استخدم السميا التي تحمل علامة "محمرة" أو "محمصة"	
سميا محمرة*	1/2 كوب	وقت الطهي الإجمالي المتوقع	20 دقيقة.
سكر	3/4 كوب أو حسب المذاق		
مسحوق الكارداموم	1/2 ملعقة صغيرة		
جوز الكاشيو المقلي والزبيب حسب المذاق			

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بسكب اللبن في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية). اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 71، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، أضف السميا وقم بمزجها جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف السكر ومسحوق الكارداموم. امزجها جيدًا وقم بتزيينها بالجوز والزبيب.



الملحق

كاسترد حلو

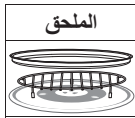
البرنامج 68

عدد الحصص: 4

المكونات

مسحوق كاسترد*
لبن
سكر
نكهة الجبنة من اختيارك
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقيقة 40 ثانية.

الخطوة 2	الاصافرة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف مسحوق الكاسترد الأرز وامزجه جيدًا. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف السكر وامزجه جيدًا واتركه مغطى حتى يبرد. قم بتبريده في الثلاجة. يُقدم مع سلطة الفواكه أو الحلويات الأخرى حسب الحاجة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	امزج مسحوق الكاسترد مع ¼ كوب من اللبن. قم بسكب اللبن المتبقي في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 1 ½ لتر). ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية). اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 68، واضغط على البدء.



الملحق

لا دو بالحمص

البرنامج 69

عدد الحبات الناتجة: 15 حبة لادو

المكونات

جوز الكاشيو المحمر 2 ملعقة كبيرة ، مقطع إلى قطع صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/25 دقيقة.	100 جم 100 جم 200 جم 100 جرام (مذاب ومبرد) ¼ ملعقة صغيرة	حمص دقيق قمح مسحوق سكر سمن الغنم مسحوق جوز الطيب
--	--	--

الخطوة 2	الاصافرة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبها جيدًا وتوزيعها بالتساوي. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريدها بالكامل. أضف بقية المحتويات واعجنها لعمل عجينة. قم بتقسيمها إلى 15 جزء واجعلها على شكل قطع لادو.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 14 دقيقة من البدء)	قم بمزج الحمص مع دقيق الذرة. قم بتوزيعه بالتساوي على صحن القلي. ضعه على الرف السفلي في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 69، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 66 حلوة بالجزر
عدد الحصص: 4-6

المكونات

جزر، يفضل أن يكون بلون وردي سكر كوكا حلوة سمن الغنم	500 جم $\frac{1}{2}$ كوب 200 جرام، مفتتة 4 ملاعق كبيرة	مسحوق الكارداموم جوز وزبيب للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/ 13 دقيقة 30 ثانية.	$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة
--	---	---	---------------------------

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 2
قم بتقسير الجزر وبشره. ضعه في طبق عريض آمن الاستخدام في الميكروويف. (22-25 سم) إذا كنت تستخدم مجموعة متنوعة من الجزء البرتقالي، فقم برش 1 ملعقة كبيرة من الماء عليه. قم بتغطيته. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 66، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 6 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف السكر والكوكا وسمن الغنم. امزجها جيدًا وقم بنشرها بشكل متساوي في الطبق. ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية). اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 10 دقائق. ثم قم بتقليبها في مسحوق الكارداموم وتزيينها بالجوز والزبيب. تقدم ساخنة أو باردة.



الملحق

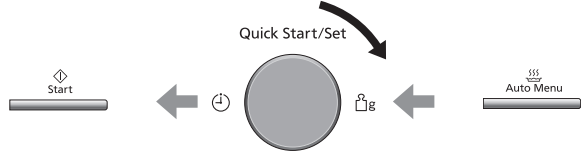
البرنامج 67 كير بالأرز
عدد الحصص: 3-4

المكونات

أرز بسمتي لبن لبن مكثف مسحوق الكارداموم	3 ملاعق كبيرة 650 مل $\frac{1}{2}$ علبة $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة	جوز الكاشيو ولوز وزبيب للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/ 27 دقيقة.
--	--	---

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 2
قم بغسل الأرز وانقع في ماء لمدة 30 دقيقة، وقم بتصفيته ووضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 $\frac{1}{2}$ لتر) وأضف اللبن (في درجة حرارة الغرفة). لا تقم بالتغطية. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 67، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبه جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف اللبن المكثف ومسحوق الكارداموم والجوز والزبيب. إذا كان الكير سميكًا للغاية، فأضف بعد اللبن لضبط السماكة. تقدم سخاًا أو باردًا.

حلويات/كيك/بسكويت



اضغط على قوائم تلقائية. أدر القرص لتحديد رقم البرنامج المطلوب في الصفحة 73 إلى 90. اضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 65

حلاوة سوجي
عدد الحصص: 4

المكونات

لون طعام أحمر برتقالي جوز الكاشيو المحمر والزبيب للتزيين	1/2 كوب 3/4 كوب 2 1/2 ملعقة كبيرة 1 1/2 كوب 1/2 ملعقة صغيرة	سوجي/راوا محمرة قليلا سكر سمن العنم ماء مسحوق الكاوداموم
وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7/دقيقة 20 ثانية.		

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبها بإتقان واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيتها لمدة 8-10 دقائق، وامزجها مع جوز الكاشيو والزبيب. تقدم ساخنة أو في درجة حرارة الغرفة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	ضع كافة المقادير باستثناء جوز الكاشيو والزبيب في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. امزج الخليط جيدا وضعه في الفرن، من دون تغطية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 65، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 63 ذرة بالتوابل

عدد الحصص: 4

المكونات

3 ملاعق كبيرة ¼ كوب، مفروم 2 ملعقة صغيرة، مفروم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1 ملعقة صغيرة ¼ كوب	زبدة بصل ثوم كاسوري ميتي قشدة طازجة	½ كوب 2 ملعقة كبيرة ½ ملعقة صغيرة 1 كوب 1 كوب	مهروس الطماطم ميدا سكر ملح حسب المذاق ماء بذور الذرة الحلوة المطبوخة
--	---	---	---

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/9 دقائق.

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الذرة. قلبه جيدًا وضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتقليب القشدة به وقدمه ساخنًا على توست.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بمزج مهروس الطماطم مع الميدا وقم بالتقليب حتى تصبح ناعمة. أضف السكر والملح والماء والذرة الحلو. ضع الزبدة في طبق مستدير 18-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف البصل والثوم ومسحوق الفلفل الحار وتوابل كاسوري ميتي. امزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 63، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 64 كعك إيدلي راوا

عدد حبات الإيدلي: 8

المكونات

1 كوب 1 ½ كوب 2 ملعقة كبيرة، مقطعة	خليط كعك إيدلي راوا خثارة اللين أوراق كزبرة
--	---

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/3 دقيقة 40 ثانية.

قم بتحضير العجينة المضروبة حسب التعليمات على العبوة. احتفظ بها جانبًا لمدة 10 دقائق. قم بتزييت أطباق الإيدلي أمانة الاستخدام في الميكروويف واملأها بالزبدة. قم بسكب ¼-¾ كوب من الماء الساخن المغلي في قاعدة لقدر البخاري للإيدلي. ضع أطباق الإيدلي به. قم بالتغطية باستخدام غطاء ثم ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 64، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريدها لمدة 2 دقائق. قم بإخراجها من الأطباق وقدمها ساخنة مع الشوتني.
--



الملحق

البرنامج 61

أويما

عدد الحصص: 3

المكونات

ماء	500 مل	السمن/الزيت	2-1 ملاعق كبيرة
خليط أويما (يُشتري من المتجر)	200 جم	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقائق 30 ثانية.	

الخطوة 1	الصالفة	الخطوة 2
اسكب الماء في طبق مستدير 22-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 61، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط أويما وسمن الغنم. امزجه جيدًا. قم بتغطيته وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا، وقم بنزيبه بأوراق الكزبرة.



الملحق

البرنامج 62

ألو بوها

عدد الحصص: 3-4

المكونات

بوها بسّمك متوسط	2 أكواب	فلفل أخضر حار	3-2، مقطع
مكعبات بطاطس مطبوخة*	1 كوب	أوراق الكاري	القليل
مسحوق الكركم	1/2 ملعقة صغيرة	عصير ليمون حسب المذاق	
ملح حسب المذاق		جوز هند مبشور	1/3 كوب
سكر حسب المذاق		أوراق كزبرة	1 ملاعق كبيرة، مقطعة
زيت	2 ملعقة كبيرة		
قرنفل	3		
قرفة	2 قطعة		
بصل	1/2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة		
		*قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس	
		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقائق.	

الخطوة 1	الصالفة	الخطوة 2
قم بنقع البوها في ماء حتى تصبح طرية لكن لا تكون ضعيفة. قم بعصر الماء الزائد وافرد البوها على طبق عريض. امزجها مع البطاطس ومسحوق الكركم والملح والماء. قم بمزج جميع المقادير من الزيت إلى أوراق الكاري في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 62، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 4 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط البوها وامزجه جيدًا. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف عصير الليمون، وجوز الهند المبشور وأوراق الكزبرة. امزج جيدًا وقدمها ساخنة.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



البرنامج 59

بيتزا

عدد الحصص: 1

المكونات

قاعدة بيتزا (تُشتري من المتجر)	1	جبنة البيتزا	3-2 ملاعق كبيرة، مبشورة
صوص البيتزا	2 ملعقة كبيرة	زيت للدهن	
طبقة الزينة			
خضار مطبوخ/بانير/دجاج			وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة.
بصل مقطع وفلفل			(باستثناء وقت التسخين الأولي)

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بدهن صحن القلي بالزيت وضع قاعدة البيتزا عليه. قم برش الصوص في الأعلى، مع ترك 1 سم هامش حوله. قم برش الجبنة على الصوص. قم بترتيب الخضروات المطبوخة من اختيارك أو البانير أو الدجاج المطبوخ على الجبنة. قم بالتزيين بالبصل المقطع والفلفل. قم بدهن الحافة بالزيت وقم برش بعض الزيت عليها من أعلى. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 59، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).



البرنامج 60

سجق

عدد الحصص: 2

المكونات

سجق مجمد (تُشتري من المتجر)	150 جم
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة.	

أخرج السجق من المجمد وقم بفك تجميده حسب التعليمات على العبوة. ادهن صحن القلي بملعقة كبيرة واحدة من الزيت. ضع السجق عليه وادهنه بالزيت. ضع الصينية على الرف العلوي وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 60، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً.



الملحق

البرنامج 57

دوكلا

عدد الحصص: 4-3

المكونات

1 كوب	بذور مستنار	1/2 ملعقة صغيرة	حمص
1 ملعقة صغيرة	بذور الكمون	1/2 ملعقة صغيرة	ملح
1 ملعقة صغيرة	فلفل أخضر حار	2، غرين	سكر
1 ملعقة صغيرة	أوراق الكاري	القليل	حمض الستريك
3/4 كوب	ماء ساخن	1/3 كوب	ماء
1 ملعقة صغيرة			صودا الخبز
1/4 كوب	وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5 دقائق 30 ثانية.		ماء ساخن للغاية
2 ملعقة كبيرة			توابل
			زيت

قم بدهن طبق مستدير 18-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بالزيت، وقم بتغطية القاعدة بورق زبدة مع دهن الورق بالزيت.

امزج الحمص مع الملح والسكر وحمض الستريك. أضف الماء وامزجه جيدًا حتى يصبح ناعمًا. قم بتذويب الصودا في ماء شديد السخونة وأضفه إلى خليط الحمص. امزجه جيدًا (سوف يرتفع الخليط المضروب بسرعة) وقم بسكبه في الطبق المدهون بالزيت. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 57، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الدوكلا، وأخرجها في طبق وقم بتقطيعها إلى أجزاء. قم بتحضير التوابل (التادكا)، وامزجها مع ماء ساخن واسكبها بشكل متساوي على الدوكلا. اتركها جانبًا لمدة 15-20 دقيقة على الأقل. وقدمها مزينة بجوز الهند المبشور وأوراق الكزبرة.



الملحق

البرنامج 58

توست الجبنة الحار

عدد الحصص: 2

المكونات

4 شرائح، (حجم قياسي)	جبنة شيدر/مودزريلا	4 ملاعق كبيرة، مبشورة	خبز
4 ملاعق كبيرة			جبنة للفرد
2 فص، مقطع			ثوم
1، مقطع	وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5 دقائق 30 ثانية.		فلفل أخضر حار

الخطوة 1	الاصفارة	الخطوة 2
قم بطحن الثوم مع الفلفل الحار الأخضر وامزجه مع الجبنة المعدة للفرد.	انتظر حتى انطلق الصافرات (تنطلق الصافرة بعد 3 دقائق و30 ثانية من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب شرائح الخبز وقم بفرد الجبنة عليها. قم برش 1 ملعقة كبيرة من الجبنة المبشورة على كل شريحة. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

كعك إيدلي

البرنامج 55

عدد الحصص: 2

المكونات

خذ قدر بخاري لتسوية الإيدلي يتكون من طبقتين وقم بدهن الأطباق بالزيت. قم بسكب الإيدلي المضروب (في درجة حرارة الغرفة) في الأطباق، ملء القوالب حتى ¾ المستويات.

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/2 دقيقة 45 ثانية.

قم بسكب ¾ كوب من الماء الساخن المغلي في الحاوية السفلية للقدر البخاري. ضع الأطباق عليه وقم بتغطيتها. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 55، واضغط على البدء. عند الانتهاء، أخرجها. اترك كعكات الإيدلي تبرد لمدة 2-3 دقيقة. قبل إزالتها من الأطباق. تُقدم ساخنة مع الشوتني/ السامبار.



الملحق

مكعبات الخبز بالمرق

البرنامج 56

المكونات

مكعبات خبز	3 أكواب، مكدسة	ثوم مقطع	2 ملعقة صغيرة، اختياري
زيت	3 ملاعق كبيرة		
ملح	½ ملعقة صغيرة		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/5 دقيقة 20 ثانية.

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بتقطيع شرائح خبز قبل التحضير بمقدار 2-3 يوم لعمل مكعبات 1.5 سم والحصول على 3 أكواب مكدسة من المكعبات. امزجها بالزيت والثوم والملح. قم بفردتها في طبق عريض آمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 56، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبه جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه يبرد تمامًا (خلال هذه الفترة سيصبح مقرمشًا). قم بتقديمها مع الشورية أو وجبة خفيفة. * يعطي الرغبة الفرنسي أو الخبز المقطع إلى شرائح رقيقة نتائج جيدة في هذه الوصفة.



البرنامج 53 شوربية حارة عدد الحصص: 4

المكونات

ماء/مرق خضروات بالاك أوراق النعناع أوراق كزبرة ملح وفلفل وعصير ليمون للتقديم	2 أكواب 6-5 ورقة، مقطعة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة	150 جم 1 صغيرة، مبشورة 1 حجم متوسط، مقطعة 2 سم شرائح (قم قم بتقطيعه) 1، مقطع 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة	بازلاء خضراء بطاطس بصل زنجبيل فلفل أخضر حار مسحوق الكمون مسحوق الكزبرة مسحوق القرفة
--	--	---	--

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/21 دقيقة 20 ثانية.

الخطوة 2	الخطوة 1	الصفارة
بعد انطلاق الصفارات، صف البلاك والنعناع وأوراق الكزبرة. قم بتغطيته وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الخليط. قم بنزع الزنجبيل وتخلص منه. قم بمزج الشوربية وأضف 1 كوب أو أكثر من الماء أو المرق. أضف الملح والفلفل وعصير الليمون حسب المذاق. أعد التسخين قبل التقديم (إعادة التسخين التلقائي: إعادة تسخين الشوربية).	ضع البازلاء الخضراء والبطاطس والبصل والزنجبيل والفلفل الحار الأخضر وجميع المساحيق في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف الماء أو المرق. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 53، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 17 دقيقة من البدء)



البرنامج 54 طهي البطاطس

المكونات

البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقائق.	4، وزن إجمالي حوالي 500 جرام
--	------------------------------

الخطوة 2	الخطوة 1	الصفارة
بعد انطلاق الصفارات، قم بتقليب البطاطس واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بلفها في قطعة قماش نظيفة واتركها جانباً لمدة 10 دقائق. قم بتقسيمها واستخدامها في وجبات الكاري والشرائح والوصفات الأخرى التي تتطلب بطاطس مسلوقة. ويمكن تخزينها في الثلاجة لمدة 3 أيام والاستخدام حسب الطلب.	قم بغسل البطاطس قم بوزها جميعاً بشوكة. ضعه الخليط في صينية دوائر ثم ضعها في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 54، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 4 دقائق من البدء)

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 51 شوربة خضار
عدد الحصص: 4

المكونات

خلطة خضروات* ماء/مرق خضار بصل ثوم كرفس ملح وفلفل حسب المذاق	250 جم 500 مل ½ كوب، مفروم 4 فصوص، مفروم ¼ كوب، مقطع	لين قليل الدسم * الجزر والفاول والبروكلي والفطر والقرع الأصفر والكونكول وغيره. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة 20 ثانية.
--	--	--

قم بتقطيع الخضروات إلى مكعبات وقم بفرمها في مفرمة للأطعمة أو خلاط. ضعها في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف الماء/المرق، والبصل والثوم والكرفس والملح والفلفل. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 51، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريدها. خذ حوالي كوب واحد من الخضروات والقليل من سائل الطهي وامزجه حتى يصبح ناعمًا. أضفه إلى بقية الشوربة. أضف اللبن. أعد التسخين قبل التقديم (إعادة التسخين التلقائي: إعادة تسخين الشوربة).



الملحق

البرنامج 52 مرق راسام بالطماطم
عدد الحصص: 4

المكونات

دال مطبوخ ومهروس ماء طماطم مهروس الطماطم مسحوق الراسام أوراق الكاري	2 ملعقة كبيرة 2 أكواب 1 صغيرة، مقطعة إلى قطع ¼ سم 2 ملعقة كبيرة 1 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق القليل	ملح حسب المذاق عصير الليمون توابل زيت موسنارد وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقيقة 20 ثانية.
--	---	--

امزج الدال جيدًا مع الماء. أضف بقية المقادير باستثناء عصير الليمون ومقادير التوابل. اسكب خليط الدال في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر) (لا تقم بتغطية). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 52، واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف عصير الليمون. قم بتحضير التوابل (تادكا/باجار) واضفها. امزج الخليط جيدًا وقدمه ساخنًا مزينًا بأوراق الكزبرة.



الملحق

البرنامج 49 شوربة فطر

عدد الحصص: 4

المكونات

فطر عادي بصل مقطع كرفس مقطع ثوم مقطع ماء/مرق	200 جرام، شرائح $\frac{1}{3}$ كوب $\frac{1}{2}$ كوب 2 ملعقة كبيرة 2 أكواب	لبن قليل الدسم ملح وفلفل حسب المذاق كزبرة أو بقونس مقطع للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/20 دقيقة 20 ثانية.	1 كوب
--	---	--	-------

ضع جميع المقادير من الفطر إلى الماء/المرق في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (بسعة لا تقل عن 2 لتر). قم بتغطية الخليط باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 49، واضغط على البدء.

عند الانتهاء، قم بتبريد المحتويات حتى تصبح دافئة. قم بمزجها في خلاط. أضف اللبن، (مسبق الغلي) والملح والفلفل. قم بإعادة التسخين قبل التقديم (إعادة التسخين التلقائي: إعادة تسخين الشوربة) وقم بالتزيين بالكزبرة أو البقدونس.



الملحق

البرنامج 50 شوربة خضار بالدجاج

عدد الحصص: 4

المكونات

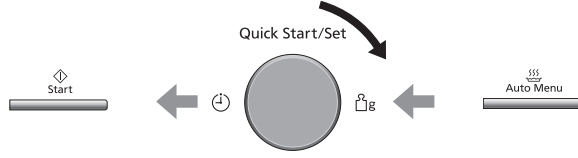
شرائح فيليه الدجاج المخلي ماء/مرق دجاج كرفس بصل ملح حسب المذاق بروكلي جزر	250 جم 3 كوب $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع 100 جم، مقطع إلى أحجام متوسطة 50 جرام، مقطع إلى شرائح سمك $\frac{1}{4}$	فلفل أحمر وأخضر 50 جرام، مقطع إلى قطع 1.5 سم مسحوق الفلفل حسب المذاق صوص الصويا وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة.	2 ملعقة صغيرة
---	---	--	---------------

الخطوة 1	الخطوة 2
قم بتقطيع الدجاج إلى مكعبات 2 سم. ضعها في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف الماء/المرق والكرفس والبصل والملح وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 50، واضغط على البدء.	بعد انطلاق الصافرات، أضف جميع الخضروات. قم بتغطيته وضعه في الفرن. عند الانتهاء أضف الفلفل ومزيد من الملح حسب الحاجة. أضف صوص الصويا (اختياري). تقدم ساخنة.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية شورية/وجبة خفيفة



اضغط على قوائم تلقائية. أدر القرص لتحديد رقم البرنامج المطلوب في الصفحة 64 إلى 72. اضغط على البدء.



البرنامج 48 شوربة طماطم
عدد الحصص: 4

المكونات

1 كوب لبن ملح وفلفل حسب المذاق قشدة طازجة أوراق الكزبرة أو البقدونس للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع: 31 دقيقة.	2 ملعقة كبيرة 1/3 كوب، مقطع 1/4 كوب، مقطع 4 فصوص، مقطع 250 جرام، مقطعة 1/3 كوب 2 أكواب	زبدة بصل كرفس ثوم طماطم مهروس الطماطم ماء
---	--	---

الخطوة 2	الخطوة 1	الوصف
بعد انطلاق الصافرات، أضف الطماطم ومهروس الطماطم والماء. قم بتغطيتها بغطاء، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريدها وامزجها حتى تصبح ناعمة. أضف اللبن (بارد مغلي مسبقاً) والقشدة (اختياري). أضف الملح والفلفل حسب المذاق. أعد التسخين قبل التقديم (إعادة التسخين التلقائي: إعادة تسخين الشورية). تقدم مزينة بمزيد من القشدة (اختياري) وأوراق الكزبرة أو البقدونس.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	ضع الزبدة والبصل والكرفس والثوم في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 48، واضغط على البدء.



البرنامج 46 بادنجان مسلووق

عدد الحصص: 4

المكونات

2 ملعقة كبيرة	سكر	500 جم	بادنجان
300 ملم	مرق الحساء	1	صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 1
1 ملعقة كبيرة	زيت خضار	ملعقة كبيرة	ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي زائد 1
			من الماء زائد 2 ملعقة صغيرة من الملح كبديل).
		2 ملعقة كبيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة.

قم بتقطيع الباذنجان إلى أرباع أو ست أجزاء متساوية طولياً. ضع الباذنجان وزيت الخضار وامزجهما جيداً. قم بالتغطية باستخدام غطاء، واطه بطاقة الميكروويف 715 واط (متوسطة) لمدة 5 دقائق. أضف صوص الصويا والسكر وخليط الشورية على الباذنجان المطبوخ. قم بتغطيتها باستخدام الغطاء، وضعها على الصينية الزجاجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 46، واضغط على البدء.



البرنامج 47 كارايلا بالكاري

عدد الحصص: 4

المكونات

300 ملم	ماء	200 جم	صدر دجاجة
800 جم	أرز مطبوخ	1 حبة	نبات الكاريلا (الجويبا)
مقدار طفيف	ملح وفلفل	2 ملعقة صغيرة	زيت خضار
		2 ملعقة صغيرة	مسحوق الكاري
		1 حبة	ثوم
			وقت الطهي الإجمالي المتوقع/25 دقيقة.

قم بتقطيع الكاريلا نصفين وأزل البذور ثم قطعها إلى شرائح دائرية أو نصف دائرية. امزجها مع 1 ملعقة صغيرة من الملح واحتفظ بها لمدة 30 دقيقة. واعصر العصير المر. قم بتقطيع الدجاج إلى قطع كبيرة الحجم. قم بتقطيع الثوم وأضف الكاريلا والدجاج وزيت الخضروات ومسحوق الكاري إلى إناء مقاوم للحرارة وامزج الخليط جيداً. قم بتغطية الإناء بغطاء، وضعه على الصينية الزجاجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 47، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قلبه جيداً وقدمه مع الأرز المطبوخ.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 44 قرع مسلووق
عدد الحصص: 4

المكونات

ماء 160 مل	300 جم	قرع
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/17 دقيقة.	2 ½ ملعقة كبيرة	سكر
	1	صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 1
	2 ملعقة كبيرة	ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي كبديل).
		2 ملعقة كبيرة

قم بإزالة بذور القرع والألياف التي تحيط به بملعقة. قم بتقطيع القرع إلى قطع متوسطة. (لكن حافظ على جعلها كبيرة قدر الإمكان). ضع السكر وصوص الصويا والماء في وعاء مقاوم للحرارة (قابل للاستخدام في الميكروويف). امزجها جيداً. أضف القرع إلى الوعاء. قم بتغطيتها باستخدام الغطاء، وضعها على الصينية الزجاجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 44، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 45 الدجاج المسلووق مع الفجل
عدد الحصص: 4

المكونات

سكر 1 ملعقة كبيرة	500 جم	قطع الدجاج
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/39 دقيقة.	400 جم	فجل أبيض كبير
	300 مل	مرق الحساء (داشي)
	1.5	صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 1.5
	1.5 ملعقة	ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي زائد 1.5 ملعقة
	3	كبيرة من الماء زائد 3 ملاعق صغيرة من الملح كبديل).
		3 ملعقة كبيرة

قم بتقطيع الفجل الأبيض الكبير إلى أشكال أهلة 2-3 سم، ثم قم بتسوية الحواف. ضع كافة المقادير في طبق عميق. قم بتغطيتها باستخدام الغطاء، وضعها على الصينية الزجاجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 45، واضغط على البدء.



دجاج مخلل بالطريقة النابانية عدد الحصص: 4

البرنامج 42

المكونات

أوراك الدجاج	500 جم	صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 2
بصل	100 جم	ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي زائد 2 ملعقة كبيرة
زيت خضار	1 ملعقة كبيرة	من الماء زائد 4 ملاعق صغيرة من الملح كبديل).
نشأ ذرة	3 ملاعق كبيرة	4 ملعقة كبيرة
صوص خل نابان	100 مل	فلفل أحمر (إزالة البذور، وتقطيعه إلى دوائر) 1
خل	4 ملاعق كبيرة	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/29 دقيقة.
سكر		

قم بتحضير صوص خل نابان. قم بتقطيع البصل إلى قطع صغيرة، وانقع شرائح البصل في ماء بارد لمدة 30 دقيقة وقم بتصفيته جيداً. قم بمزج الخل والسكر وصوص الصويا والفلفل الأحمر. قم بتقطيع أوراك الدجاج من المفاصل. أضف زيت الخضار إلى الدجاج وامزجه جيداً. قم برش نشأ الذرة على الدجاج. ضع الناحية التي تحتوي على الجلد من الدجاج لأعلى على الحامل العلوي. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 42، واضغط على البدء. اترك الدجاج المطبوخ منقوعاً في صوص خل نابان واتركه مدة تزيد على ساعة قبل التقديم.



كنبيرا

البرنامج 43

عدد الحصص: 4

المكونات

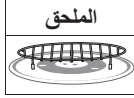
كرفس	140 جم	نشأ (نشأ البطاطس أو نشأ الذرة)
جزر	60 جم	1 ملعقة صغيرة
سكر	1 1/2 ملعقة صغيرة	زيت السمسم
صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 1		سمسم محمص أبيض
ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي زائد 1 ملعقة كبيرة		فلفل أحمر (اختياري) 1
من الماء زائد 2 ملعقة صغيرة من الملح كبديل).		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/4 دقائق.
2 ملعقة كبيرة		

قم بتقطيع الكرفس إلى شرائح بطول 1 1/2 بوصة. قم بتقسير الجذر وتقطيعه إلى شرائح رفيعة بحيث تكون بنفس حجم الكرفس. ضع كافة المقادير في طبق عميق، وامزجها جيداً. ضعها على الصينية الزجاجية بدون تغطية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 43، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



البرنامج 40
تيرياكي دجاج
عدد الحصص: 4 (8 قطع)

المكونات

1 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة 1 ملعقة كبيرة 1/2 ملعقة صغيرة	ثوم (مقطع) سكر بني (أو سكر) زيت خضار ملح	8 قطع صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 1/8 كوب من صوص صويا الهندي زائد 1/8 كوب ماء زائد 1/4 كوب) عصير ليمون زنجبيل (مقطع)
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/28 دقيقة.		

الخطوة 2	الوصفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، اقلب قطع الدجاج. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 20 دقيقة من البدء)	قم بتثقب جلد الدجاج بشوكة. انقعها في الصوص لمدة 1 ساعة. ضع الدجاج المتبل على أن تكون جهة الجلد لأسفل على الرف السفلي، ثم ضع طبق غير عميق أسفل الرف لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 40، واضغط على البدء.



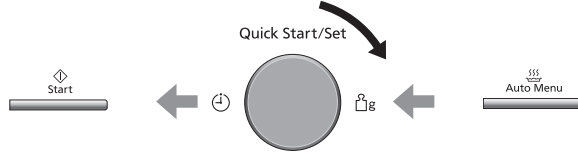
البرنامج 41
سوكياكي
عدد الحصص: 4

المكونات

200 مل 25 مل 25 مل 50 مل 3 ملاعق كبيرة	صوص مرق الحساء صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافراً، 25 مل من صوص صويا الهندي زائد 25 مل ماء زائد 2 ملعقة صغيرة من الملح كبديل). سكر	400 جم 100 جم 4 1 200 جم
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/33 دقيقة.		

قم بتقطيع الدجاج إلى قطع متوسطة. قم بتقطيع التوفو إلى قطع كبيرة. قم بقص السيقان عنها وقم بتقطيع الرأس إلى نصفين. قم بمزج مقادير الصوص في إناء. قم بتقطيع البصل الأخضر بشكل منحرف. قم بتقطيع الكرنب الصيني إلى أطوال 3 سم. ضع كافة المقادير في طبق عميق وقم بسكب الصوص عليها. قم بتغطيتها باستخدام الغطاء، وضعها على الصينية الزجاجية. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 41، واضغط على البدء.		
---	--	--

أكلات يابانية



اضغط على قوائم
تلقائية. أدر القرص لتحديد رقم البرنامج المطلوب في الصفحة 59 إلى 63. اضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 39
دجاج محمر ياكيتوري
عدد الحصص: 4 (12 سيخًا)

المكونات

1 ملعقة كبيرة	زنجبيل (مقطع)	600 جم	صدر دجاجة
1 ملعقة كبيرة	ثوم (مقطع)	12	أسيخ يامبو
2 ملعقة كبيرة	سكر بني (أو سكر)	1/8	صوص صويا ياباني خفيف (إذا لم يكن متوافرًا، 1/8 كوب من صوص صويا الهندي زائد 1/8 كوب ماء زائد 1/2 ملعقة صغيرة ملح كبديل).
1 ملعقة كبيرة	زيت خضار	1/4 كوب	عصير ليمون
1/2 ملعقة صغيرة	ملح	100 مل	
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/29 دقيقة.			

قم بتقطيع صدر الدجاجة إلى مكعبات 1.5-2 سم. قم بتثبيت قطع مقدارها 50 جرام في كل سيخ يامبو. انقعها في الصوص لمدة 1 ساعة. (يجب تقليبها أحيانًا أثناء النقع). ضعها على الحامل العلوي. ضع طبقًا غير عميق أسفل الرف لتلقي القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 39، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



سمك تندوري
عدد الحصص: 4

البرنامج 38

المكونات

سمك بومفريت أبيض صغير عصير الليمون ملح حسب المذاق خثارة اللبن مسحوق الفلفل الحار (الشطة) توابل مسالا جرام معجون الثوم والزنجبيل	400 جم 2 ملعقة كبيرة $\frac{1}{2}$ كوب 2 ملعقة صغيرة $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة 1 ملعقة كبيرة	أجواين ملح ومسحوق الفلفل الحار (الشطة) وتوابل مسالا جرام $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من كل منها زيت للدهن مسالا شات للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/20 دقيقة.	$\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة، اختياري اختياري
---	---	---	---

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
قم بتنظيف السمك وقم بعمل قطوعات عميقة في كلا الجانبين. اخلطه في عصير الليمون والملح واتركه جانباً لمدة 10 دقائق. وقم بمزج خثارة اللبن مع مسحوق الفلفل الحار وتوابل مسالا جرام ومعجون الثوم والزنجبيل وتوابل أجواين. وقم بسكبها فوق السمك. امزجها جيداً واتقعه لمدة 1-2 ساعة. قم بدهن الحامل العلوي بالزيت. قم بنفض أي نفع زائد من السمك. اخلط $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من كل من الملح ومسحوق الفلفل الحار وتوابل مسالا جرام وقم برشها على جانبي السمك وضعها على الحامل. وادهنها بالزيت. ضع الرف في الفرن. ضع طبقاً مقاوماً للحرارة من الزجاج أو البورسلين أسفل الرف لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 38، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 10 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب السمك بحذر باستخدام ملعقة مسطحة وقم برش مزيج المسالا المتبقي عليه. وادهنها بالزيت. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اترك الخليط لمدة 5 دقائق وقدمه ساخناً مع رشه بتوابل مسالا شات. (اختياري)



كباب مورج مالاي
عدد الحصص: 4

البرنامج 37

المكونات

2 ملعقة كبيرة	خل ملح حسب المذاق زبدة مذابة للدهان عصير ليمون حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المتوقع/19 دقيقة.	½ كوب 3 ملعقة صغيرة، مفروم 1 ملعقة كبيرة 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة 4 ملاعق كبيرة 400 جم	خثارة اللبن فلفل أخضر حار معجون الثوم والزنجبيل مسحوق الفلفل الأبيض مسحوق ثوابل مسالا جرام قشدة طازجة صدر دجاجة محلية
---------------	--	---	---

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب الأسياخ وادهن الكباب بالزبدة المذابة. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها مزيّنة بعصير الليمون.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 16 دقيقة من البدء)	قم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة. قم بإضافة معجون الثوم والزنجبيل ومسحوق الفلفل وثوابل مسالا جرام والفشدة. قم بتقطيع الدجاج إلى قطع متوسطة. أضف الخل والملح. اتركها جانباً لمدة 15 دقيقة. وأضف خليط خثارة اللبن. انقعها لمدة 4 ساعات في درجة حرارة الغرفة أو لفترة أطول في الثلاجة. (في حالة حفظها في الثلاجة، أخرجها قبل الشوي بمقدار 30 دقيقة) قم بنفض أي منقوع من على قطع الدجاج وثم بتثبيتها في أسياخ معدنية رفيعة أو أسياخ البامبو. (في حالة استخدام أسياخ البامبو، فقم بنقعها في الماء لمدة 1 ساعة قبل الاستخدام) قم بتزييت الحامل العلوي وضع الأسياخ عليه. وادهنها بالزبدة المذابة. ضع الرف في الفرن. ضع طبقاً مقاوماً للحرارة من الزجاج/البورسلين أسفله لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 37، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



كباب سيخ

البرنامج 35

عدد الحصص: 3

المكونات

كباب سيخ مجمد (يمكن شراؤه من المتجر)
250 جرام، تقريبًا.

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة.

أخرج الكباب من المجمد وقم بإذابة تجميده حسب التعليمات على العبوة. ادهن صحن القلي بملعقة كبيرة واحدة من الزيت. ضع 6 قطع كباب (بإجمالي وزن 250 جم تقريبًا) عليه وادهن بالزيت. ضع الصينية على الرف العلوي وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 35، واضغط على البدء.



جمبري مشوي

البرنامج 36

عدد الحصص: 4

المكونات

2 ملعقة صغيرة	معجون الثوم والزنجبيل	400 جم	جمبري مقشر
	زيت للدهن	2 ملعقة صغيرة	صوص HP
		1 ملعقة صغيرة	صوص الفلفل الحار (الشطة)
		1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق الفلفل الحار (الشطة)
			ملح حسب المذاق

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/20 دقيقة.

الخطوة 2	الاصفارة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب الأسياخ وادهن الجمبري بباليون. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها لمدة 5 دقائق وقدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 10 دقائق من البدء)	قم بنقع 8 أسياخ بامبو في الماء لمدة 1 ساعة. اخلط الجمبري بجميع المقادير باستثناء الزيت. قم بنقعها لمدة 2-3 ساعة. ثبت الجمبري في الأسياخ. قم بدهن الحامل العلوي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بدهن الجمبري بباليون. ضع الرف في الفرن. ضع طبقًا مقاومًا للحرارة من الزجاج/ البورسلين تحت الحامل لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 36، واضغط على البدء.



الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب الأسياخ وادهن الدجاج بالزيت. ضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة بعد 5 دقائق.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 16 دقيقة من البدء)	قم بتقطيع الدجاج إلى مكعبات 2 سم. أضف جميع المقادير باستثناء الزيت. امزجها جيدًا وانقعها لمدة 3-4 ساعات أو طوال الليل في الثلاجة. (في حالة حفظها في الثلاجة، يجب إخراجها قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل.) قم بنقع 8 أسياخ بامبو في الماء لمدة 1 ساعة. ارفع قطع الدجاج من المحلول وقم بتثبيتها في الأسياخ. قم بدهن الحامل العلوي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بدهن القطع بالزيت. ضع الرف في الفرن. ضع طبقًا مقاومًا للحرارة من الزجاج أو البورسلين أسفل الحامل لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 33، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 34 شرائح السمك
عدد الحصص: 4

المكونات

سمك مدخن*	250 جم	بيض وفئات خبز محمر للتغطية.
فلفل أخضر حار	2-3، مفروم	زيت للدهن
زنجبيل	1 ملعقة صغيرة، مفروم	
توابل مسالا جرام	1 ملعقة صغيرة	
أوراق كزبرة	2 ملعقة كبيرة، مقطعة	
ملح حسب المذاق		
بطاطس مطبوخة**	150 جم	وقت الطهي الإجمالي المتوقع 12 دقيقة.

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب الشرائح ودهنها بالزيت. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 7 دقائق من البدء)	تخلص من جلد السمك وعظامه وقم بتقسيره. أضف الفلفل الأخضر الحار والزنجبيل وتوابل مسالا جرام والملح وأوراق الكزبرة. قم بتقسير البطاطس واهرسها وأضفها إلى السمك. امزجها جيدًا. قم بتقسيمها إلى 8 أجزاء واجعلها على شكل قطع. اغمسها في البيض المخفوق وقم بتغطيتها بفئات الخبز. قم بتبطين صحن القلي بورق الألومنيوم وادهنه بالزيت. ضع قطع السمك عليه. ضع صحن القلي على الرف وضع الرف في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 34، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



البرنامج 32 ألو تكا

عدد الحصص: 4

المكونات

بطاطس مطبوخة* خبز فلفل أخضر حار زنجبيل أوراق كزبرة أوراق النعناع توابل مسالا جرام	250 جم شريحتان، حجم قياسي 2 أو حسب المذاق، مفروم 1/2 ملعقة صغيرة، مفروم 1 ملاعق كبيرة، مقطعة 1 ملاعق كبيرة، مقطعة 1/2 ملعقة صغيرة	توابل مسالا شات ملح حسب المذاق زيت للدهن *قوائم تلقائية - البرنامج 54: طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة.
---	---	---

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
قم بتقسير البطاطس وهرسها. قم بنقع شرائح الخبز في الماء لمدة 30 ثانية. قم بتصفية الماء، وهرس الخبز وإضافة البطاطس. أضف بقية المقادير باستثناء الزيت (يجب توخي الحذر مع الملح. حيث إن المسالا شات تكون مالحة) امزجها جيدها وقم بعمل 8 قطع تكي. قم بتبطين صحن القلي بورق الألومنيوم وادهن الورق بالزيت. ضع قطع التكا عليه. قم بدهن قطع التكي بالزيت. ضع الصينية على الرف العلوي وضع الرف داخل الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 32، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصارفات (بعد 10 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب قطع التكي ودهنها بالزيت. ضع الرف في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً.



البرنامج 33 دجاج الباربيكيو

عدد الحصص: 4

المكونات

صدر دجاجة مخلية صوص الباربيكيو/HP معجون الثوم والزنجبيل خل	400 جم 1 1/2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة صغيرة 1 ملعقة كبيرة	مسحوق الكاري ملح وفلفل حسب المذاق زيت للدهن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/19 دقيقة.
---	---	---



الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
وبعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب الشرائح بحذر باستخدام ملعقة مسطحة. وادهنها بالزيت، ثم ضعها في الفرن واضغط على البداء. عند الانتهاء، اتركها جانباً لمدة 5 دقائق وقدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 6 دقائق من البدء)	اغسل السمك وقم بتجفيفه. امزج مسحوق الثوم والزنجبيل مع كافة المساحيق واخلطها ببياض البيض. وضعها على جانبي شرائح السمك واتركها جانباً لمدة 15 دقيقة. قم برش بعضاً من دقيق الأرز أو دقيق الذرة على الطبقة واضغط شرائح السمك عليه لتغطية كلا الجانبين. قم بتبطين صحن القلي بورق الألمنيوم وادهن الورق جيداً بالزيت. ضع شرائح السمك عليه. قم بدهن الشرائح بالزيت. ضع الصينية على الرف العلوي في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 30، واضغط على البدء.



الملحق

عيدان أجنحة الدجاج عدد الحصص: 4

البرنامج 31

المكونات

1، مخفوق قليلاً	بيض فتات خبز للتغطية زيت للدهن	350-400 جم 1 ملعقة صغيرة 2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة صغيرة معجون الثوم والزنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الثشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق سكر ملح حسب المذاق
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولي)		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
ضع الرف في الفرن وضع طبقاً مقاوماً للحرارة من الزجاج/ الفخار أسفلهُ لالتقاط القطرات. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً مع صوص الثوم والفلفل الحار.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	امزج عيدان أجنحة الدجاج مع صوص الصويا والخل ومعجون الثوم والزنجبيل، ومسحوق الفلفل الحار والسكر والملح. احتفظ بها جانباً لمدة 1-2 ساعة. التقط عيدان أجنحة الدجاج من محلل الخل. قم بتغطيتها بالبيض وفتات الخبز وادهنها بالزيت. ضعها على الرف العلوي. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 31، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



دجاج تكا

البرنامج 29

عدد الحصص: 4

المكونات

مسحوق الفلفل الحار (الشطة) الكشميري	صدور دجاج مخلية
1 ملعقة صغيرة	عصير الليمون
2 ملعقة كبيرة	ملح حسب المذاق
زيت	خثارة اللبن
لون طعام التندوري	معجون الثوم والزنجبيل
زيت إضافي للدهان	مسالا دجاج التندوري
عصير ليمون، توابل مسالا جرام/شات مسالا للتزيين	2 ملعقة أو حسب المذاق
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/29 دقيقة.	

قم بتقطيع الدجاج إلى مكعبات 2 سم. قم بخلط عصير الليمون والملح. اتركه جانبًا لمدة 15 دقيقة، وقم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة وامزجها ببقية المكونات باستثناء الزيت والتزيين. أضف الدجاج وامزجه جيدًا. قم بتغطيته وانقعه في الخل لمدة 4 ساعات أو طوال الليل في الثلاجة. (في حالة وضعه في الثلاجة، فيجب إخراجها قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل).
التقط قطع الدجاج من الخل وقم بنفص الخل الزائد. ثبت القطع في أسياخ معدنية رفيعة أو أسياخ من البامبو. (في حالة استخدام أسياخ من البامبو، قم بنقعها في الماء لمدة 1 ساعة). قم بدهن الحامل العلوي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بدهن القطع بالزيت. ضع الرف في الفرن وضع طبقًا مقاومًا للحرارة من الزجاج/الفخار أسفلها لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 29، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدم التكا ساخنة، مزينة بعصير الليمون وتوابل مسالا جرام/شات. (اختياري)



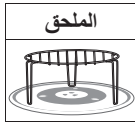
سمك مقلي

البرنامج 30

عدد الحصص: 4

المكونات

1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق الكزبرة	استخدم سمك قشري كبير مثل كنج فيش أو شرائح سمك بنكي
1، مخفوق قليلًا	ملح حسب المذاق	4 شرائح، 1 سم (الوزن الإجمالي 400 جرام تقريبًا).
	بياض البيض	معجون الثوم والزنجبيل
	دقيق أرز/دقيق ذرة للتغطية	2 ملعقة صغيرة
	زيت للدهن	مسحوق الفلفل الحار (الشطة)
		2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق
	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق.	1/2 ملعقة صغيرة
		مسحوق الكركم



البرنامج 28 دجاج تندوري
عدد الحصص: 4

المكونات

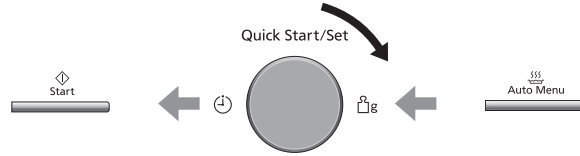
لون طعام التندوري زيت للدهن ملح ومسحوق الفلفل الحار (الشطة) وتوابل مسالا جرام 1 ملعقة صغيرة من كل نوع للتغطية النهائية	8 (800 جم) 4 ملاعق كبيرة 1 1/2 ملعقة صغيرة 1 كوب 2 ملعقة كبيرة	قطع الدجاج عصير الليمون ملح خثارة اللبن معجون الثوم والزنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسالا دجاج التندوري 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق
حلقات البصل وقطع الليمون للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 25 دقيقة. (بإستثناء وقت التسخين الأولي)		

الخطوة 2	الصارفة 1	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، ضع الرف مع الدجاج في الفرن. ضع طبقاً مقاوماً للحرارة من الزجاج/الفخار أسفل الحامل لالتقاط القطرات. اضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بعمل قطوعات عميقة في قطع الدجاج. أضف عصير الليمون والملاح. امزجها جيذاً واتركها جانباً لمدة 10 دقائق. اضرب خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة وأضف بقية المقادير من معجون الثوم والزنجبيل إلى لون طعام التندوري. وقم بسكبها فوق الدجاج. امزجها جيذاً وقم بتغطيتها لمدة 3-4 ساعات في درجة حرارة الغرفة أو لفترة أطول في الثلاجة. (في حالة حفظها في الثلاجة، يجب إخراجها قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل). قم بمزج 1 ملعقة صغيرة من كل من الملح ومسحوق الفلفل الحار وتوابل مسالا جرام معاً. التقط قطع الدجاج من الماء المالح وقم بنفخ الماء المالح الزائد، واخلطها بمزيج المسالا. ضع قطع الدجاج على الحامل العلوي وادهنها بالزيت. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 28، واضغط على البدء. سيبدأ الفرن بالتسخين الأولي. لا تضع الطعام في الفرن في أثناء التسخين الأولي.
الخطوة 3	الصارفة 2	
بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليب القطع ودهنها بالزيت. اضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتزيينها بحلقات البصل وقطع الليمون وقدمها ساخنة مع صلصة توابل النعناع.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 16 دقيقة من البدء)	

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية تدويري/شوي



اضغط على قوائم تلقائية. أدر القرص لتحديد رقم البرنامج المطلوب في الصفحة 50 إلى 58. اضغط على البدء.



البرنامج 27
تكا بجبن بانير
عدد الحصص: 4

المكونات

ملح حسب المذاق زيت للدهن عصير ليمون، توايل مسالا جرام/شات مسالا للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/35 دقيقة.	عبوتان، كل منها 200 جرام 1/2 كوب 1 ملعقة كبيرة 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1 ملعقة صغيرة	بانير خثارة اللبن معجون الثوم والزنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الشطة) توايل مسالا جرام
---	--	---

الخطوة 2	الصفحة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أخرج الرف وقم بتقليب الأسياخ وادهن القطع بالزيت. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدم التكا ساخنة، مزينة بعصير الليمون وتوايل مسالا جرام/مسالا شات. (اختياري)	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 15 دقيقة من البدء)	قم بتقطيع 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 1-2 ساعة. ضع القطع على أسياخ معدنية رفيعة أو أسياخ من البامبو، من خلال ثقب القطع بالطول. (في حالة استخدام أسياخ من البامبو، قم بنقعها في الماء لمدة 1 ساعة). قم بدهن الحامل العلوي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بدهن القطع بالزيت. احتفظ بالرف في الفرن وضع طبقًا مقاومًا للحرارة من الزجاج/الفخار أسفلها لالتقاط القطرات. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 27، واضغط على البدء.



البرنامج 25 أرز بالسمن عدد الحصص: 4

المكونات

بذور السمن الأبيض أرز مدخن*	3 ملاعق كبيرة 3 أكواب 1 كوب	توابل الزيت/السمن موسنارد أوراد دال شاننا دال فول سوداني أوراق الكاري	1 ملعقة كبيرة 1 ملعقة صغيرة 2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة القليل
جوز هند مبشور ملح حسب المذاق ماء زيت ثوم فلفل أسود	1/4 كوب 2 ملعقة كبيرة 1 ملعقة كبيرة، مقطع إلى قطع صغيرة 2 ملعقة صغيرة، مطحون	وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 20 ثانية.	
*قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن			

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بتحمير بذور السمن حتى تصبح مفشرة. امزجها مع الأرز وجوز الهند. أضف الملح والماء وضعها جانبًا. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف الثوم والفلفل وامزج الخليط جيدًا. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 25، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الأرز وامزجه جيدًا. أبق على تغطيته في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل (تادكا/باجار) وأضفها إلى الأرز. وامزجه جيدًا وقدمه ساخنًا.



البرنامج 26 أرز بجوز الهند عدد الحصص: 3-4

المكونات

أرز مدخن*	3 كوب، في درجة حرارة الغرفة 1 كوب 1/4 كوب 3 ملاعق كبيرة 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة كبيرة	شاننا دال فلفل أحمر حار 2 (انقع في الماء لمدة 10 دقائق، وقم بتصفيته وتقطيع إلى قطع) *قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقيقة 20 ثانية.	2 ملعقة كبيرة
جوز هند مبشور ملح حسب المذاق ماء زيت موسنارد أوراد دال			

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
امزج الأرز مع جوز الهند والملح والماء. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 1/2 لتر). أضف الموسنارد والأوراد دال والشاننا دال وقطع الفلفل الحار. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 26، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، أضف الأرز وامزجه جيدًا وقم بتغطيته بغطاء. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، امزجها جيدًا وقدمها ساخنًا.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

البرنامج 23 أرز بالليمون
عدد الحصص: 3

المكونات

2 ملعقة صغيرة 3-2، مقطع القليل 2 ملعقة كبيرة	أوراد دال فلفل أخضر حار أوراق الكاري عصير الليمون	أرز مدخن* 3 كوب، في درجة حرارة الغرفة 1/2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة 1/4 كوب 2 ملعقة كبيرة 1 ملعقة صغيرة	مسحوق الكركم أوراق كزبرة مقطعة ماء ملح حسب المذاق زيت بذور مستارد
---	--	---	--

*قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/4 دقيقة 40 ثانية.

الخطوة 2	الاصفارة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الأرز وقم بتغطيته وضعه في الفرن، واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف عصير الليمون، وامزجه جيدًا وقدم الوجبة ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 2 دقيقة من البدء)	قم بمزج جميع المقادير معًا من الأرز إلى الملح واحفظها جانبًا. اسكب الزيت في طبق آمن الاستخدام في الميكروويف. أضف جميع المقادير من المستارد إلى ورق الكاري. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 23، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 24 أرز بالبرتقال
عدد الحصص: 3-4

المكونات

1 كوب، مقطع إلى شرائح رفيعة 3 2 قطعة 3 1 1/4 ملعقة صغيرة 1	بصل قرنفل قرفة كارداموم ينسون نجمي شا جيرا ورق الغار	أرز بسمتي ماء عصير برتقال (بدون إضافة السكر) مسحوق الفلفل الحار (الشطة) أوراق كزبرة ملح حسب المذاق جزر السمن/الزيت	1 كوب 1 1/2 كوب 1 كوب 3/4 ملعقة صغيرة 4 ملاعق كبيرة، مقطعة 1 حجم متوسط، مبشورة 2 ملعقة كبيرة
--	--	---	--

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة.

الخطوة 2	الاصفارة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الأرز. امزجه جيدًا. قم بتغطيتها جزئيًا بالغطاء، مع ترك تهوية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيته واتركه بدون تقليب لمدة 5 دقائق. وامزجه جيدًا وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بغسل الأرز، وتصفيته جيدًا، وأضف 1 1/2 كوب من الماء. اتركه منقوعًا لمدة 15 دقيقة. أضف عصير البرتقال ومسحوق الفلفل الحار، وأوراق الكزبرة والملح والجزر. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). أضف كافة المقادير من البصل حتى ورق الغار. امزج الخليط جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 24، واضغط على البدء.



أرز محمر بالدجاج/الفطر
عدد الحصص: 3

البرنامج 22

المكونات

أرز مدخن* صوص الصويا ملح حسب المذاق ماء/مرق دجاج زيت بصل أخضر فلفل	3 أكواب 1 ملعقة صغيرة $\frac{1}{4}$ كوب 2 ملعقة كبيرة $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع $\frac{1}{4}$ كوب، مقطع	فطر أو دجاج مطبوخ** قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن **راجع <طهي الدجاج> أدناه. وقت الطهي الإجمالي المتوقع 8 دقيقة 20 ثانية.	$\frac{1}{2}$ كوب، مقطع $\frac{1}{2}$ كوب، ممزق
--	--	--	--

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بمزج الأرز المدخن مع صوص الصويا، والملح والماء/مرق الدجاج. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). أضف البصل الأخضر والفلفل والفطر/الدجاج. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 22، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 4 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصفارات، أضف الأرز وامزجه جيدًا. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.

<طهي الدجاج>

ضع قطع الدجاج التي تزن 500 جرام في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. ذوب $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من الملح في 250 مل من الماء وأضفه إلى الدجاج. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. قم بالطهي على طاقة الميكروويف 1000 واط (عالية) لمدة 7 دقائق و30 ثانية، ثم طاقة الميكروويف 440 واط لمدة 7 دقائق. عند الانتهاء، اترك الدجاج جانبًا مدة 10 دقائق. يمكن استخدام الدجاج في السندويشات والوصفات الأخرى باستخدام الدجاج المطهي / المقطع. ويمكن تخزين المرق والدجاج في الثلاجة مدة تصل إلى 3 أيام واستخدامهما حسب الحاجة. كما يمكن تخزينهما في الفريزر مدة تصل إلى أسبوعين.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



بانير بودينا بولا
عدد الحصص: 3

البرنامج 20

المكونات

1 كوب 2 - 1/2 كوب	ثوم فلفل أخضر حار قرنفل قرنفة مكعبات بانير	6 فصوص، مقطع إلى قطع صغيرة 2، مقطع إلى قطع صغيرة 4 2 قطعة 150 جرام، مقلية
أرز بسمتي ماء ملح حسب المذاق أوراق النعناع الزيت/السمن بصل زنجبيل		وقت الطهي الإجمالي المتوقع/31 دقيقة.

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بغسل الأرز، وتصفيته جيدًا، وأضف 2-2 1/2 كوب من الماء. انقعه لمدة 15 دقيقة. وأضف الملح وأوراق النعناع. اسكب الزيت أو سمن الغنم في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف البصل والزنجبيل والثوم والفلفل الأخضر والقرنفل والقرنفة. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 20، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 7 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصفارات أضف الأرز مع الماء. امزجه جيدًا. قم بتغطيتها جزئيًا بالغطاء، مع ترك تهوية. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه مغطى مدة 5 دقائق. وأضف مكعبات البانير وامزج الخليط جيدًا. تُقدم ساخنة.



أرز بالاك
عدد الحصص: 3

البرنامج 21

المكونات

3 أكواب 1/2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة 2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 2، مقطع 1 ملعقة صغيرة، مقطع 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة	مسحوق توابل مسالا جرام كاسوري ميتي ملح عصير ليمون حسب المذاق *قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقيقة 50 ثانية.	1 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة 1/2 ملعقة صغيرة
أرز مدخن* ملح زيت بالاك فلفل أخضر حار زنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم		

الخطوة 1	الصفارة	الخطوة 2
قم بمزج الأرز مع الملح واتركه جانبًا. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف بقية المقادير باستثناء عصير الليمون. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 21، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصفارات (بعد 5 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصفارات، أضف الأرز وامزج الخليط جيدًا ورقم بتغطيته بغطاء. ضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليب لمدة 5 دقائق. ورقم برش عصير الليمون على الأرز وامزجه جيدًا. يُقدم ساخنًا.



ضع قطع الدجاج في إناء وادهنها بزيت خضروات حتى تكون مغطاة جيدًا. امزج كل البهارات مع الملح في إناء صغير. اغسل الأرز وقم بتصفيته جيدًا. ضع الزبدة والبصل والثوم في إناء عميق آمن للاستخدام في الميكروويف، وطهوت بطاقة ميكروويف 1000 واط (عالية) لمدة 3 دقائق حتى يصبح الخليط شفافًا وناعمًا. أضف الطماطم المقطعة إلى مكعبات ومعجون الطماطم إلى الإناء العميق لإعداد صلصة الطماطم. أضف الدجاج وقليب جيدًا حتى تتم تغطيتها جيدًا بصلصة الطماطم. أضف الأرز والبهارات وامزج الخليط جيدًا. أضف شوربة الدجاج، وقم بتغطية الخليط باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 18، واضغط على البدء. قديم الأرز على طبق وضع قطع الدجاج أعلاه. وزع اللوز المحمص والزبيب/ المشمش والقليل من الفلفل الأسود. أضف المزيد من الملح والفلفل حسب الرغبة.



الملح

البرنامج 19 أرز بالطماطم
عدد الحصص: 3

المكونات

أرز مدخن*	3 أكواب	توابل	2 ملعقة صغيرة
مهروس الطماطم	¼ كوب	زيت	1 ملعقة صغيرة
ماء	¼ كوب	موسنارد	2 ملعقة صغيرة
مسحوق الفلفل الحار (الشطة)	½ ملعقة صغيرة	أوراد دال	القليل
ملح حسب المذاق		أوراق الكاري	
زيت	1 ½ ملعقة كبيرة		
بصل	½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة (50 جرام)		
فلفل أخضر حار	2، غرين		
*قوائم تلقائية - البرنامج 10: الأرز المدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7/دقيقة 50 ثانية.			

الخطوة 1	الاصافرة	الخطوة 2
قم بمزج الأرز مع مهروس الطماطم والماء ومسحوق الفلفل الحار والملح. اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف البصل والفلفل الأخضر الحار. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 19، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الاصافرة (تنطلق الاصافرة بعد 3 دقائق و40 ثانية من البدء)	بعد انطلاق الاصافرات، أضف خليط الأرز. امزجه جيدًا وقم بتغطيته بغطاء، وضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل (تادكا/باجار) ثم أضفها. وامزج الخليط جيدًا وقدمه ساخنًا.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



الملحق

الذرة والأرز الحار
عدد الحصص: 3

البرنامج 17

المكونات

ملح حسب المذاق الزيت/السمن بصل ثوم بذور الذرة المطبوخة أوراق كزبرة	1 كوب 2 ½ كوب 1 كوب، مقطع إلى قطع 1.5 سم ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة	أرز بسمتي ماء فلفل أحمر وأخضر مسحوق الفلفل الحار (الثشطة) مسحوق الكزبرة مسحوق الكمون
2 ملعقة كبيرة ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة 1 ملعقة كبيرة، مقطع إلى قطع صغيرة ½ كوب 2 ملعقة كبيرة، مقطعة		
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة.		

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الأرز. قم بتغطيته جزئيًا بالغطاء، مع ترك تهوية. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيته جيدًا واتركه جانبًا لمدة 5 دقائق. وأضف بذور الذرة المطبوخة وأوراق الكزبرة. وامزجه جيدًا وقدمه ساخنًا.	انتظر حتى انطلاق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	اغسل الأرز وقم بتصفيته وانقعه في 2 ½ كوب ماء لمدة 15 دقيقة. أضف الفلفل الأحمر والأخضر، ومسحوق الفلفل الحار ومسحوق الكزبرة ومسحوق الكمون والملح. قم بسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف البصل والثوم. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 17، واضغط على البدء.



الملحق

كبسة أرز
عدد الحصص: 4

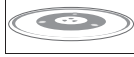
البرنامج 18

المكونات

ملح زبدة بصل (مقطع إلى مكعبات) فصوص ثوم (مفرومة) معجون الطماطم طماطم معلبة مقطعة إلى مكعبات أرز بسمتي شوربة الدجاج الزبيب أو المشمش المجفف اللوز (محمص ومقطع إلى شرائح) فلفل أسود	1 ¾ ملعقة صغيرة 35 جم 1 قطعة 4 قطعة ½ كوب ½ علبة 1 ¾ أكواب 3 أكواب ½ كوب ½ كوب 1 مكial	أوراك/أرجل الدجاج زيت الخسار قرنفل (كامل) كمون جوز الطيب كزبرة زعفران كارداموم قرقة بهارات الفلفل الأبيض مسحوق الليمون المجفف
4 قطعة 1 ½ ملعقة كبيرة 1 قطعة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة		
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/48 دقيقة.		



الملحق



البرنامج 15

بونجال
عدد الحصص: 3

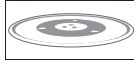
المكونات

الأرز مونج دال ماء السمن/الزيت فلفل أسود	¼ كوب ¼ كوب 4 أكواب 2 ملعقة كبيرة ½ ملعقة صغيرة، مطحون	بذور الكمون أسافويديدا ملح حسب المذاق جوز الكاشيو المحمر	1 ملعقة صغيرة، مطحونة ¼ ملعقة صغيرة، اختياري 2 ملعقة كبيرة، مقطعة
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/39 دقيقة.			

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
اغسل الأرز والدال جيدًا. قم بتصفيته وضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف بقية المقادير. ضعه في الفرن. (لا تقم بالتغطية) اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 15، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 30 دقيقة من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم بتقليبه جيدًا واضغط على البدء. عند الانتهاء، امزجها جيدًا وقدمها ساخنة.



الملحق



البرنامج 16

طاجن الخضروات الساخن
عدد الحصص: 4

المكونات

خضروات مطبوخة* بانير/توفو صلصة (يمكن شراؤها من المتجر) ملح وفلفل حسب المذاق خليط أعشاب مجففة زبدة دقيق ذرة	400 جم 100 جرام مقطعة إلى مكعبات 2 سم ½ كوب ½ ملعقة صغيرة، اختياري 2 ملعقة كبيرة 1 ملعقة كبيرة	ماء/مرق خضروات جبنة شيدر *قوائم تلقائية - البرنامج 116: طهي الخضروات؛ اختر من بين الجزر والفول والبازلاء الخضراء والفلفل والكرفس والفطر والذرة.	2 ملعقة كبيرة 8 ملاعق كبيرة، مبشورة من بين الجزر والفول والبازلاء الخضراء والفلفل والكرفس والفطر والذرة.
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقيقة 40 ثانية.			

الخطوة 1	الصارفة	الخطوة 2
قم بمزج الخضروات مع البانير/التوفو، والصلصة والملح والفلفل والأعشاب. قم بخلط الزبدة. قم بمزج دقيق الذرة مع الماء وأضفها إلى خليط الخضروات. ضع الخليط في طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته باستخدام غطاء وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 16، واضغط على البدء.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 5 دقائق من البدء)	بعد انطلاق الصافرات، قم برش الجبنة في الأعلى. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنًا.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية



الملحق

بولا بالسّمك

البرنامج 13

عدد الحصص: 3

المكونات

3	قرنفل	350 جرام، مدخن	سمك كنج*
2 قطعة	قرفة	2-1، مفروم	فلفل أخضر حار
¼ ملعقة صغيرة، اختياري	أجواين		ملح حسب المذاق
1	ورق الغار	½ ملعقة صغيرة	توابل مسالا جرام
½ ملعقة صغيرة، مطحون	فلفل أسود	1 كوب	أرز بسمتي
	بصل محمر للتزيين، اختياري	½ كوب	ماء
		¼ كوب	مهروس الطماطم
		¾ كوب	لبن جوز الهند
			ملح حسب المذاق
		½ ملعقة صغيرة أو	مسحوق الفلفل الحار (الشطة)
			حسب المذاق
		2 ملعقة كبيرة	زيت

*قوائم تلقائية - البرنامج 117: السمك المدخن؛ يمكن استخدام أي سمك قشري أبيض آخر

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/27 دقيقة.

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات أضف خليط الأرز مع سائل النقع. امزجه جيدًا. قم بتغطيته جزئيًا بالغطاء، مع ترك تهوية. ضعه في الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيته بالكامل بدون تقليب لمدة 10 دقائق. امزجه جيدًا في السمك. يقدم بعد 5 دقائق وتزين بالبصل المقلي. (اختياري)	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	تخلص من جلد السمك وعظامه وقم بتفشيده. امزجه بالملح والفلفل الأخضر الحار وتوابل مسالا جرام. اغسل الأرز وقم بتصفيته جيدًا. قم بإضافة الماء، ولبن جوز الهند ومهروس الطماطم. أضف الملح مسحوق الفلفل الحار (الشطة). اسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف القرنفل والقرفة والأجواين (اختياري) وورق الغار والفلفل. امزجه جيدًا وضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 13، واضغط على البدء.



الملحق

كشيددي

البرنامج 14

عدد الحصص: 4

المكونات

2 ملعقة كبيرة	زيت	¾ كوب	الأرز
4-3	قرنفل	¾ كوب	مونج دال
2 قطعة	قرفة	3 ½ كوب	ماء
2، غرين	فلفل أخضر حار	1 صغيرة، مبشورة	جزر
½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة	بصل	4-6، مقطع إلى قطع صغيرة	فول
			ملح حسب المذاق

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/37 دقيقة.

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف خليط الأرز وقم بتقليبه جيدًا وضعه في الفرن، واضغط على البدء. (لا تقم بالتغطية) عند الانتهاء، امزجه جيدًا واحتفظ به مغطى لمدة 5 دقائق على الأقل، قبل التقديم.	انتظر حتى انطلق الصافرات (بعد 3 دقائق من البدء)	قم بغسل الأرز والدال وقم بتصفيته. أضف الماء والجزر والفول والملح وضعها جانبًا. قم بسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) واضف القرنفل والقرفة والفلفل الحار الأخضر. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 14، واضغط على البدء.



الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات، أضف الأرز مع الماء والبازلاء. امزجه جيداً وضعه في الفرن. قم بتغطيتها جزئياً، بحيث تترك تهوية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها مغطاة لمدة 5 دقائق. وقم بتقليبها برفق بشوكة وقدمها ساخنة.	انتظر حتى انطلاق الصارفات (بعد 8 دقائق من البدء)	قم بغسل الأرز جيداً وقم بتصفيته. أضف الماء المقاس وقم بالنقع لمدة 15 دقيقة. أضف الملح والبازلاء والخضراء وأوراق الكزبرة واحفظها. قم بسكب الزيت/السمن في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف البصل والقرنفل والكارداموم والقرفة. امزجه جيداً. ضع الطبق العميق في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 11، واضغط على البدء.



الملحق

البرنامج 12 برياني بالخضار عدد الحصص: 4

المكونات

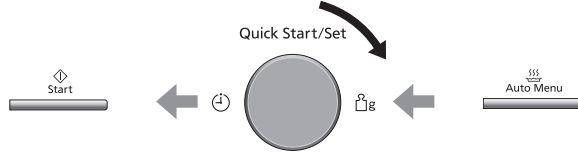
1 كوب، مقطع إلى شرائح رفيعة 2، مفروم 1 ملعقة صغيرة، مفروم 2 ملعقة صغيرة، مفروم 3 2 قطعة 3 1	بصل فلفل أخضر حار زنجبيل ثوم قرنفل قرفة كارداموم ينسون نجمي	1 كوب 2 ¼ كوب 2 ملعقة كبيرة، مقطعة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة 1 كوب، مقطع إلى مكعبات ½ سم ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة	أرز بسمتي ماء ملح حسب المذاق أوراق النعناع أوراق كزبرة خلطة خضروات مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم مسحوق الكزبرة السمن/الزيت
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/30 دقيقة.			

الخطوة 2	الصارفة	الخطوة 1
بعد انطلاق الصافرات أضف خليط الأرز مع ماء النقع. امزجه بلطف. قم بتغطيته جزئياً وضعه في الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتغطيته بالكامل بدون تقليب لمدة 10 دقائق. وامزجه جيداً وقدمه ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصارفات (بعد 5 دقائق من البدء)	قم بغسل الأرز وتصفيته جيداً وأضف 2 ¼ كوب من الماء وانقعه لمدة 15 دقيقة. أضف الملح والنعناع وأوراق الكزبرة وخلطة الخضروات وكافة المساحيق. قم بسكب سمن الغنم أو الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). أضف كافة المقادير من البصل حتى الينسون النجمي. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 12، واضغط على البدء.

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية الطبق الرئيسي



اضغط على قوائم تلقائية. أدر القرص لتحديد رقم البرنامج المطلوب في الصفحة 40 إلى 49. اضغط على البدء.



البرنامج 10 أرز مدخن

عدد الحصص: 3

المكونات

الأرز 1 كوب
ماء
2 - 2 1/2 كوب، تبعًا لجودة الأرز
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة.

قم بغسل الأرز جيدًا وقم بتصفيته. ضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى ساعة 1 1/2 لتر) أضف الماء المقاس. انقعه لمدة 15 دقيقة. قم بتغطية الإناء جزئيًا بالغطاء، مع ترك تهوية. ضعه في الفرن. اضغط على قوائم تلقائية، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 10، واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه مغطى لمدة 5 دقائق، ثم قم بتقليب الأرز برفق باستخدام شوكة.



البرنامج 11 بولا بالبازلاء

عدد الحصص: 3

المكونات

أرز بسمتي 1 كوب
ماء 2-2 1/4 كوب
الزيت أو السمن 2 ملعقة كبيرة
بصل 1 كوب، مقطع إلى شرائح رقيقة
قرنفل 4
كارداموم 3
قرفة 2 قطعة
ملح حسب المذاق
بازلاء خضراء طازجة/مجمدة 1/3 كوب (في حالة استخدام بازلاء مجمدة، انقعها في الماء لمدة 15 دقيقة وقم بتصفيته)
أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة
وقت الطهي الإجمالي المتوقع/33 دقيقة.



البرنامج 8

منتجات البقسماط مبردة

الوزن: 0.1 كجم / 0.2 كجم / 0.3 كجم / 0.4 كجم
لتحضير منتجات البقسماط مبردة مثل شرائح الدجاج المغطاة بالبقسماط أو سمك الكوجون أو دجاج البوب كورن أو قطع الدجاج أو فلييه الدجاج المغطى بالبقسماط.

الخطوة 1	الصفارة 1	الخطوة 2
اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 8، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصفارات. (يصدر صوت الصفارات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بإزالة كل العبوات، ثم ضع منتجات البقسماط مبردة على صحن القلي. اضغط على البدء.
الصفارة 2	الخطوة 3	
انتظر حتى انطلاق الصفارات.	بعد سماع صوت الصفارات، قم بالتقليب. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخناً.	



البرنامج 9

منتجات البقسماط المجمدة

الوزن: 0.1 كجم / 0.2 كجم / 0.3 كجم / 0.4 كجم
لتحضير منتجات البقسماط المجمدة مثل دجاج البوب كورن المجمد، قطع الدجاج المجمدة، أوراك الديك الرومي المجمدة، أصابع السمك المجمدة، الجمبري الكبير المجمد.

الخطوة 1	الصفارة 1	الخطوة 2
اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 9، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصفارات. (يصدر صوت الصفارات عند انتهاء التسخين الأولي).	قم بإزالة كل العبوات، ثم ضع منتجات البقسماط المجمدة على صحن القلي. اضغط على البدء.
الصفارة 2	الخطوة 3	
انتظر حتى انطلاق الصفارات.	بعد سماع صوت الصفارات، قم بالتقليب. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخناً.	

تابع في الصفحة القادمة



قوائم تلقائية



البرنامج 6 بطاطس مقليه مجمدة

الوزن: 0.1 كجم / 0.2 كجم / 0.3 كجم

لطي منتجات البطاطس المجمدة التي تم شراؤها سابقاً والمناسبة للشوي، كبطاطس فرنش والبطاطس المنزلية على سبيل المثال.
للحصول على أفضل النتائج، قم بطهيها بطبقة واحدة.
ملاحظة: منتجات البطاطا المقلية تختلف اختلافاً كبيراً.
إننا ننصح بالتحقق قبل نهاية الطهي ببضع دقائق للوصول إلى مستويات التحمير.

الخطوة 2	الصارفة 1	الخطوة 1
ضع البطاطا المقلية على صحن القلي ثم ضعها على الرف الشبكي العلوي في الفرن. اضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصارفات. (يصدر صوت الصارفات عند انتهاء التسخين الأولي).	اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 6، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.
الخطوة 3	الصارفة 2	
بعد سماع صوت الصارفات، قم بالتقليب. اضغط على البدء. عند الانتهاء، يتم تقديمه ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصارفات.	



البرنامج 7 دجاج مقلي

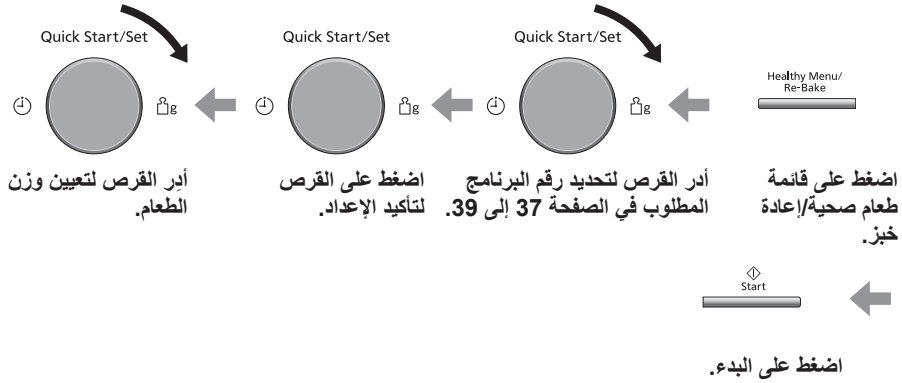
الوزن: 0.2 كجم / 0.3 كجم / 0.4 كجم / 0.5 كجم

المكونات

1 مكيل ½ ملعقة صغيرة. 30 جم	ملح كوشر فلفل مطحون دقيق سادة	400 جم 2 2 ملعقة صغيرة. 1 ملعقة صغيرة	الدجاج (الدبابيس) فصوص ثوم مقشرة ومفرومة جنزبيل مطحون مزيج التوابل
-----------------------------------	-------------------------------------	--	---

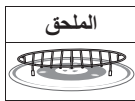
الخطوة 2	الصارفة 1	الخطوة 1
ضع الدجاج على الرف الشبكي العلوي في الصينية الزجاجية مع وجود طبق غير عميق أسفل لتجميع القطرات. اضغط على البدء.	انتظر حتى انطلاق الصارفات. (يصدر صوت الصارفات عند انتهاء التسخين الأولي).	ثوم مفروم. في وعاء صغير، يُمزج الزنجبيل مع مزيج التوابل والمالح والفلفل ويُخلط جيداً. قم بتغطية الدجاج بالخليط. اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 7، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.
الخطوة 3	الصارفة 2	
بعد سماع صوت الصارفات، قم بالتقليب. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخناً.	انتظر حتى انطلاق الصارفات.	

قائمة طعام صحية/إعادة خبز



البرنامج 4 خبز عربي
الوزن: 0.05 كجم / 0.1 كجم / 0.15 كجم / 0.2 كجم
لإعادة تسخين خبز عربي مجمد.

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 4، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصافرات. (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	ضع الخبز العربي على الرف الشبكي العلوي واضغط على البدء. بعد الطهي، اترك الخبز على الرف الشبكي لبضع دقائق.



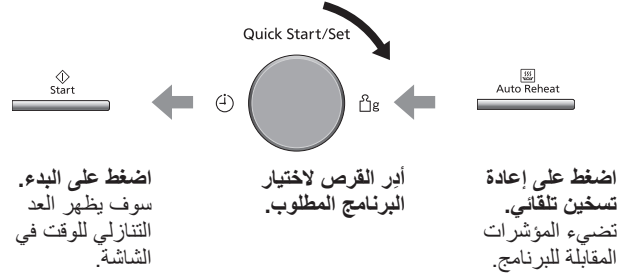
البرنامج 5 كرواسون
الوزن: 0.05 كجم / 0.1 كجم / 0.15 كجم / 0.2 كجم
لإعادة خبز الكرواسون. هذا البرنامج مناسب لإعادة تسخين الكرواسون الذي تم شراؤه سابقاً وتحميره من درجة حرارة الغرفة.

الخطوة 1	الخطوة 2	الخطوة 3
اضغط على قائمة طعام صحية/إعادة خبز، وأدر القرص لتحديد برنامج قوائم تلقائية 5، واضغط على القرص، وأدر القرص لتحديد الوزن، واضغط على البدء. سيبدأ التسخين الأولي.	انتظر حتى انطلاق الصافرات. (يصدر صوت الصافرات عند انتهاء التسخين الأولي).	ضع الكرواسون على الرف الشبكي السفلي واضغط على البدء. بعد الطهي، ضع الخبز على الرف الشبكي لبضع دقائق.

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية

■ البرنامج 2, 3

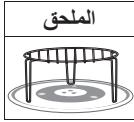


إعادة تسخين وجبة البرنامج 2

الوصفة

يمكن استخدام هذه القائمة لتقديم وجبة قياسية لشخص 1 على طبق (مثل الأرز والكاري والساجي؛ وبولا/ وبرياني/كشيدي/بونجال/شعرية/أرز محمر وطبق جانبي؛ إيدلي، وسامبار وغيره والتي تكون في درجة حرارة الغرفة).

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 دقيقة 30 ثانية.



إعادة تسخين الأصناف المحمرة البرنامج 3

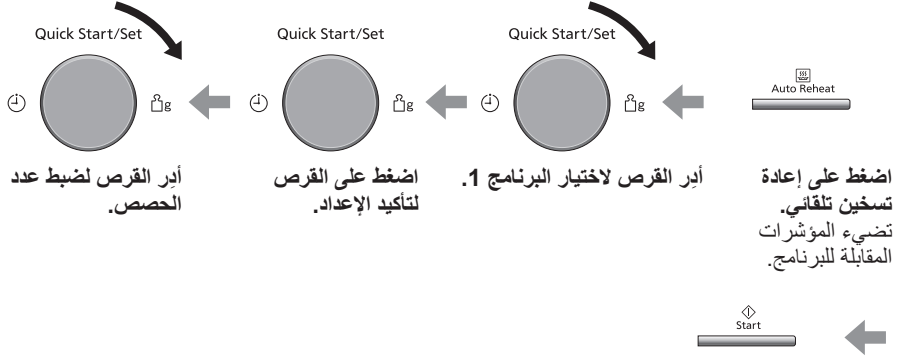
الوصفة

تعتبر هذه القائمة مفيدة لإعادة تسخين السموسا والفادا و كعكة الجوز والبطائر وغيره، والتي تكون في درجة حرارة الغرفة. تسخين 1 أو 2 قطعة في المرة.

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/2 دقيقة 30 ثانية.

إعادة التسخين التلقائي

■ البرنامج 1



الملحق



البرنامج 1 إعادة تسخين شوربة/مشروبات

هذا البرنامج مناسب لإعادة تسخين المشروبات الساخنة (مثل الشاي والقهوة والحليب والشوربة).

الوصفة	عدد الحصص	البرنامج
1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/60 دقيقة.	1 كوب	1C
1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 دقيقة 50 ثانية.	2 كوب	2C
1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/2 دقيقة 40 ثانية.	3 أكواب	3C

ملاحظات:

1. قلب السائل قبل التسخين، لأن السوائل المسخنة قد تفور إذا لم تختلط بالهواء.
2. بالنسبة إلى المشروبات السميكة (مثل الحليب والشوربة)، قلب في منتصف عملية التسخين لتجنب الفوران.
3. لا تغط المشروبات الساخنة مثل الشاي أو القهوة. قم بتغطية الشوربة باستخدام صحن لتجنب أي خطر للانفجار.
3. بعد التسخين، قلب مرة أخرى بعناية واتركه لفترة قصيرة.

قوائم تلقائية

حلويا/كيك/بسكويت

الصفحة	القائمة	الشاشة
73	حلاوة سوجي	65
74	حلاوة بالجزر	66
74	كير بالأرز	67
75	كاسترد حلو	68
75	لادو بالحمص	69
76	كيسار بهت	70
76	كير بالسما	71
77	كير بالجزر	72
77	كوباني كا ميتا	73
77	حلاوة دودهي	74
78	حلاوة براشاد	75
78	فيرني	76
79	باسوندي	77
79	وجبة التفاح المفتت	78
80	بودنج كوكا	79
80	وجبة البلح اللذيذ	80
81	بودنج بالخبز والشيكولاتة	81
82	بودنج بالموز	82
83	كعك بالشيكولاتة	83
83	كيك بالشيكولاتة بدون بيض	84
84	كيك شيكولاتة فوج	85
84	كيك بالبرتقال (مع القرفة)	86
85	كيك بالزبدة	87
85	فطيرة الزبيب	88
86	كيك بالفواكه	89
87	كيك بجوز الهند	90
88	كيك الموز بدون بيض	91
88	نان كاتاي	92
89	بسكويت بستة	93
89	كعك برفائق الشيكولاتة	94
90	بسكويت بالفراولة	95
90	كعك بالفول السوداني	96

الطبق الجانبي (مرق)

الصفحة	القائمة	الشاشة
91	ألو متار	97
92	مكني بالدجاج/جبنة بانير	98
93	راسدار بالخضروات	99
93	سمك بالكاري وجوز الهند	100
94	فطر شاهي بالكاري	101
95	جميري مالاي بالكاري	102
95	بطاطس ألو باجي	103
96	يخن الخضروات	104
96	سمك بالكاري والتمر هندي	105
97	كادي	106
97	طهي الدال	107
98	ساميار بالمولي	108
98	بالاك دال	109
99	رايتا بالقرع	110
99	ذرة بالكاري	111
100	خضروات بالكاري الأحمر	112
100	جميري بالكاري الأخضر	113
101	دال بالعدس	114
101	القرع العسلي الحامض	115

الطبق الجانبي (جاف)

الصفحة	القائمة	الشاشة
102	طهي الخضروات	116
102	سمك مدخن	117
103	بطاطس بالكاري	118
103	مسالا كادي بالدجاج	119
104	سمك بصلصة شوتني	120
104	سلطة لوبيا متبرعمة	121
105	باننجان محشو	122
105	كيما مسالا	123
106	مزيج السمك بالتوابل	124
106	موز الجنة الحار والحامض	125
107	بورجي بجبن البانير	126
107	جير ألو	127
108	ورق عنب	128
108	قرنبيط بتوابل سابجي	129
109	مسالا باليامية	130
109	مرق الليمون	131

قوائم تلقائية

إعادة التسخين التلقائي

الصفحة	القائمة	الشاشة
35	إعادة تسخين شوربة/مشروبات	1
36	إعادة تسخين وجبة	2
36	إعادة تسخين الأصناف المحمرة	3

قائمة طعام صحية/إعادة خبز

الصفحة	القائمة	الشاشة
37	خبز عربي	4
37	كرواسون	5
38	بطاطس مقلية مجمدة	6
38	دجاج مقلي	7
39	منتجات باليقسمات مبردة	8
39	منتجات باليقسمات المجمدة	9

الطبق الرئيسي

الصفحة	القائمة	الشاشة
40	أرز مدخن	10
40	بولا بالبازلاء	11
41	برياني بالخضار	12
42	بولا بالسّمك	13
42	كشيددي	14
43	بونجال	15
43	طاجن الخضروات الساخن	16
44	الذرة والأرز الحار	17
44	كبسة أرز	18
45	أرز بالطماطم	19
46	بانير يودينا بولا	20
46	أرز بالاك	21
47	أرز محمر بالدجاج/الفطر	22
48	أرز بالليمون	23
48	أرز بالبرتقال	24
49	أرز بالسّمسم	25
49	أرز بجوز الهند	26

تندوري/شوي

الصفحة	القائمة	الشاشة
50	تكا بجين بانير	27
51	دجاج تندوري	28
52	دجاج تكا	29
52	سمك مقلي	30

الصفحة	القائمة	الشاشة
53	عبدان أجنحة الدجاج	31
54	ألو تكا	32
54	دجاج بالباركيو	33
55	شرائح السمك	34
56	كباب سيخ	35
56	جمبري مشوي	36
57	كباب مورج مالاي	37
58	سمك تندوري	38

أكلات يابانية

الصفحة	القائمة	الشاشة
59	دجاج محمر باكتوري	39
60	تيريكي دجاج	40
60	سوكياكي	41
61	دجاج مخلل بالطريقة النانابانية	42
61	كنبير	43
62	قرع مسلوّق	44
62	الدجاج المسلوّق مع الفجل	45
63	بانانجان مسلوّق	46
63	كارايلا بالكاري	47

شورية/وجبة خفيفة

الصفحة	القائمة	الشاشة
64	شورية طماطم	48
65	شورية فطر	49
65	شورية خضار بالدجاج	50
66	شورية خضار	51
66	مرق راسام بالطماطم	52
67	شورية حارة	53
67	طهي البطاطس	54
68	كعك إيدلي	55
68	مكعبات الخبز بالمرق	56
69	دوكلا	57
69	توست الجبنة الحار	58
70	بيتزا	59
70	سجق	60
71	أوبما	61
71	ألو بوها	62
72	ذرة بالتوابل	63
72	كعك إيدلي راوا	64

تابع في الصفحة القادمة

قوائم تلقائية

مؤشرات الاستخدام الناجح للقوائم التلقائية

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 الضروري قياس المقادير الرئيسية بدقة، إلا أن تغيير التوابل حسب المذاق لا يؤثر على أداء قوائم تلقائية.

احرص على استخدام مقادير جيدة وخضروات طازجة.

استخدم الحجم الموصى به من الحاويات.

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

تتضمن العديد من الوصفات مرحلتين للطهي حيث توجد صافرة بينهما.

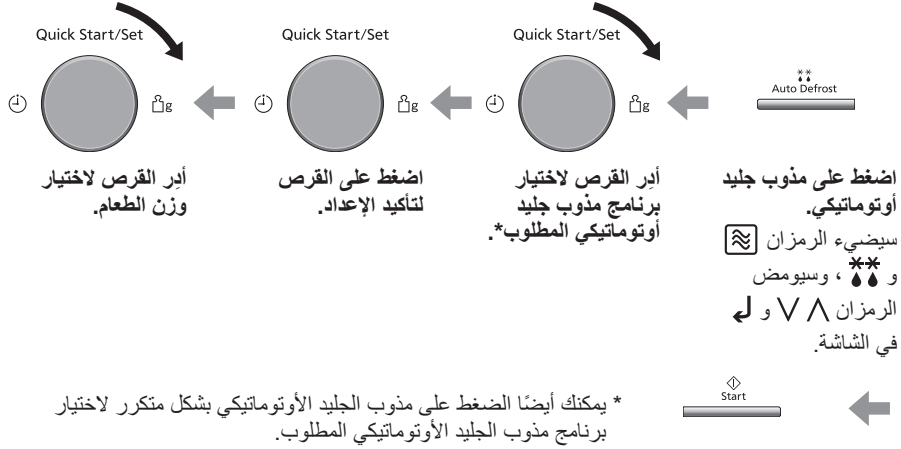
يوجد وقت الصافرة مذكورًا في التعليمات. استعد لفتح باب الفرن مباشرة بعد الصافرة. في حالة تقوية الصافرة، فإن المقادير الخاصة بالمرحلة الأولى سوف تستمر في الطهي وفي حالة إضافة مقادير المرحلة الثانية بعد مرحلة الصافرة، فقد لا يتم طهيها جيدًا. قم بحماية يديك باستخدام قفازات الفرن أو الفوطة القطنية أثناء مناولة الأطباق الساخنة.

بمجرد فتح باب الفرن بعد الصافرة يكون أمامك 6 دقائق لإضافة مقادير المرحلة الثانية حسب التعليمات، حتى يتم الضغط على زر البدء. بالتالي لا داعي للاستعجال في الخطوة التالية. قم بإخراج الطبق برفق، وأضف المجموعة التالية من المقادير. (التي يجب أن تبقى جاهزة قبل بدء الطهي) اخلطها جيدًا واستمر في الطهي. ويمكن القيام بذلك بدون عجلة.

مع ذلك، تجنب التأخير بدون داعي.

مذوب جليد أوتوماتيكي

باستخدام هذه الخاصية يمكنك فك تجميد الأطعمة المجمدة تبعاً للوزن.

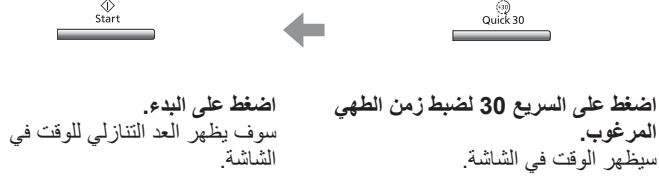


اضغط على البدء.
سوف يظهر العد التنازلي
للوقت في الشاشة.

البرنامج	التعليمات
d-1: قطع صغيرة	الوزن: 0.2 كيلو جرام - 1.0 كيلو جرام لفك تجميد قطع اللحم الصغيرة، شرائح الإسكالوب، النقانق، اللحم المفروم، ستيك، لحم الضلع، شرائح السمك (كل منها 100 جرام إلى 400 جرام). قم بالتقليب عند سماع صوت الصغير. اتركه لمدة تتراوح بين 15 و 30 دقيقة.
d-2: قطعة كبيرة	الوزن: 0.6 كيلو جرام - 1.6 كيلو جرام لفك تجميد قطع اللحم الكبيرة، والدجاج الكامل، وقطع اللحوم. يجب السماح بوقت انتظار يتراوح بين 1 إلى 2 ساعة بعد فك التجميد. قم بالتقليب عند سماع صوت الصغير.
d-3: خبز / كيك	الوزن: 0.1 كيلو جرام - 0.6 كيلو جرام لفك تجميد الخبز (الأرغفة، الشرائح، اللفائف) والكيك. كعكات الكريمة والحلويات والكيك المثلج غير مناسبة لهذا البرنامج. قم بالتقليب عند سماع صوت الصغير. اترك وقت انتظار للخبز يتراوح بين 10 دقائق (للخبز الأبيض خفيف الوزن) و 30 دقيقة (للخبز الجاف السميك). قطع الأرغفة الكبيرة إلى نصفين أثناء وقت الانتظار.

ميزة السريع 30

تتيح هذه الميزة تعيين زمن الطهي بزيادات لمدة 30 ثانية وصولاً إلى 5 دقائق عندما تكون طاقة الميكروويف 1000 واط (عالية).
متاحة فقط للميكروويف.

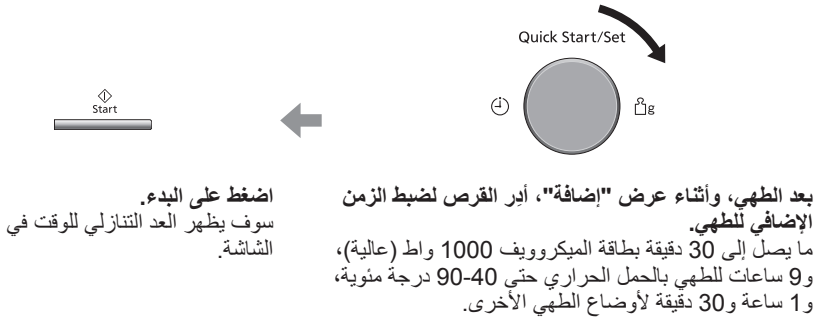


ملاحظات

1. بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add" (إضافة) لمدة 1 دقيقة تقريبًا. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (انظر أدناه للحصول على التفاصيل.)
2. عند الرغبة، يمكنك استخدام مستويات الطاقة الأخرى. حدد مستوى الطاقة المطلوب قبل الضغط على السريع 30.
3. بعد ضبط الوقت باستخدام زر السريع 30، لا يمكنك استخدام القرص.

ميزة إضافة الوقت

تتيح لك هذه الميزة إضافة زمن الطهي عند نهاية عملية الطهي السابقة.
وهي متاحة للميكروويف والشوي والطهي بالحمل الحراري والطهي المجمع.



ملاحظات

1. بعد انتهاء التشغيل، سيتم عرض "Add" (إضافة) لمدة دقيقة واحدة تقريبًا على الشاشة. في أثناء العرض، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت" مرة أخرى.
2. سيتم إلغاء ميزة إضافة الوقت، إذا لم تتم بأي عملية لمدة 1 دقيقة بعد الطهي.
3. يمكن استخدام ميزة إضافة الوقت بعد الطهي متعدد المراحل. يعتبر مستوى الطاقة مماثلًا للمرحلة الأخيرة.
4. لا تتوفر ميزة إضافة الوقت للبرامج التلقائية.

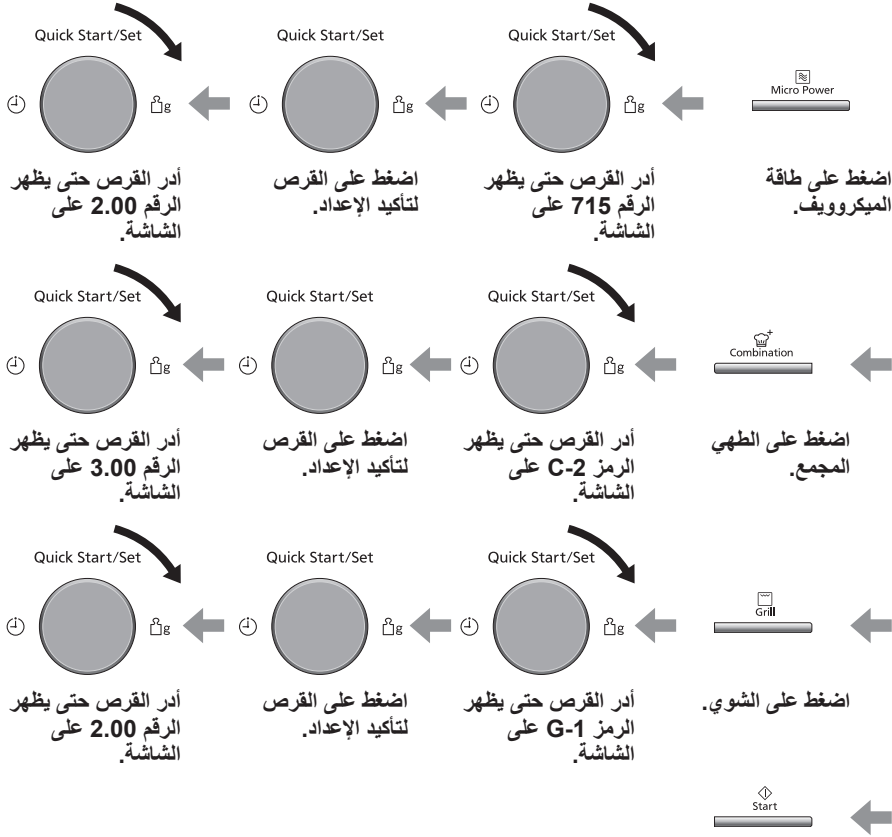
■ ملاحظات

1. بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add (إضافة)" لمدة 1 دقيقة تقريبًا. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (راجع الصفحة 30 للحصول على التفاصيل).
2. التسخين الأولي، لا يمكن استخدام قوائم تلقائية مع الطهي متعدد المراحل.
3. عند التشغيل، سوف يصدر تنبيهين بين كل مرحلة، وستصدر 5 تنبيهات بعد انتهاء جميع المراحل.
4. يمكن ضبط طاقة الميكروويف 1000 وات (عالية) مرة واحدة فقط في الطهي متعدد المراحل.

الطبخ متعدد المراحل

تسمح هذه الميزة ببرمجة ما يصل إلى 3 مراحل للطهي بشكل مستمر.

مثال: لضبط طاقة الميكروويف بقوة 715 واط (متوسط) بشكل مستمر لمدة دقيقتين، وطاقة الطهي المجمع 2 لمدة 3 دقائق وطاقة الشوي 1 لمدة دقيقتين.



اضغط على البدء.

سوف يظهر العد التنازلي لوقت المرحلة الأولى في الشاشة.



■ ملاحظات

1. بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add (إضافة)" لمدة 1 دقيقة تقريبًا. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (راجع الصفحة 30 للحصول على التفاصيل).
2. يمكنك تغيير زمن الطهي خلال الطهي إذا لزم الأمر. أدر القرص لزيادة زمن الطهي أو تقليله. يمكن زيادة الوقت أو تقليله بزيادات قدرها 10 ثوانٍ وحتى 10 دقائق.
3. صُممت الأرفف الشبكية للاستخدام مع الطهي المجمع والشوي والطهي بالحمل الحراري. لا تحاول مطلقًا استخدام أي ملحقات معدنية أخرى باستثناء الملحقات المرفقة مع الفرن. ضع طبقًا مقاومًا للحرارة في الأسفل للالتقاط الدهون والقطرات.
4. لا تستخدم الطهي المجمع في حالة تشغيل الفرن على أقل من 200 جرام من الطعام على برنامج يدوي. لا تستخدم الطهي المجمع مع الكميات الصغيرة، واستخدم بدلاً من ذلك الشوي أو الطهي بالحمل الحراري أو الميكروويف فقط للحصول على أفضل النتائج.
5. تجنب مطلقًا تغطية الطعام عند الطهي باستخدام الطهي المجمع.
6. قد يحدث تقوس كهربائي عن طريق الخطأ في حالة استخدام الوزن غير الصحيح من الطعام، أو في حالة تلف الرف الشبكي أو إذا تم استخدام وعاء معدني. إن التقوس عبارة عن ومضات بالضوء الأزرق يرى في فرن الميكروويف. في حالة حدوث ذلك، أوقف الفرن على الفور.
7. لا تستخدم أوعية الميكروويف البلاستيكية في برامج الطهي المجمع (ما لم تكن مناسبة للطهي المجمع). يجب أن تتميز الأطباق بالقدرة على تحمل حرارة الشواية العلوية - يُعد الزجاج المقاوم للحرارة أو السيراميك خيارًا مثاليًا.
8. لا تستخدم أطباقًا أو علبًا معدنية من عندك عند الطهي المجمع 1 - 5 (C1-C5)، نظرًا إلى أن أشعة الميكروويف لن تخترق الطعام بشكل متساوي.
9. يمكن إدخال زمن الطهي بعد وصول الفرن إلى درجة حرارة التسخين الأولى. في حالة عدم إدخال الوقت خلال 30 دقيقة، سيتوقف الفرن عن التسخين الأولى، ويصدر صوت صفير 5 مرات ويعود إلى وضع الانتظار.

■ تحذير!

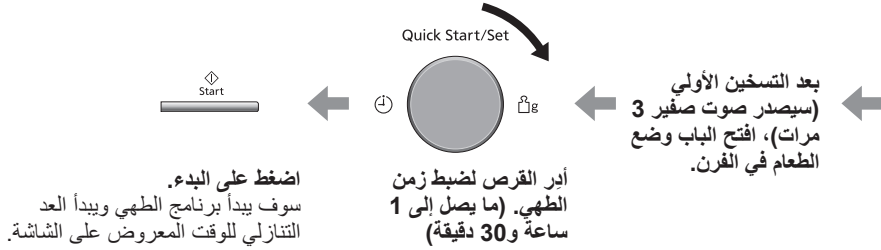
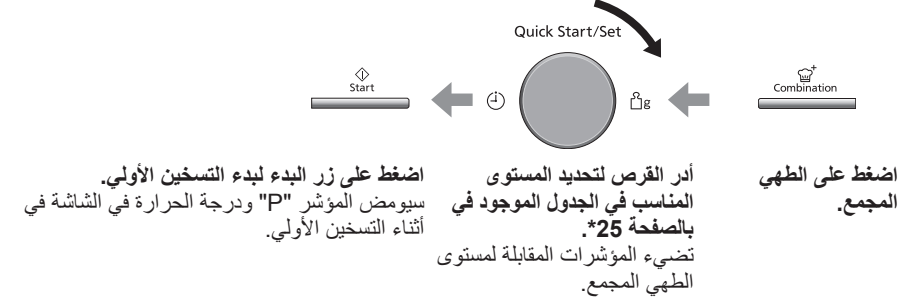
يجب دائمًا استخدام الرف الشبكي مع وجود الصينية الزجاجية في موضعها. قم بإزالة الحامل الشبكي من الفرن من خلال الإمساك بالحامل والطبق المقاوم للحرارة بإحكام. استخدم قفازات الفرن عند إزالة الملحقات. لا تلمس مطلقًا النافذة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو عند إدخال الطعام أو إخراجها بسبب الحرارة العالية الموجودة.



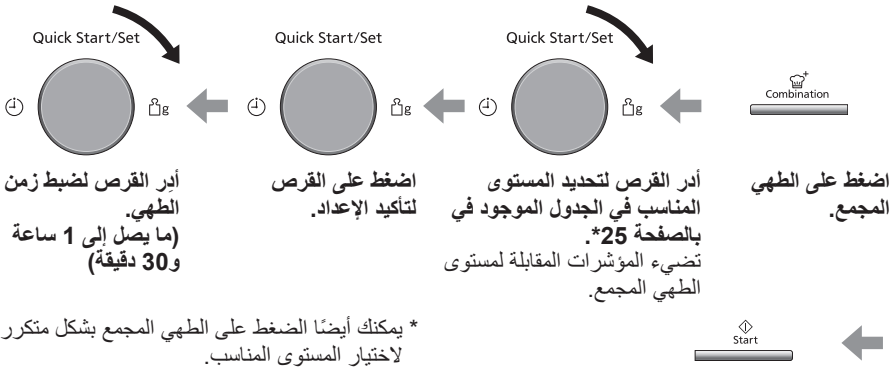
الطهي المجمع

مع التسخين الأولي

• التسخين الأولي غير متوافر للطهي المجمع 1 (C-1) والطهي المجمع 5 (C-5).



من دون تسخين أولي



اضغط على البدء.

سوف يظهر العد التنازلي للوقت في الشاشة.

الطهي المجمع

يعني الطهي المجمع أنه يمكن الجمع بين وظائف الميكروويف والشوي والطهي بالحمل الحراري لتذويب الأطعمة وطهيها وتسخينها. تقوم طاقة الميكروويف بطهي الطعام بسرعة بينما يعطي الشوي والطهي بالحمل الحراري التحمير والقرمشة التقليديين.

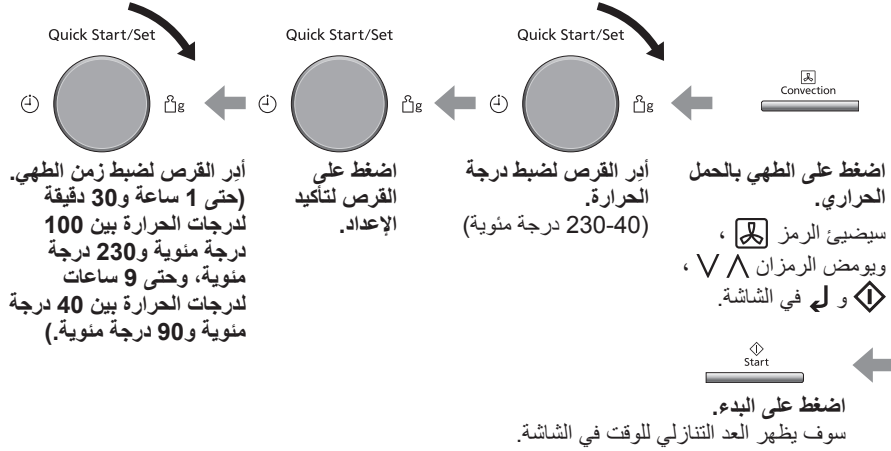
استخدام الملحقات		
		
صحن القلي	الرف الشبكي السفلي	الرف الشبكي العلوي

الاستخدامات	الطهي المجمع	الشاشة (المستوى)
الجراتان، خبز المعكرونة، اللازانيا، البطاطس المشوية	الميكروويف: 450 واط	C-1 (الطهي المجمع 1)
	الشوي: 700 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: —	
أصناف المعجنات الصغيرة	الميكروويف: 250 واط	C-2 (الطهي المجمع 2)
	الشوي: 950 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: 200 درجة مئوية*	
البيتزا المجمدة، الدجاج الكامل، الكيشي، الفطائر	الميكروويف: 250 واط	C-3 (الطهي المجمع 3)
	الشوي: 480 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: 200 درجة مئوية*	
منتجات البطاطس المجمدة، قطع الدجاج، الخضار المشوي	الميكروويف: 450 واط	C-4 (الطهي المجمع 4)
	الشوي: 700 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: 200 درجة مئوية*	
السندويشات، إعادة تسخين البيتزا	الميكروويف: 250 واط	C-5 (الطهي المجمع 5)
	الشوي: 950 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: —	
شوي اللحم، البيتزا المجمدة، السمك الكامل، السجق، الجمبري المشوي	الميكروويف: —	C-6 (الطهي المجمع 6)
	الشوي: 950 واط	
	الطهي بالحمل الحراري: 200 درجة مئوية*	

* قد لا تصل درجة الحرارة إلى 200 درجة مئوية حسب الطعام وزمن الطهي.

تابع في الصفحة القادمة

الطهي بالحمل الحراري من دون تسخين أولي



الأطباق المعدة سابقاً	درجة الحرارة
تخمير الخبز وعجينة البيتزا والزيادي	40 درجات مئوية
إبقاء الطعام دافئاً	70-50 درجات مئوية
تجفيف الطعام (الأعشاب والفواكه)	90-80 درجات مئوية
فطائر المارينج*	110-100 درجات مئوية
طبق اللحم والسمك	140-120 درجات مئوية
البيض المطهي، حلوى الكاسترد	160-150 درجات مئوية
فطيرة الكيش*، الكوكيز*، البسكويت*، الكيك بالفواكه، المعكرون*، عجينة الشو*، الكيك الإسفنجي	190-170 درجات مئوية
اللحم المشوي، اللحم المطهو ببطء أو على نار هادئة، الخبز	210-200 درجات مئوية
البيتزا*، كيكة التارت*، الجراتان*	230-220 درجات مئوية

* يُوصى باستخدام الرف الشبكي العلوي إذا كنت ترغب في أن يكون الطعام مطهو جيداً.

ملاحظات

- بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add" (إضافة) لمدة 1 دقيقة تقريباً. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (راجع الصفحة 30 للحصول على التفاصيل).
- يمكنك تغيير زمن الطهي خلال الطهي إذا لزم الأمر. أدر القرص لزيادة زمن الطهي أو تقليله. يمكن زيادة الوقت أو تقليله بزيادات قدرها 10 ثوانٍ وحتى 10 دقائق.
- عندما يصل الفرن إلى درجة حرارة التسخين الأولى، ستومض درجة الحرارة، وسيصدر صوت الصغير 3 مرات لتذكيرك بوضع الطعام في الفرن. افتح باب الفرن وضع الطعام في الفرن ثم أغلق الباب.
- يمكن إدخال زمن الطهي بعد وصول الفرن إلى درجة حرارة التسخين الأولى. في حالة عدم إدخال الوقت خلال 30 دقيقة، سيتوقف الفرن عن التسخين الأولى، ويصدر صوت صغير 5 مرات ويعود إلى وضع الانتظار.
- لا يمكن التسخين الأولي للفرن لإعداد 60-40 درجة مئوية.

تحذير!

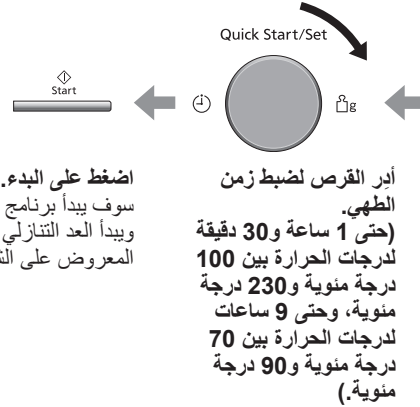
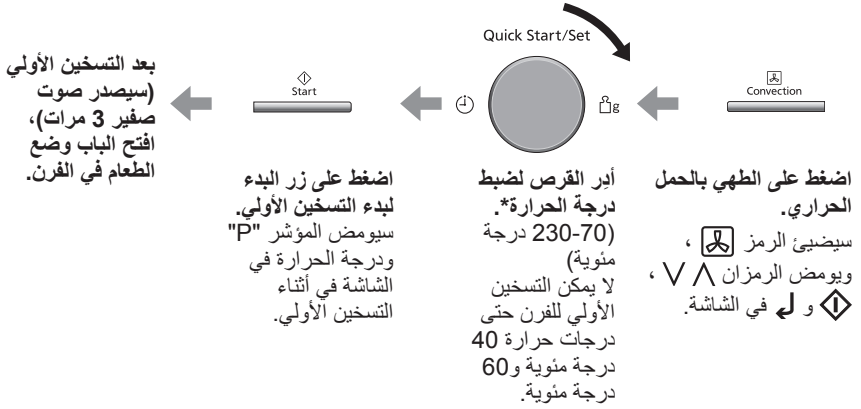
يجب دائماً استخدام الرف الشبكي مع وجود الصينية الزجاجية في موضعها. قم بإزالة الحامل الشبكي من الفرن من خلال الإمساك بالحامل والطبق المقاوم للحرارة بإحكام. استخدم قفازات الفرن عند إزالة الملحقات. لا تلمس مطلقاً النافذة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو عند إدخال الطعام أو إخراجها بسبب الحرارة العالية الموجودة.

الطهي بالحمل الحراري

يحتوي فرن الحمل الحراري على عنصر تسخين مزود بمروحة لتوفير التسخين الجاف اللازم لإنتاج أسطح خارجية مقرمشة ومحترقة. ستكون معظم الوصفات التقليدية مناسبة للاستخدام. (مثل البسكويت، والكيك، ومنتجات اللحوم، والعناصر المطهية) تتطلب معظم العناصر المطهية التسخين الأولي للفرن.



مع التسخين الأولي



* يمكنك أيضاً الضغط على الطهي بالحمل الحراري بشكل متكرر لاختيار درجة الحرارة.

تابع في الصفحة القادمة

■ ملاحظات

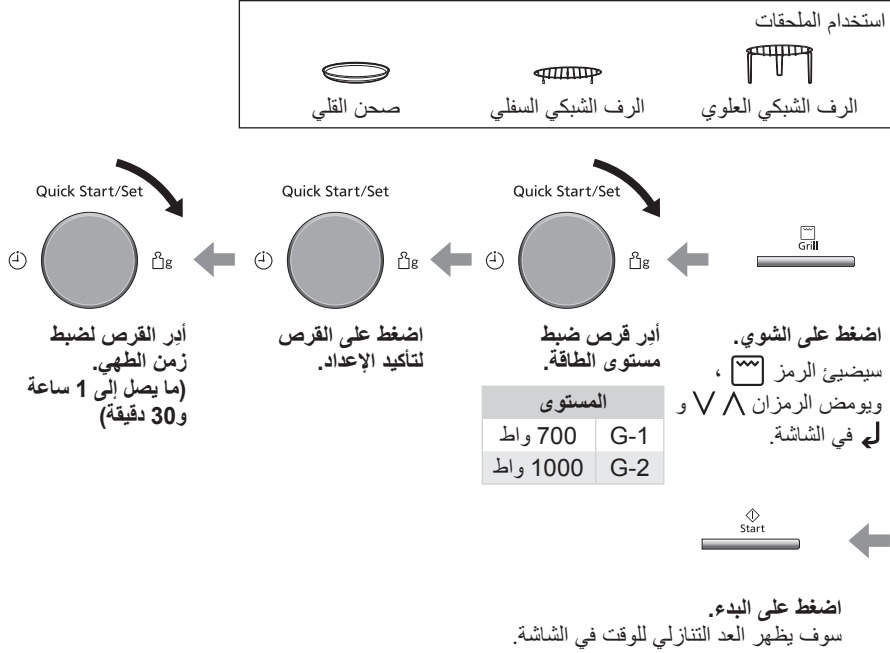
1. بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add (إضافة)" لمدة 1 دقيقة تقريبًا. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (راجع الصفحة 30 للحصول على التفاصيل).
2. يمكنك تغيير زمن الطهي خلال الطهي إذا لزم الأمر. أدر القرص لزيادة زمن الطهي أو تقليله. يمكن زيادة الوقت أو تقليله بزيادات قدرها 10 ثوانٍ وحتى 10 دقائق.
3. ضع الطعام على الرف الشبكي على الصينية الزجاجية. ضع طبقًا مقاومًا للحرارة في الأسفل لالتقاط الدهون والقطرات.
4. تجنب مطلقًا تغطية الأطعمة أثناء الشوي.
5. لا تعتمد على التسخين الأولي للفرن.
6. لا توجد أي طاقة ميكروويف في برنامج الطهي بالشوي.
7. تحتاج معظم الأطعمة إلى التقلب في منتصف عملية الطهي. عند قلب الأطعمة، افتح باب الفرن وقم بإزالة الحامل الشبكي بحذر باستخدام قفازات الفرن.
8. بعد التقلب، قم بإعادة الأطعمة إلى الفرن وأغلق الباب، ثم اضغط على البدء.
9. سوف تستمر شاشة الفرن في العد التنازلي خلال فترة الشوي المتبقية.
10. تتوهج عناصر الشوي وتتوقف أثناء الطهي - وهذا أمر طبيعي.
11. لا تلمس جهاز التسخين أعلى التجويف الداخلي عندما يكون التجويف ساخنًا. فقد لا يزال جهاز التسخين ساخنًا.
11. بعد استخدام الشوي، قد لا يعمل الجهاز لبعض الوقت لمنع ارتفاع درجة الحرارة.

■ تحذير!

يجب دائمًا استخدام الرف الشبكي مع وجود الصينية الزجاجية في موضعها. قم بإزالة الحامل الشبكي من الفرن من خلال الإمساك بالحامل والطبق المقاوم للحرارة بإحكام. استخدم قفازات الفرن عند إزالة الملحقات. لا تلمس مطلقًا النافذة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو عند إدخال الطعام أو إخراجها بسبب الحرارة العالية الموجودة.

الشوي

يُعد الشوي مقيّداً بشكل خاص لشرائح اللحم الرقيقة أو شرائح اللحم أو الكباب أو النقانق أو قطع الدجاج. كما أنه مناسب للسندويشات الساخنة وجميع أطباق الجراتان.



تابع في الصفحة القادمة

ميكروويف الطبخ وإذابة الثلج

إرشادات فك التجميد

تلميح فك التجميد

تحقق من عملية فك التجميد عدة مرات، حتى لو كنت تستخدم البرامج التلقائية. يجب مراعاة أوقات الانتظار.

أوقات الانتظار

يمكن طهي أجزاء معينة من الطعام في الغالب بعد عملية فك التجميد مباشرة. ومن الطبيعي أن تتجمد الأجزاء الكبيرة من الأطعمة من المنتصف. بعد فك التجميد، اتركها لمدة ساعة على الأقل. خلال وقت الانتظار هذه، تصبح درجة الحرارة موزعة بالتساوي ويتم فك تجميد الأطعمة من خلال الطهي بالحمل الحراري. ملاحظة، إذا كنت لن تقوم بطهي الطعام مباشرة، فقم بتخزينه في الثلاجة. تجنب مطلقاً إعادة تجميد الأطعمة التي تم فك تجميدها بدون طهيها أولاً.

اللحم المفروم أو مكعبات اللحم والمأكولات البحرية



نظرًا لأن الأجزاء الخارجية من هذه الأطعمة يتم فك تجميدها بسرعة، فمن الضروري فصلها وتقطيع الأجزاء الكبيرة إلى صغيرة بشكل متكرر أثناء فك التجميد وإزالتها عندما ينتهي فك تجميدها.

الأجزاء الصغيرة من الطعام



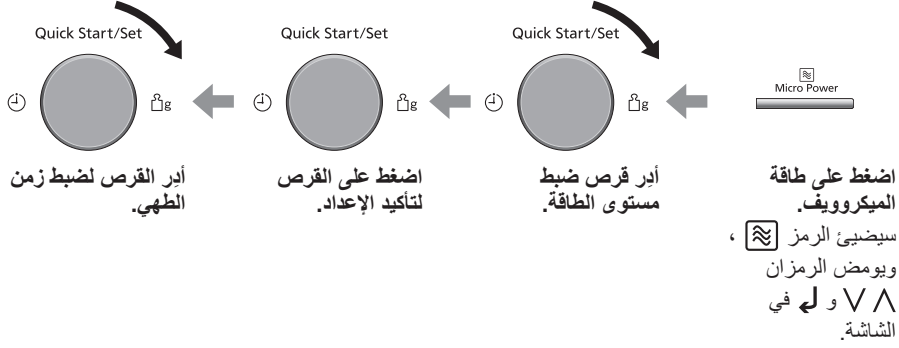
يجب فصل الشرائح وقطع الدجاج في أسرع وقت بحيث يتم تذويب الجليد منها بالتساوي وبشكل كامل. يتم فك التجميد من الأجزاء الدهنية والأطراف بشكل أسرع. ضعها بالقرب من وسط الصينية الزجاجية.

خير

ستتطلب الأربعة وقت انتظار يتراوح بين 5 و30 دقيقة للسماح للوسط بالذوبان. يمكن تقليل وقت الانتظار إذا تم فصل الشرائح عن بعضها وشق اللبائف والأربعة إلى نصفين.

ميكروويف الطبخ وإذابة الثلج

يجب أن تكون الصينية الزجاجية دائماً في مكانها عند استخدام الفرن. تتوفر 5 مستويات مختلفة من طاقة الميكروويف (انظر الرسم البياني أدناه).



الحد الأقصى المتاح للوقت	مستوى الطاقة
30 دقيقة	1000 واط مرتفعة
1 ساعة و 30 دقيقة	715 واط متوسطة - مرتفعة
1 ساعة و 30 دقيقة	440 واط متوسطة
1 ساعة و 30 دقيقة	250 واط إذابة الثلج
1 ساعة و 30 دقيقة	100 واط المنخفضة

اضغط على البدء. سوف يظهر العد التنازلي للوقت في الشاشة.

ملاحظات

- بعد انتهاء الطهي، سيتم عرض "Add" (إضافة) لمدة 1 دقيقة تقريباً. خلال هذا الوقت، يمكنك استخدام ميزة "إضافة وقت". (راجع الصفحة 30 للحصول على التفاصيل.)
- يمكنك تغيير زمن الطهي خلال الطهي إذا لزم الأمر. أدر القرص لزيادة زمن الطهي أو تقليله. يمكن زيادة الوقت أو تقليله بزيادات قدرها 10 ثوانٍ وحتى 10 دقائق.
- أثناء الطهي، قد تهتز الصينية الزجاجية. لن يؤثر ذلك على أداء الطهي.
- للطبخ متعدد المراحل، ارجع إلى الوارد بالصفحة 28.
- لا تستخدم وضع الميكروويف فقط مع أي ملحق معدني في الفرن.
- تحقق دائماً من الطعام أثناء إزالة الجليد عن طريق فتح الباب ثم إعادة التشغيل. ليس من الضروري تغطية الطعام أثناء إذابة الجليد. لضمان نتيجة متساوية، قم بتقليب أو لف أو تدوير أو العزل عدة مرات أثناء إذابة الجليد. بالنسبة للقطع الكبيرة والدواجن، اقلبها عند الوصول إلى نصف مدة إذابة الجليد.

تابع في الصفحة القادمة

قفّل أمان الأطفال

سوف تجعل هذه الميزة عناصر التحكم بالفرن غير قابلة للتشغيل، ولكن يمكن فتح الباب. يمكن ضبط قفّل أمان الطفل عندما تعرض الشاشة نقطة.

لإلغاء:

للضبط:



اضغط إيقاف/إلغاء 3 مرات خلال 10 ثوان.
سيتم إيقاف ضوء الرمز.

اضغط على البدء 3 مرات في غضون 10 ثوان.
يضيء الرمز في الشاشة.
يُشار إلى "Child" (الطفل) في الشاشة.

وظيفة البدء السريع

تتيح لك هذه الوظيفة البدء السريع لبرنامج الميكروويف بطاقة 1000 واط (عالية).

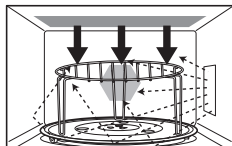
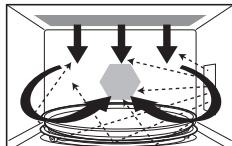


اضغط على البدء.
سيبدأ برنامج الميكروويف بطاقة 1000 واط (عالية)،
وسيبدأ العد التنازلي للوقت على الشاشة.

أدبر القرص لضبط زمن الطهي.
يُضبط مستوى طاقة الميكروويف تلقائيًا على
1000 واط (عالية).

ملاحظات

1. أقصى زمن للطهي لوظيفة البدء السريع يبلغ 30 دقيقة.
2. يمكنك استخدام وظيفة البدء السريع لضبط المرحلة الأولى من الطبخ متعدد المراحل. اضبط المرحلة الثانية أو الثالثة بعد تدوير القرص. انظر الصفحة 28 للاطلاع على الطبخ متعدد المراحل.

الأوعية	الاستخدامات	استخدام الملحقات	وضع الطهي
توضع الأطباق المقاومة للحرارة والتي يمكن استخدامها في الميكروويف مباشرة على الرف الشبكي أو على الصينية الزجاجية. صحن القلي على الصينية الزجاجية. لا تستخدم المعادن.	<ul style="list-style-type: none"> • طهي اللازانيا أو اللحم أو البطاطس أو غراتان الخضروات. • شوي قطع الدجاج (التقليب في منتصف الوقت). لا يوجد تسخين أولي 	الرف الشبكي العلوي أو الرف الشبكي السفلي أو صحن القلي	<p>الشوي + الميكروويف C-1, C-5 (الطهي المجمع 5, 1)</p> 
توضع الأطباق المقاومة للحرارة والتي يمكن استخدامها في الميكروويف مباشرة على الرف الشبكي أو على الصينية الزجاجية. صحن القلي على الصينية الزجاجية. لا تستخدم المعادن.	<ul style="list-style-type: none"> • تحميص اللحم والدواجن • إعادة التسخين والقرمشة (الكيشي، البيتز، الخبز، اللازانيا، الغراتان). إعادة التسخين عند الحاجة 	الرف الشبكي العلوي أو الرف الشبكي السفلي أو صحن القلي	<p>الشوي + الطهي بالحمل الحراري + الميكروويف C-2, C-3, C-4 (الطهي المجمع 4, 3, 2)</p> 

ملاحظة

لا تستخدم صحن القلي مع الرف الشبكي.

وضع الطهي

الأوعية	الاستخدامات	استخدام الملحقات	وضع الطهي
استخدم الأطباق أو الأواني التي يمكن وضعها في الميكروويف مثل Pyrex® على الصينية الزجاجية مباشرة. لا تستخدم المعادن.	<ul style="list-style-type: none"> • فك التجميد • إعادة التسخين • التذويب: الزبدة، الشوكولاتة، الجبن. • طهي السمك، الخضروات، الفواكه، البيض. • التحضير: الفواكه المطبوخة، المربي، الصلصات، الكاسترد، اللحم، السمك. • طهي الكيك من دون لون. لا يوجد تسخين أولي 	لا يوجد (الصينية الزجاجية فقط)	الميكروويف 
إذا كنت ستستخدم الأوعية، فاستخدم الأطباق أو الأواني المقاومة للحرارة، مثل Pyrex® مباشرة على الرف الشبكي أو الصينية الزجاجية.	<ul style="list-style-type: none"> • شوي شرائح اللحم أو السمك الرقيقة. • شوي التوست. • تحمير الأطباق أو فطائر المارينج. لا يوجد تسخين أولي 	<ul style="list-style-type: none"> الرف الشبكي العلوي أو الرف الشبكي السفلي أو صحن القلي 	الشوي 
يمكن استخدام الصينية المعدنية المقاومة للحرارة على الرف الشبكي. لا تقم بوضع الأطباق مباشرة على الصينية الزجاجية.	<ul style="list-style-type: none"> • طهي العناصر الصغيرة في أزمنة طهي قصيرة: عجينة الفطائر، البسكويت، الرول كيك. • الطهي الخاص: لفائف الخبز، الكيك الإسفنجي. • طهي البيوتزا والتارت. التسخين الأولي الموصى به 	<ul style="list-style-type: none"> الرف الشبكي العلوي أو الرف الشبكي السفلي أو صحن القلي 	الطهي بالحمل الحراري 
يمكن استخدام الصينية المعدنية المقاومة للحرارة على الرف الشبكي. لا تقم بوضع الأطباق مباشرة على الصينية الزجاجية.	<ul style="list-style-type: none"> • تحميص اللحوم، شرائح اللحم السمكة. • تحميص السمك، الخضروات. التسخين الأولي الموصى به 	<ul style="list-style-type: none"> الرف الشبكي العلوي أو الرف الشبكي السفلي أو صحن القلي 	الشوي + الطهي بالحمل الحراري C-6 (الطهي المجمع 6) 

الوعاء	الميكروويف	C-6 (الطهي المجمع 6) الشوي	الطهي بالحمل الحراري	C-1 - C-5 (الطهي المجمع 5-1)
الإتاء المعدني 	X	ملاحظة: لا يمكن استخدام أواني الوجبات ذات المقابض المصنوعة من الراتنج.	ملاحظة: لا يمكن استخدام أواني الوجبات ذات المقابض المصنوعة من الراتنج.	X
القش، الخيزران، الخشب 	X	X	X	X
شریط الأمان الآمن للاستخدام في الميكروويف 	✓	X	X	X
ورق الألومنيوم 	X	✓	✓	X
إناء طهي من السيليكون 	✓*	X	✓*	X
ورق مشمع 	✓	X	X	X
أكياس ورقية بنية اللون 	X	X	X	X
أكياس الطهي في الفرن 	✓	✓*	✓*	✓
مناشف ورقية ومناديل 	✓	X	X	X
أجهزة الترمومتر آمن الاستخدام في الميكروويف 	✓	X	X	X
تقليدي	X	✓	✓	X

دليل تجهيزات الطهي والأواني

الوعاء	الميكروويف	C-6 (الطهي المجمع 6) الشوي	الطهي بالحمل الحراري	C-1 - C-5 (الطهي المجمع 5-1)
الملحق المستخدم صحن القلي 	X	✓	✓	ملاحظة: لا تضع صحن القلي على الرف الشبكي.
الملحق المستخدم الحامل الشبكي 	X	✓	✓	✓
وعاء زجاجي مقاوم للحرارة 	✓	✓	✓	✓
أوعية زجاجية غير مقاومة للحرارة 	X	X	X	X
وعاء بلاستيكي مقاوم للحرارة 	✓	X	X	X
أوعية بلاستيكية غير مقاومة للحرارة 	X	X	X	X
أوعية السيراميك والخزف 	✓	✓	✓	✓
أوعية ورقية يمكن التخلص منها 	✓*	✓*	✓*	✓*
أوعية الورنيش 	X	X	X	X

* راجع توصيات شركة التصنيع، أو يجب أن تكون قادرة على تحمل الحرارة، أو اتبع إرشادات الوصفة.
ملاحظة:

• قد يبهت لون أوعية السيراميك أو الخزف مع وجود بقع داخلية ملونة. لا تستخدم هذا الوعاء.

الملحقات

الوضع	الصينية الزجاجية	صحن القلي	الحامل الشبكي
الميكروويف	✓	X	X
الشوي	✓	✓	✓
الطهي بالحمل الحراري	✓	✓	✓
الطهي المجمع	الشوي + الطهي بالحمل الحراري C-6 (الطهي المجمع 6)	✓	✓
	الشوي + الميكروويف C-1, C-5 (الطهي المجمع 5, 1)	✓*	✓
	الشوي + الطهي بالحمل الحراري + الميكروويف C-2, C-3, C-4 (الطهي المجمع 4, 3, 2)	✓*	✓

* لا توضع صحن القلي على الرف الشبكي.

ملاحظة:

- احرص دائمًا على تشغيل الفرن مع وضع الصينية الزجاجية في مكانها.

لوحة التحكم

■ صوت صفير

عند الضغط على الزر بشكل صحيح، فسوف يصدر صوت صفير. في حالة الضغط على الزر ولم يصدر صوت تنبيه، فإن الوحدة لا تقبل التعليمات أو يتعذر عليها تنفيذها. سوف يصدر الفرن تنبيهًا مرتين بين المراحل المبرمجة وعند الدرجة التي يلزم عندها تقليب الأطعمة في وضع قوائم تلقائية. بعد اكتمال التسخين الأولي في وضع الطهي بالحمل الحراري أو الطهي المجمع، سيصدر صوت الصفير ثلاث مرات. في نهاية أي برنامج كامل، سوف يصدر الفرن تنبيهًا 5 مرات، وسيتم عرض "End" (انتهى) على الشاشة.

ميزة القرص



① زمن الطهي، الوزن، الطاقة، درجة الحرارة
أدر القرص أولاً لإدخال زمن الطهي لوظيفة البدء السريع. (الصفحة 18)
بعد تحديد وضع الطهي اليدوي، أدخل الوقت أو الوزن أو الطاقة أو درجة الحرارة عن طريق تدوير القرص.
استخدم القرص لوظيفة إضافة الوقت (الصفحة 30)

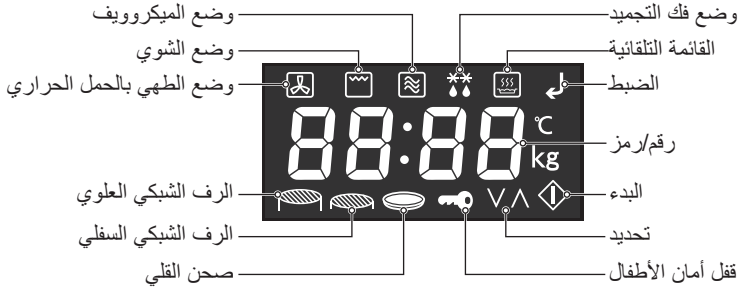
② الضبط

اضغط على القرص لتأكيد الإعداد.
سيومض مؤشر الضبط (ل) عند الحاجة إلى تأكيد الإعداد.

③ قوائم تلقائية (إعادة التسخين التلقائي، قائمة طعام صحية/إعادة خبز، قوائم تلقائية)

بعد الضغط على إعادة التسخين التلقائي، أو قائمة طعام صحية/إعادة خبز، أو قوائم تلقائية، أدر القرص لتحديد قوائم تلقائية.

نافذة العرض



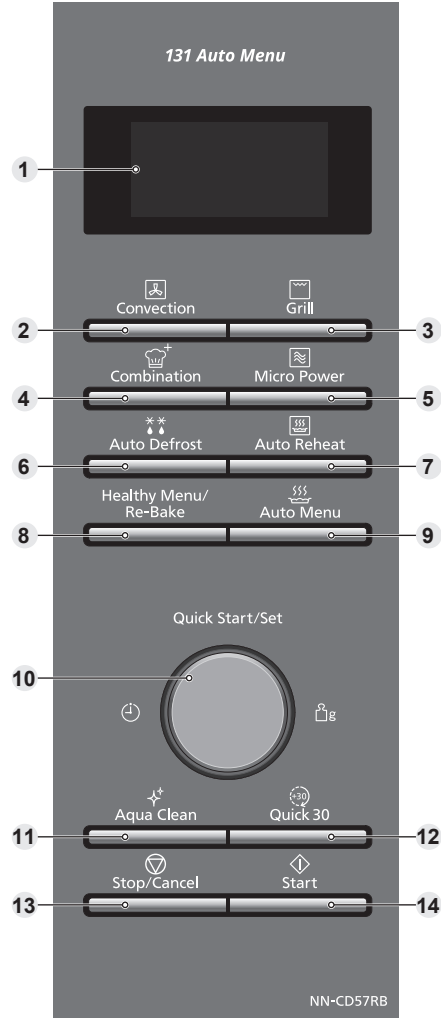
- عند توصيل الفرن لأول مرة، سوف يظهر "88.88" على الشاشة.
- يومض مؤشر البدء عند اكتمال الإعداد ويكون التسخين الأولي أو الطهي جاهزًا للبدء. اضغط على زر البدء لبدء التسخين الأولي أو الطهي.
- سيومض مؤشر الضبط عند الحاجة إلى تأكيد الإعداد. اضغط على القرص لتأكيد الإعداد والمتابعة للإعداد التالي.
- يشير مؤشر الرف الشبكي العلوي والرف الشبكي السفلي وصحن القلي إلى الملحق المقرر استخدامه مع كل القوائم التلقائية.
- يومض مؤشر التحديد عندما يكون تغيير الإعداد ممكنًا عبر تدوير القرص.

لوحة التحكم

- 1 نافذة العرض (بالصفحة 12)
عند توصيل قابس الفرن لأول مرة يظهر
"88.88" في نافذة الشاشة.
- 2 زر Convection (الطهي بالحمل الحراري)
- 3 زر Grill (الشوي)
- 4 زر Combination (الطهي المجمع)
- 5 زر Micro Power (طاقة الميكروويف)
- 6 زر Auto Defrost (مذوب جليد أوتوماتيكي)
- 7 زر Auto Reheat (إعادة التسخين التلقائي)
- 8 زر Healthy Menu/Re-Bake (قائمة طعام صحية/إعادة خبز)
- 9 زر Auto Menu (قوائم تلقائية)
- 10 القرص
يتضمن القرص 3 وظائف (راجع التفاصيل في
الصفحة 12)
- 11 زر Aqua Clean (برنامج التنظيف)
- 12 زر Quick 30 (السرير 30)
- 13 زر Stop/Cancel (إيقاف/إلغاء)
- قبل الطهي:
ضغطة واحدة تمحو التعليمات الخاصة بك.
أثناء الطهي:
ضغطة واحدة توقف برنامج الطهي مؤقتًا.
أخرى تلغي كل التعليمات الخاصة بك وسوف
تظهر نقطة على الشاشة.
- 14 زر Start (البدء)
تسمح الضغطة الواحدة للفرن ببدء العمل. إذا تم
فتح الباب أو الضغط على إيقاف/إلغاء مرة واحدة
أثناء تشغيل الفرن، فإنه يجب الضغط على البدء
مرة أخرى لإعادة تشغيل الفرن.

ملاحظات

1. إذا لم يتم الضغط على البدء لمدة 6 دقائق بعد إعداد برنامج الطهي، فسوف يقوم الفرن بإلغاء برنامج الطهي تلقائيًا. ستعود الشاشة إلى النقطة.
2. ضع الفرن حتى لا تكون نافذة العرض أعلى من مستوى العين للحصول على تجربة عرض مثالية.



• قد تحتوي لوحة التحكم لديك على اختلافات في المظهر، ولكن الكلمات والوظائف متماثلة.

تابع في الصفحة القادمة

أجزاء الفرن

8. دليل تلقيم الميكروويف
(تجنب إزالته)

9. لوحة التحكم

10. سلك إمدادات الطاقة

11. القابض

12. الصينية الزجاجية

13. البكرة الحلقية

14. الرف الشبكي العلوي

15. الرف الشبكي السفلي

16. صحن القلي

1. مقبض الباب

اسحب لفتح الباب. يؤدي فتح الباب أثناء الطهي إلى إيقاف عملية الطهي مؤقتًا بدون إلغاء البرنامج. يُستأنف الطهي بمجرد إغلاق الباب ويتم الضغط على زر البدء. ومن الآمن تمامًا أن تفتح الباب في أي وقت أثناء برنامج الطهي، فليس هناك خطر من التعرض لموجات الميكروويف.

2. نافذة الفرن

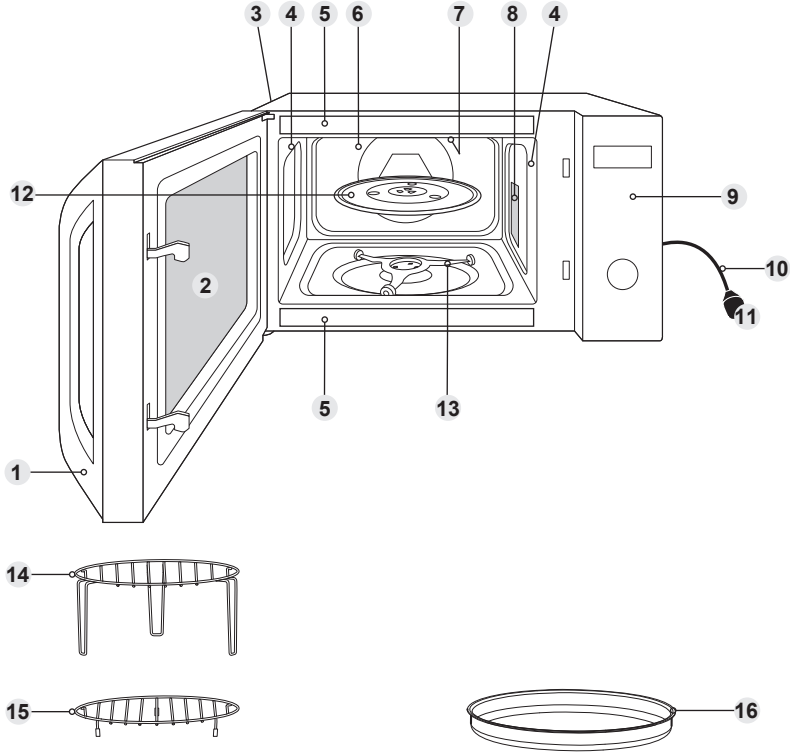
3. فتحات التهوية الخارجية

4. فتحة التهوية

5. ملصقات القوائم

6. سخان الطهي بالحمل الحراري

7. عناصر الشوي



يتم إلصاق بطاقات التعريف والتحذير على الفرن.

■ ملاحظة

هذا التوضيح للإشارة فقط.



الشريط البلاستيكي

يساعد الشريط اللاصق على الحفاظ على الطعام رطبًا ويساعد البخار المحاصر في تسريع زمن الطهي. قم بالتثقيب قبل الطهي للسماح بخروج البخار الزائد. احترس دائماً عندما تزيل الشريط اللاصق عن الطبق لأن البخار المتراكم سوف يكون ساخناً للغاية.

الشكل



الأشكال المتساوية تنتضج بالتساوي. ينضج الطعام بشكل أفضل في الميكروويف عندما تكون في يكون في وعاء مستدير بدلاً من مربع.

درجة حرارة البدء

كلما كان الطعام أبرد، استغرق وقت تسخين أطول. يستغرق الطعام الخارج من الثلاجة وقتاً أطول لإعادة تسخينه عن الطعام الموجود في درجة حرارة الغرفة.

السوائل



يجب تقليب جميع السوائل قبل التسخين وفي منتصف مدة التسخين وبعده. ويجب تقليب المياه بشكل خاص قبل وأثناء التسخين، لتجنب الفوران. لا تتم بتسخين السوائل التي سيق عليها. لا تفرط في التسخين.

القلب والتقليب

تتطلب بعض الأطعمة التقليب أثناء الطهي. يجب قلب اللحوم والدواجن بعد نصف زمن الطهي.

الترتيب

يجب وضع الأطعمة الفردية مثل أجزاء أو قطع الدجاج، على طبق بحيث تكون الأجزاء الأكثر سُمكاً نحو الخارج.

فحص الطعام



من الضروري فحص الطعام أثناء وبعد زمن الطهي الموصى به، حتى لو تم استخدام البرامج التلقائية (تماماً كما يمكنك فحص الطعام المطبوخ في فرن تقليدي). قم بإعادة الطعام إلى الفرن لمزيد من الطهي إذا لزم الأمر.

حجم الطبق



اتبع أحجام الطبق المحددة في الوصفات، لأنها تؤثر على الطبخ ومرات إعادة التسخين. تنتضج كمية الطعام الموزعة في طبق أكبر وتسخن بسرعة أكبر.

التنظيف

طالما يعمل الميكروويف على جزيئات الطعام، فيجب الحفاظ على الفرن نظيفاً دائماً. يمكن إزالة بقع الطعام العنيدة باستخدام منظف رذاذ ميكروويف ذو علامة تجارية، يتم رشه على قطعة قماش ناعمة. قم دائماً بمسح الفرن لتجفيفه بعد التنظيف.



إرشادات عامة

وقت البقاء

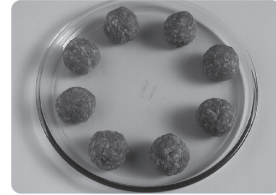
الأطعمة الكثيفة مثل اللحوم والبطاطس، والكعك، تتطلب وقت بقاء (داخل أو خارج الفرن) بعد الطهي، للسماح للحرارة لإكمال التسوية في وسط الطعام لطهي الطعام بشكل شامل تماماً. قم بتغطية قطع اللحم، والبطاطس المشوية بقشرها، برقائق ألومنيوم، أثناء فترة البقاء. تحتاج قطع اللحم إلى 10-15 دقيقة تقريباً، والبطاطس المشوية بقشرها إلى 5 دقائق. إن الأطعمة الأخرى مثل وجبات الطعام والخضروات والأسماك وخلافه تتطلب وقت بقاء من 2-5 دقائق. إذا لم ينضج الطعام بعد وقت البقاء، فقم بإعادته إلى الفرن ونضج لمزيد من الوقت. بعد إزالة الثلج الطعام، ينبغي أيضاً السماح بوقت بقاء.

الكمية



تنضج الكميات الصغيرة أسرع من الكميات الكبيرة، وسوف تسخن الوجبات الصغيرة بسرعة أكبر من الوجبات الكبيرة.

التباعد



تنضج الأطعمة بسرعة أكبر وبشكل متساو إذا كانت متباعدة. لا تكون أبداً الأطعمة فوق بعضها.

محتوى الرطوبة

يتباين محتوى الرطوبة في العديد من الأطعمة الطازجة مثل الخضروات والفواكه الرطبة خلال الموسم. ولهذا السبب قد يكون من الضروري تعديل زمن الطهي. فقد تجف المكونات الجافة مثل الأرز والمعكرونة أثناء التخزين حتى زمن الطهي.

التقرب



سوف يؤدي الجلد أو الغشاء على بعض الأطعمة إلى تكوين البخار أثناء الطهي. يجب تقب هذه الأطعمة أو تقشير الشريط الجلدي قبل الطهي للسماح للبخار بالهروب. البيض والبطاطس والتفاح والنقانق وخلافه، سوف تحتاج جميعاً إلى ثقبها قبل الطهي. لا تحاول غلي البيض في قشرته.

التغطية



قم بتغطية الأطعمة بشريط الميكروويف اللاصق أو غطاء. قم بتغطية الأسماك والخضروات والبخنة، والحساء. لا تغطي الكعك أو الصلصات أو البطاطس المشوية بقشرها أو بنود المعجنات.

الكثافة

تسخن الأطعمة المسامية الهوائية بسرعة أكبر من الأطعمة الثقيلة الكثيفة.



الأغطية

قم دائماً بإزالة أغطية الأواني والأوعية وعلب طعام الوجبات الجاهزة قبل وضعها في الميكروويف. وإذا لم تقم بتفريغ البخار بعد ذلك، فقد يتراكم الضغط في الداخل ويسبب انفجار حتى بعد توقف الطهي في الميكروويف.

زجاجات إرضاع الطفل وأوعية الطعام

عند إعادة تسخين زجاجات إرضاع الطفل، قم دائماً بإزالة الجزء العلوي والحلمة. فقد يسخن السائل الموجود في الجزء العلوي أكثر بكثير من ذلك الموجود في الجزء السفلي، ويجب الرج جيداً قبل التحقق من درجة الحرارة. وينبغي القيام بذلك قبل تناول لتجنب الاحتراق. انظر الوارد بالصفحة 111.

البيض المسلوق

يجب عدم تسخين البيض في قشوره والبيض المسلوق الناضج في أفران الميكروويف لأنها قد تنفجر حتى بعد انتهاء تسخينها في الميكروويف.

الأطعمة ذات القشور

تعتبر البطاطس والتفاح وصفار البيض والخضروات الكاملة والنقائق أمثلة على المواد الغذائية ذات الجلود غير المسامية. يجب ثقبها باستخدام شوكة قبل الطهي لمنع الانفجار.

الورق والبلاستيك

عند تسخين الطعام في أوعية من البلاستيك أو الورق، ابق عينك على الفرن بسبب احتمالية الاشتعال. لا تستخدم أسلاك روابط ملوية مع أكياس التحميص لأنه قد يحدث تقوس.

لا تستخدم منتجات ورقية معاد تدويرها، على سبيل المثال، لفائف المطبخ ما لم يذكر أنها مصممة خصيصاً للاستخدام في فرن الميكروويف. تحتوي هذه المنتجات على شوائب قد تسبب شرر و/أو حرائق عند استخدامها.

السوائل

قد يؤدي التسخين بالميكروويف للمشروبات إلى تأخير الغليان الانبثاق، وبالتالي ينبغي توخي الحذر عند التعامل مع الوعاء. لمنع احتمالية الغليان المفاجئ يجب اتخاذ الخطوات التالية:

- (أ) تجنب استخدام أوعية مستقيمة من الجانب ذات عنق ضيق.
- (ب) لا تفرط في التسخين.
- (ج) قم بتقليب السائل قبل وضع الوعاء في الفرن ومرة أخرى في منتصف الوقت أثناء وقت التسخين.
- (د) بعد التسخين، اترك الفرن لبعض الوقت، وقلب مرة أخرى قبل إزالة الوعاء بعناية.

القلي العميق

لا تحاول القلي في الفرن.

التقوس

قد يحدث تقوس عن طريق الخطأ في حالة استخدام وعاء معدني أو تلف الرف الشبكي أو استخدام وزن غير صحيح للأغذية. إن التقوس عبارة عن ومضات بالضوء الأزرق يرى في فرن الميكروويف. في حالة حدوث ذلك، قم بإيقاف تشغيل الجهاز على الفور. في حالة عدم ملاحظة الفرن واستمر هذا فقد يسبب تلف للجهاز. استمر في الطهي في وضع الشوي.

ميزان حرارة للحوم

استخدام ميزان حرارة اللحوم للتحقق من درجة طهي قطع اللحم والدواجن فقط عندما يتم إزالة اللحم من الميكروويف. إذا كانت ناقصة النضج، فقم بإعادتها إلى الفرن واطهيها لبضع دقائق أخرى على مستوى الطاقة الموصى بها. لا تترك مقياس حرارة اللحوم التقليدي في الفرن عند استخدام الميكروويف.



تعليمات مهمة من أجل السلامة

زمن الطهي القصير

نظرًا لأن زمن الطهي بالميكروويف أقصر بكثير من طرق الطهي الأخرى، فمن الضروري عدم تجاوز زمن الطهي الموصى به دون فحص الطعام أولاً.

وهناك عوامل تؤثر على زمن الطهي منها: درجة الطهي المفضلة، ودرجة حرارة البدء، والارتفاع، والحجم، والكمية وشكل الأطعمة والأواني المستخدمة. وبينما تصبح أكثر دراية بالفرن، فسوف تكون قادرًا على ضبط هذه العوامل.

فمن الأفضل أن يكون الطعام ناقص النضج وليس مفرط النضج. إذا كان الطعام ناقصًا النضج، فإنه يمكن إعادته إلى الفرن دائمًا لمزيد من الطهي. أما إذا كان مفرط النضج، فلا شيء يمكن القيام به. ابدأ دائمًا بالحد الأدنى لزمن الطهي.

هام

إذا تم تجاوز زمن الطهي الموصى به، فسوف يفسد الطعام وقد تشتعل النيران في الظروف القصوى وربما يتلف الجزء الداخلي من الفرن.

الكميات الصغيرة من الأطعمة

توخ الحذر عند تسخين كميات صغيرة من الطعام حيث يمكن احتراقها أو تجفيفها أو إمساك النار بها بسهولة إذا استغرق الطهي وقتًا طويلاً. قم دائمًا بتعيين زمن الطهي على مدة قصيرة وتحقق من الطعام من آن إلى آخر.

الأطعمة منخفضة الرطوبة

توخ الحذر عند تسخين الأطعمة منخفضة الرطوبة، على سبيل المثال، الخبز، والشوكولاتة، والفشار، والبسكويت والمعجنات. فقد تحترق أو تجف أو تمسك النار بها بسهولة إذا استغرق الطهي وقتًا طويلاً. إننا لا نوصي بتسخين الأطعمة منخفضة الرطوبة مثل الفشار. لقد تم تطوير هذا الفرن للاستخدام الغذائي. ولا نوصي باستخدامه لتسخين المواد غير الغذائية مثل أكياس القمح العلاجية/الأكياس الساخنة أو زجاجات المياه الساخنة.

إعادة التسخين

من الضروري أن يتم تقديم الطعام المعاد تسخينه "ساخنًا للغاية".

قم بإزالة الطعام من الفرن وتحقق من أنه "ساخنًا للغاية"، أي أن البخار ينبعث من جميع أجزائه وهناك فقاعات في الصلصة. (إذا كانت لديك رغبة، يمكنك اختبار التحقق من أن الغذاء قد وصل إلى 72 درجة مئوية بميزان حرارة الغذاء - ولكن تذكر ألا تستخدم ميزان الحرارة داخل الميكروويف).

بالنسبة للأطعمة التي لا يمكن تقليدها، مثل، اللزانيا، وفطيرة الراعي، فإنه ينبغي القطع من المنتصف بسكين للتحقق من خلالها مما إذا كان قد تم تسخينها جيدًا أم لا. حتى إذا كان قد تم اتباع تعليمات عبوة الشركة المصنعة، فتأكد دائمًا من أن الطعام ساخنًا للغاية قبل التقديم وفي حالة الشك، فقم بإعادة الطعام إلى الفرن لمزيد من التسخين.

وقت البقاء

يشير وقت البقاء إلى الفترة في نهاية الطهي أو إعادة التسخين إلى متى يتم ترك الطعام قبل تناوله، أي إنه الوقت المتبقي الذي يسمح بإعادة التسخين في الطعام لاستمرار الإجراء إلى الوسط، وبالتالي القضاء على المناطق الباردة.

التنظيف

يجب تنظيف الفرن بانتظام وإزالة أي بقايا طعام.

قم بتنظيف الجزء الداخلي للفرن، وموانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بانتظام. عندما تلتصق المواد الغذائية أو السوائل المنسوجة بجدران الفرن، فامسح موانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بقطعة قماش رطبة.

قد يؤدي عدم الاحتفاظ بالفرن في حالة نظيفة إلى تدهور الأسطح مما قد يؤثر سلبيًا على حياة الجهاز وربما يؤدي إلى وضع خطير.

لا تستخدم منظم البخار لغرض التنظيف.

الملحقات

يحتوي الفرن على مجموعة متنوعة من الملحقات. اتبع دائماً الإرشادات المقدمة لاستخدام الملحقات.

البكرة الحلقية

■ لا تقم بإزالة البكرة الحلقية من تجويف أرضية الفرن.

■ يجب تنظيف البكرة الحلقية وتجويف أرضية الفرن بشكل متكرر لمنع الضوضاء وتراكم الطعام المتبقي.

■ يجب دائماً استخدام البكرة الحلقية للطبخ مع الصينية الزجاجية.

■ إذا قمت بإزالة البكرة الحلقية عن دون قصد، فأعد وضعها برفق في الفتحة الموجودة وسط تجويف أرضية الفرن، وتأكد من وضعها بشكل صحيح على عمود الدوران الموجود أسفلها. يتضمن عمود الدوران سطحاً مستويًا مصمماً لتثبيت البكرة الحلقية بإحكام في مكانها أثناء التشغيل.

الحامل الشبكي

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

■ يلزم استخدام الرف الشبكي المعدني فقط حسب الرغبة مع الشوي والطهي بالحمل الحراري والطهي المجمع. تجنب استخدامه مع الميكروويف فقط. لا تستخدمه في حالة تشغيل الفرن على أقل من 200 جم (7 أوقيات) من الطعام في برنامج الطهي المجمع اليدوي. قد ينتج عن الفشل في استخدام الملحقات بشكل صحيح تلف الفرن الخاص بك.

■ عند استخدام وضع الطهي المجمع، تجنب وضع أي وعاء من الألومنيوم أو وعاء معدني على الرف الشبكي مباشرة. احرص دائماً على إدخال طبق أو إناء زجاجي بين الرف الشبكي ووعاء الألومنيوم. سيمنع ذلك حدوث شرر قد يسفر عن تلف الفرن.

صحن القلي

■ لا تستخدم هذا أبداً مع وضع الميكروويف فقط.

■ احرص دائماً على وضع الصينية في وسط الصينية الزجاجية وتأكد من عدم ملامستها جدار تجويف الفرن. فقد يترتب على الفشل في القيام بذلك حدوث شرر قد يسفر عن تلف التجويف.

■ احرص دائماً على استخدام قفازات الفرن عند مناولة الصينية الساخنة.

■ لا تضع أي مواد ذات حساسية للحرارة على الصينية الساخنة حيث قد يؤدي ذلك إلى حدوث حرق.

الصينية الزجاجية

■ احرص دائماً على تشغيل الفرن في وجود البكرة الحلقية والصينية الزجاجية في مكانها. فهذه هي الملحقات الوحيدة المستخدمة مع الطهي باستخدام الميكروويف.

■ لا تستخدم سوى الصينية الزجاجية المصممة خصيصاً لهذا الفرن. لا تستبدلها بأي علبة زجاجية أخرى.

■ إذا كانت الصينية الزجاجية ساخنة، فدعها تبرد قبل تنظيفها أو وضعها في الماء.

■ يمكن أن تلف الصينية الزجاجية في أي من الاتجاهين.

■ إذا كان وعاء الطعام أو الطهي الموجود في الصينية الزجاجية يلمس جدران الفرن ويوقف لف الصينية، فسوف تلف الصينية تلقائياً في الاتجاه المعاكس. فهذا امر طبيعي. قم بفتح باب الفرن، وأعد وضع الطعام وأعد التشغيل.

■ لا تطبخ الأطعمة مباشرة في الصينية الزجاجية. ضع الطعام دائماً في طبق ميكروويف آمن.

■ في أثناء الطهي باستخدام وضعي الميكروويف أو الطهي المجمع، قد تتهزز الصينية الزجاجية. لن يؤثر ذلك على أداء الطهي.

تعليمات مهمة من أجل السلامة

التركيب

فحص فرن الميكروويف

قم بإخراج الفرن من الصندوق، وإزالة جميع مواد التعبئة، وفحص الفرن بحثاً عن أي تلف مثل خدوش، أو كسر أقفال الباب أو شقوق في الباب. إذا وجدت أي تلف، فأبلغ الوكيل على الفور. لا تقم بتركيب فرن ميكروويف تالف.

تعليمات التأريض

هام: يجب تأريض هذه الوحدة على نحو صحيح لسلامتك الشخصية.

إذا لم يتم تأريض منفذ التيار المتردد لديك، فسوف تكون مسؤولية العميل الشخصية أن يستبدله بمقبس حائطي مؤرض بشكل صحيح.

فولتية التشغيل

يجب أن تكون فولتية مماثلة لما هي محددة على البطاقة الملصقة على الفرن. إذا تم استخدام فولتية أعلى من المحددة، فقد يؤدي هذا إلى نشوب حريق أو أضرار أخرى.

وضع الفرن

هذا الجهاز مصمم لاستخدامه في المنازل والتطبيقات المماثلة مثل:

- مناطق مطبخ الموظفين في المحلات التجارية والمكاتب وبيئات العمل الأخرى؛
- بيوت المزارع؛
- عن طريق النزلاء في الفنادق والموتيلات والبيئات السكنية الأخرى؛
- بيئات من نوعية المبيت والإفطار.

1. ضع الفرن على سطح مستو ومستقر، ما يزيد عن 85 سم فوق الأرض.

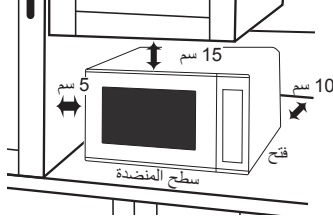
يعتبر الجهاز من النوع القائم الحر ويتعين عدم وضعه في خزانة.

2. عند تركيب هذا الفرن، يجب أن يكون من السهل عزله عن مصدر الكهرباء عن طريق سحب القابس أو تشغيل قاطع الدائرة.

3. للتشغيل السليم، تأكد من دوران الهواء بشكل كافٍ في الفرن.

استخدام سطح المنضدة:

اترك مسافة 15 سم أعلى الفرن و10 سم في الخلف و5 سم على أحد الجانبين، ويجب أن تزيد المسافة المفتوحة من الجانب الآخر على 40 سم.



4. لا تضع هذا الفرن بالقرب من طاقم مطبخ كهربائي أو غاز.

5. تجنب إزالة القوائم.

6. هذا الفرن ملائم فقط للاستخدام المنزلي.

تجنب استخدامه في بيئات خارجية.

7. تجنب استخدام فرن الميكروويف في رطوبة عالية.

8. يجب ألا يلمس سلك الطاقة الجزء الخارجي للفرن. حافظ على السلك بعيداً عن الأسطح الساخنة. لا تدع السلك معلقاً على حافة طاولة أو منضدة المطبخ. لا تغمر السلك أو القابس أو الفرن في الماء.

9. لا تغلق فتحات التهوية. فقد يسخن الفرن إذا تم غلق هذه الفتحات في أثناء التشغيل. وفي هذه الحالة يتم حماية الفرن بجهاز أمان حراري ولا يستأنف التشغيل إلا بعد أن يبرد.

10. هذا الجهاز غير مخصص للتشغيل بواسطة مؤقت خارجي أو جهاز تحكم عن بعد منفصل.

11. عندما يصبح من الضروري استبدال مصباح الفرن، يرجى الرجوع إلى الوكيل.


5. الميكروويف مخصص لتسخين الأطعمة والمشروبات. قد يؤدي تجفيف الطعام أو المجلات أو الملابس وتسخين حشوات التدفئة، والنعال، والإسفنج، والقماش المبلل وما شابه ذلك إلى خطر الإصابة أو الاشتعال أو النيران.

6. قبل الاستخدام، تحقق من أن الأواني/الأوعية مناسبة للاستخدام في أفران الميكروويف.

7. لن يعمل الفرن إلا والباب مغلق.

8. عند عدم استخدام الفرن، لا تتم بتخزين أي أشياء بخلاف ملحقات الفرن داخل الفرن تحسباً لتشغيله بالخطأ.

9. لا يجب تشغيل الجهاز باستخدام وظائف الميكروويف أو الطهي المجمع بدون وجود طعام داخل الفرن. فقد يؤدي التشغيل بهذه الطريقة إلى تلف الجهاز.

10.  تحذير! أسطح ساخنة تصبح الأسطح الخارجية للفرن، بما فيها فتحات التهوية على الكابينة وباب الفرن ساخنة أثناء الطهي المجمع والطهي بالحمل الحراري والشوي. يجب توخي الحذر واستخدام القفازات عند فتح الباب أو إغلاقه وعند إدخال أو إخراج الطعام والملحقات.

11. يحتوي الفرن على سخانين موضوعين أعلى الفرن. بعد استخدام وظيفة الطهي المجمع والطهي بالحمل الحراري والشوي، 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.**

12. عند استخدام وظيفة الطهي المجمع والطهي بالحمل الحراري والشوي وبعدها، لا تلمس مطلقاً النافذة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو الفرن عند إدخال الطعام أو إخراجها بسبب الحرارة العالية الموجودة.

13. في حالة انبعاث دخان أو حريق في الفرن، اضغط على زر إيقاف/إلغاء وأترك الباب مغلقاً لإخماد أي نيران. قم بفصل سلك الطاقة، أو إيقاف تشغيل الطاقة في الصمامات أو لوحة قاطع التيار.

14. يجب استبدال مصباح الفرن عن طريق فني صيانة مدرب من قبل الشركة المصنعة. ولا تحاول إزالة الغلاف الخارجي عن الفرن.

15. يجب عدم استخدام الأوعية أو الأطباق المعدنية ذات حافة معدنية عند الطهي باستخدام الميكروويف، وإلا سيحدث شرر.

تعليمات مهمة من أجل السلامة

تحذير

1. يجب تنظيف موانع تسريب الباب ومناطق منع التسريب بقطعة قماش رطبة.
يجب فحص الجهاز بحثًا عن تلف في موانع التسرب في الباب ومناطق موانع التسرب في الباب، وفي حالة تلف هذه المناطق، فلا ينبغي تشغيل الجهاز حتى يتم إصلاحه بواسطة فني صيانة مدرب من قِبل جهة التصنيع.
2. يجب عدم تسخين السوائل والأطعمة الأخرى في أوعية محكمة الغلق حيث أنها تكون عرضة للانفجار.
3. عندما يتطلب الفرن الخاص بك صيانة، فاستدعي مهندس Panasonic المحلي (دعم العملاء). إذ أنه من الخطورة على أي شخص آخر غير الشخص المختص أن يقوم بأي صيانة أو عملية إصلاح تنطوي على إزالة الغطاء الذي يوفر الحماية من التعرض لطاقة الميكروويف.
4. قد تصبح الأجزاء سهلة الوصول إليها ساخنة أثناء الاستخدام. يجب إبعاد الأطفال الصغار.
5. عند تشغيل الجهاز في وضع الطهي المجمع، يجب ألا يستخدم الأطفال الفرن إلا تحت إشراف البالغين بسبب درجة الحرارة التي يتم توليدها.
6. تأكد من إيقاف تشغيل الجهاز قبل استبدال المصباح لتجنب احتمال حدوث صدمة كهربائية.

تحذير

1. لا تحاول العبث أو إجراء أي تعديلات أو إصلاحات في الباب أو مبيت لوحة التحكم أو مفاتيح تشغيل الأمان أو أي جزء آخر من الفرن. ولا تقم بإزالة اللوحة الخارجية من الفرن التي توفر الحماية من التعرض لطاقة الميكروويف.
يجب إجراء التصليلات عن طريق فني صيانة مؤهل فقط.
2. لا تقم بتشغيل هذا الجهاز إذا كان به سلك أو قابس تالف، أو إذا كان لا يعمل بشكل جيد، أو إذا كان قد تلف أو سقط. إذ أنه من الخطورة على أي شخص غير فني الصيانة المدرب من قبل الشركة المصنعة أن يجري خدمة إصلاح.
3. إذا تعرض سلك إمداد الطاقة للتلف، فيجب تغييره لدى الشركة المصنعة أو وكيل الصيانة التابع لها أو شخص مؤهل لتجنب أية أخطار.
4. هذا الجهاز ليس مخصصًا للاستخدام من قِبل أشخاص من ذوي القدرات الجسمية أو الحسية أو العقلية المحدودة (بما في ذلك الأطفال) أو الأشخاص قليلي الخبرة والمعرفة، ذلك ما لم يتم توفير الإشراف أو التعليمات المتعلقة باستخدام هذه الأجهزة وذلك بواسطة فرد مسؤول عن سلامة هؤلاء الأشخاص.
يجب مراقبة الأطفال، وذلك لضمان عدم محاولتهم العبث بالجهاز.

المحتويات

2	تعليمات مهمة من أجل السلامة
8	إرشادات عامة
10	أجزاء الفرن
11	لوحة التحكم
13	الملحقات
14	دليل تجهيزات الطهي والأواني
16	وضع الطهي
18	قفل أمان الأطفال
18	وظيفة البدء السريع
19	ميكرويف الطبخ وإذابة الثلج
21	الشوي
23	الطهي بالحمل الحراري
25	الطهي المجمع
28	الطبخ متعدد المراحل
30	ميزة السريع 30
30	ميزة إضافة الوقت
31	مذوب جليد أوتوماتيكي
32	قوائم تلقائية
33	قوائم تلقائية
35	إعادة التسخين التلقائي
37	قائمة طعام صحية/إعادة خبز
40	الطبق الرئيسي
50	تندوري/شوي
59	أكالات يابانية
64	شورية/وجبة خفيفة
73	حلويات/كيك/يسكويت
91	الطبق الجانبي (مرق)
102	الطبق الجانبي (جاف)
110	استخدام برنامج برنامج التنظيف
111	إرشادات الطبخ وإعادة التسخين
112	أسئلة وأجوبة
113	العناية بالفرن الخاص بك
114	المواصفات

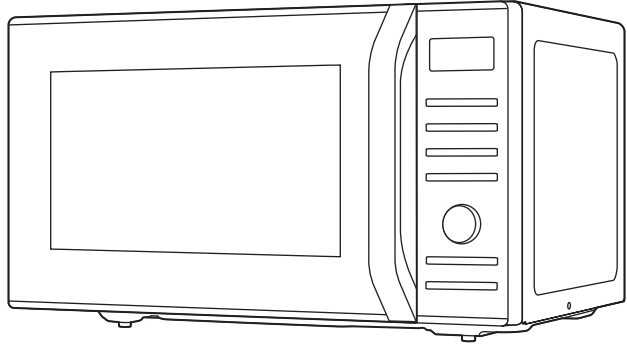
شكراً لك على شرائك جهاز Panasonic.

تعليمات مهمة من أجل السلامة:
قبل تشغيل الفرن، يرجى قراءة هذه التعليمات والاحتياطات بعناية والاحتفاظ بها للرجوع إليها في المستقبل.



Panasonic®

تعليمات التشغيل (ترجمة التعليمات الأصلية)
الطهي بالحمل الحراري/الشوي/فرن الميكروويف
للاستخدام المنزلي فقط



رقم الطراز NN-CD57RB