

# Panasonic®

**Operating Instructions** (Original instructions)  
**Hướng Dẫn Sử Dụng** (Bản dịch các hướng dẫn ban đầu)  
**คู่มือการใช้งาน** (คำแปลคู่มือการใช้งานต้นฉบับ)

**Grill/Microwave Oven**  
**Lò vi sóng/Có nướng**  
**เตาอบไมโครเวฟ/ระบบย่าง**

Household Use Only  
Chỉ Sử dụng trong Gia đình  
สำหรับใช้ภายในครัวเรือนเท่านั้น

Model No. **NN-GM34NB**



English

Tiếng Việt

ภาษาไทย



# Contents

Important safety instructions.....	2
General guidelines.....	8
Containers to use .....	10
Parts of your oven .....	12
Control panel .....	13
Microwave cooking and defrosting .....	14
Grilling .....	16
Combination cooking.....	17
Cooking and reheating guidelines .....	18
Questions and answers.....	19
Care of your oven.....	20
Specifications .....	21

**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 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 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 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, turn Time/Weight Select dial to zero position 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.

# 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.

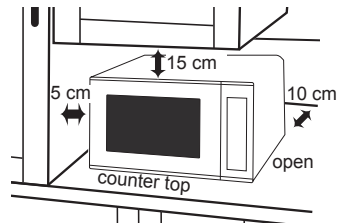
1. Place the oven on a flat and stable surface, more than 85 cm above the floor. The appliance is freestanding type and shall not be placed in a cabinet.

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.

### Before use

Before using COMBINATION or GRILL for the first time, operate the oven without food and accessories (including glass tray and roller ring) on GRILL for 5 minutes. This will allow the oil that is used for rust protection to be burned off. This is the only time that the oven is operated empty.

### 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 cavity floor.
- The roller ring and the oven 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, place the roller ring gently into the hole in the centre of the oven and locate it on the spindle beneath. Flat processing is applied on the spindle to firmly hold the roller ring during operation.

#### Wire rack

- The wire rack is used to facilitate browning of small dishes and help with the good circulation of the heat.

- When using the COMBINATION mode, never place any aluminium or metal 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.
- The metal wire rack must ONLY be used as directed for GRILLING 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.

#### 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.

# Important safety instructions

- Do not cook foods directly on the glass tray unless indicated in recipes. 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

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.

## 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.

## 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 or bread. This oven has been developed for food use only.

We do not recommend to use for heating non food items such as wheat 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.



## 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.

## Babies bottles and food jars

When reheating babies 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 18.

## Boiled eggs

Eggs in their shell 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 re-cycled 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 metal 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

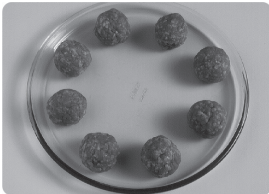
Dense foods e.g. meat, jacket potatoes and cakes, require standing time (inside or outside of the oven) after cooking, to allow heat to finish conducting to the centre of the food to cook through completely. Wrap meat joints and jacket potatoes in aluminium foil while standing. Meat joints need approx. 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, DURING 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.

## Containers to use

Choosing the correct container is a very important factor in deciding the success or failure of your cooking.

### OVEN GLASS

Glass that is heat resistant e.g. Pyrex®, is ideal, and can be used for MICROWAVE, GRILL and COMBINATION. Do not use glass which may crack due to the heat from the food. Do not use lead crystal which may crack or arc.



### CHINA AND CERAMIC

Glazed china plates, saucers, bowls, mugs and cups can be used if they are heat resistant.

Porcelain and ceramic are also ideal. Fine bone china should only be used for reheating for short period of time, otherwise the change in temperature may crack the dish or craze the finish. Do not use dishes with a metal rim or pattern. Do not use jugs or mugs with glued handles, since the glue can melt in a microwave.



### POTTERY, EARTHENWARE, STONEWARE

Only use if completely glazed. Do not use if partially glazed or unglazed, as they are able to absorb water which will absorb microwave energy, making the container very hot and slowing down the cooking of food.



### FOIL/METAL CONTAINERS

NEVER ATTEMPT TO COOK IN FOIL OR METAL containers – the microwaves cannot pass through and the food will not heat evenly – this may also damage your oven. Use wooden kebab sticks instead of metal skewers.



### CLING FILM

Use microwave cling film to cover food that is to be reheated, or cooked, ON MICROWAVE ONLY taking care to avoid the film being in direct contact with the food. DO NOT USE ON GRILL OR COMBINATION.



## PLASTIC

Many plastic containers are designed for microwave use. Only use containers if they are designed for microwave use. Do not use Melamine as it will scorch. Do not use plastic for cooking foods high in sugar or fat or foods that require long cooking time e.g. brown rice. Never cook in margarine containers or yogurt pots, as these will melt with the heat from the food.

DO NOT USE UNDER THE GRILL.



## PAPER

Plain white kitchen paper (kitchen towel) can be used for covering blind pastry cases and for covering bacon to prevent splattering **ONLY USE FOR SHORT COOKING TIME. NEVER RE-USE A PIECE OF KITCHEN TOWEL.** Avoid kitchen paper containing manmade fibers. Check that branded re-cycled kitchen towel is recommended for microwave use. Do not use waxed or plastic coated cups as the finish may melt in the oven. Greaseproof paper can be used to line the base of dishes and to cover fatty foods. White paper plates can be used for **SHORT REHEATING TIMES, ON MICROWAVE ONLY.**



## WICKER, WOOD, STRAW BASKETS

Do not use these items in your microwave. With continued use and with prolonged exposure they will crack and could ignite. **DO NOT USE ON ANY COOKING MODE.**



## ALUMINIUM FOIL

Small amounts of smooth aluminium foil can be used to **SHIELD** joints of meat during defrosting. As the microwaves cannot pass through the foil this prevents the shielded parts from overcooking or overdefrosting.

The foil must not touch the sides or roof of the oven, as this may cause arcing and damage your oven.



## ROASTING BAGS

These are useful when slit up one side to tent a joint of meat when roasting by power and time. **DO NOT USE THE METAL TWISTS SUPPLIED.**

# Parts of your oven

## 1. Door Release Button

Press to open the door. Opening the door during cooking will stop the cooking process without cancelling the programme. Cooking resumes as soon as the door is closed. It is quite safe to open the door at any time during a cooking programme and there is no risk of microwave exposure.

## 2. Oven window

## 3. Air vents

## 4. Microwave feed guide (Do not remove.)

## 5. External air vents

## 6. Control panel

## 7. Power supply cord

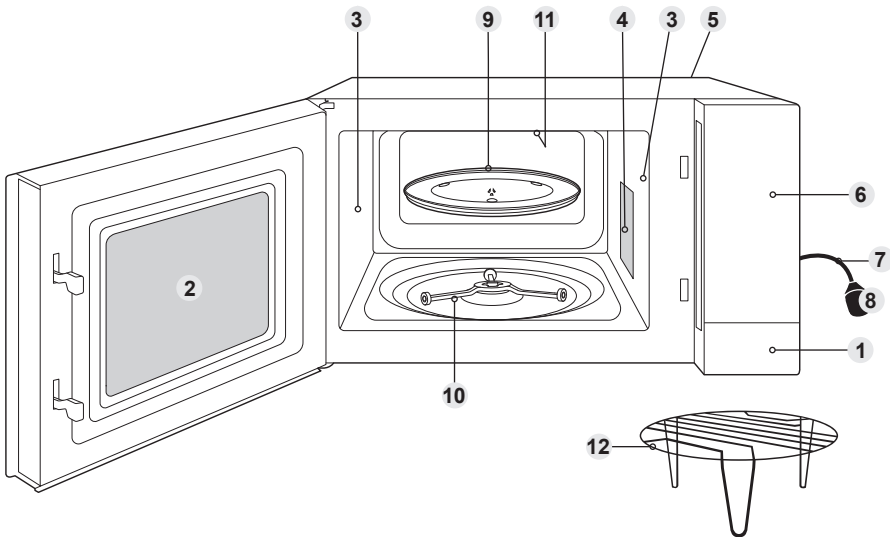
## 8. Plug

## 9. Glass tray

## 10. Roller ring

## 11. Grill elements

## 12. Wire rack

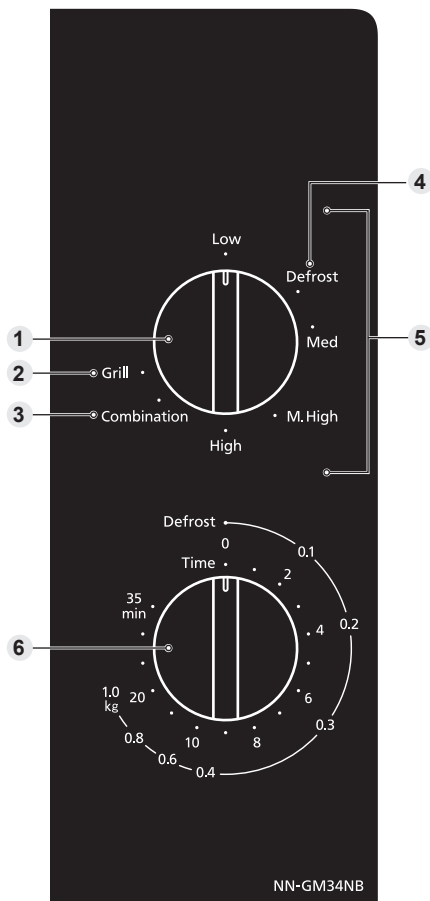


Identification and caution labels are attached on the oven.

### ■ Note

This illustration is for reference only.

# Control panel

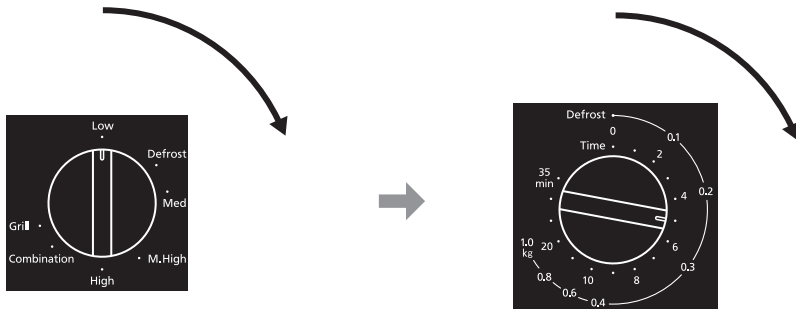


- 1 Cooking mode select dial**
- 2 Grill setting**
- 3 Combination setting**
- 4 Defrost power**
- 5 Microwave power**
- 6 Time/weight select dial**

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

# Microwave cooking and defrosting

The glass tray must always be in position when using the oven.



Turn the dial to select the desired power level.

Turn the dial to set the cooking time for microwave cooking, or to set the weight of food for defrosting.

For short cooking time, turn the dial past 5 minutes and then adjust to the time required.

For the weight less than 0.2 kg, turn the dial past 0.2 kg and then adjust to the weight required.

Power Level		Example of Use
High	900 W	Boil water. Cook fresh fruit, vegetables, rice, pasta and noodles.
Med-High	700 W	Cook poultry, meat, cakes and desserts. Heat milk.
Medium	400 W	Cook eggs, cheeses, fish, pot roasts, casseroles and meat loaves. Melt chocolate.
Defrost	300 W	Thaw foods.
Low	200 W	Keep cooked foods warm, simmer slowly.

## ■ Notes

1. If the door is already closed, the oven will start cooking/defrosting immediately.
2. If you wish to check the food during cooking simply open the door. The oven will automatically stop cooking. To continue cooking, close the door.
3. To stop cooking, turn Time/Weight Select dial to zero position. Cooking time can be reset at any time during the cooking cycle by turning the dial.
4. When food is removed from the oven after cooking is complete, check the Time/Weight Select dial is in the zero position.
5. Around half of defrosting time, turn over the food, remove the defrosted part/food, or shield thin ends/fat/bones of roast with foil. Refer to Defrosting guidelines on page 15 for details.



## Defrosting guidelines

### For Best Results:

1. Place foods in a suitable container. Meat joints and chicken should be placed on an upturned saucer.
2. Check food during defrosting, as foods vary in their defrosting speed.
3. It is not necessary to cover the whole food (see point 6).
4. Always turn or stir the food halfway. Protect ends and tips with aluminium foil to avoid overcooking if necessary (see point 6).
5. Minced meat, chops and other small items should be broken up or separated and placed in a single layer.
6. Shielding prevents food from cooking. It is essential when defrosting chicken and joints of meat.  
The outside thaws out first, so protect wings/breast/fat/bones with smooth pieces of aluminium foil secured with cocktail sticks.
7. Allow standing time so that the centre of the food thaws out (minimum of 1 hour for joints of meat and whole chicken).



Arrange food in a single layer.



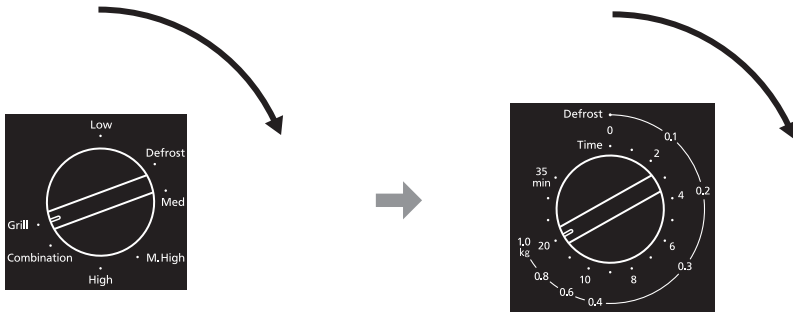
Turn or break up food as soon as possible.



Shield chicken and joints of meat.

# 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.



**Turn the dial to select the Grill setting.**

**Turn the dial to set the cooking time.** For short cooking time, turn the dial past 2 minutes and then adjust to the time required. If the door is already closed cooking time will begin immediately.

## ■ Notes

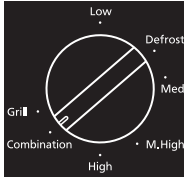
1. Place food on wire rack on glass tray. Place a heatproof plate underneath to catch fat and drips.
2. Never cover foods when grilling.
3. **DO NOT** preheat the oven.
4. There is no microwave power used in GRILL cooking.
5. Most foods require turning halfway during cooking. When turning food, open oven door and **CAREFULLY** remove wire rack using oven gloves.
6. After turning, return food to the oven and close door. Cooking will restart automatically. It is quite safe to open the oven door at any time to check the progress of the food as it is grilling.
7. The grill elements will glow on and off during cooking - this is normal.
8. **DO NOT** touch heating device on top of inside cavity while cavity is hot. Heating device may be still hot.
9. After GRILL use, the product may not operate for some time to prevent overheating.

## ■ CAUTION!

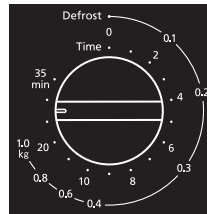
The wire rack must always be used with the glass tray in position. Remove wire rack from oven by holding the rack and heatproof dish firmly. Use oven gloves when removing accessories. Never touch the outside window or inside metal parts of the door or oven when taking food in or out due to the high temperatures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

# Combination cooking

When cooking by **COMBINATION**, the **MICROWAVE** power cooks food quickly whilst the **GRILL** gives traditional browning and crisping.



Turn the dial to select the **Combination** setting.



Turn the dial to set the **cooking time**. For short cooking time, turn the dial past 2 minutes and then adjust to the time required. If the door is already closed cooking time will begin immediately.

## ■ Notes

1. While cooking, the glass tray may vibrate. This will not affect cooking performance.
2. The wire rack is designed to be used for **COMBINATION** and **GRILLING**. Never use any other metal accessory except the one provided with the oven. Place a heatproof dish underneath to catch any fat or drips.
3. Use the wire rack only as described. **DO NOT** use 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** or **MICROWAVE ONLY** for best results.
4. Never cover foods when cooking on **COMBINATION**.
5. **DO NOT** preheat the oven on **COMBINATION**.
6. Arcing may occur accidentally if the incorrect weight of food is used, the wire rack has been damaged, or a metal container has been used. Arcing is flashes of blue light seen in the microwave oven. If this occurs, stop the oven immediately.
7. Some foods should be cooked on **COMBINATION** without using the wire rack i.e. roasts, gratins, pies and puddings. The food should be placed in a heatproof non-metallic dish and placed directly onto the glass tray.
8. **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.
9. **DO NOT** use your own metal dishes or tins, as the microwaves will not penetrate the food evenly.

## ■ 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.

# 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.

Do not add extra alcohol.

## BABIES 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 BABIES' 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: 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 cooking mode. 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 to create the COMBINATION setting. This is normal.

**Q: My oven has an odour and generates smoke when using the COMBINATION and GRILL 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, make sure Time/Weight Select dial is set to zero position.
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 unit.
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 bottom surface of the oven with mild detergent and hot water then dry with a clean cloth. The roller ring may be washed in mild soapy water. 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 cavity floor for cleaning.
9. When using the GRILL 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 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 on the top, bottom or rear 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.

## Specifications

Power Source		220 V 50 Hz
Power Consumption	Microwave	6.4 A 1400 W
	Grill	4.5 A 1000 W
	Combination	6.4 A 1400 W
Output	Microwave	900 W (IEC-60705)
	Grill	1000 W
Outside Dimensions		469 (W) × 380 (D) × 280 (H) mm
Oven Cavity Dimensions		329 (W) × 326 (D) × 236 (H) mm
Overall Cavity Volume		24 L
Glass Tray Diameter		288 mm
Operating Frequency		2450 MHz
Net Weight		13 kg

- 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.





## Mục lục

Hướng dẫn sử dụng an toàn.....	2
Hướng dẫn chung .....	8
Dụng cụ chứa để sử dụng.....	10
Các bộ phận của lò.....	12
Bảng điều khiển.....	13
Nấu và rã đông bằng lò vi sóng.....	14
Nướng .....	16
Nấu kết hợp.....	17
Hướng dẫn nấu và hâm nóng .....	18
Thắc mắc và câu trả lời.....	19
Bảo quản lò vi sóng của bạn .....	20
Đặc điểm kỹ thuật.....	21

**Xin cảm ơn bạn đã mua sản phẩm Panasonic này.**

### **Hướng dẫn sử dụng an toàn:**

Trước khi vận hành lò vi sóng này, xin vui lòng đọc cẩn thận các hướng dẫn cũng như biện pháp phòng ngừa này và giữ lại để tham khảo sau này.


# Hướng dẫn sử dụng an toàn

## CẢNH BÁO

1. Các miếng đệm cửa và khu vực miếng đệm cần được làm sạch bằng vải lau ẩm.  
Cần phải kiểm tra thiết bị xem có hư hỏng các miếng đệm cửa và khu vực miếng đệm cửa hay không và nếu những chỗ này bị hư hỏng thì không được vận hành thiết bị cho đến khi đã được sửa chữa bởi một kỹ thuật viên bảo trì do nhà sản xuất đào tạo.
2. Các loại chất lỏng và thực phẩm khác không được làm nóng trong đồ chứa bịt kín bởi chúng sẽ phát nổ.
3. KHI LÒ CẦN BẢO TRÌ, hãy gọi kỹ sư của Panasonic tại địa phương của bạn (bộ phận Hỗ trợ Khách hàng). Sẽ rất nguy hiểm cho bất cứ ai không phải là người có đủ năng lực thực hiện bất cứ công tác bảo trì hoặc sửa chữa nào liên quan đến việc tháo nắp bảo vệ chống tiếp xúc với năng lượng vi sóng.
4. Các bộ phận tiếp cận được có thể nóng lên trong quá trình sử dụng. Cần giữ trẻ em nên tránh xa thiết bị.
5. Khi vận hành thiết bị ở chế độ kết hợp, trẻ em chỉ nên sử dụng lò vi sóng dưới sự giám sát của người lớn bởi có nhiệt độ phát ra.
6. Đảm bảo rằng thiết bị đã được tắt trước khi thay đèn để tránh bị điện giật.

## THẬN TRỌNG

1. Đừng cố gắng can thiệp hoặc thực hiện bất cứ điều chỉnh hoặc sửa chữa nào đối với cửa, vỏ bảng điều khiển, công tắc khóa an toàn hoặc bất cứ bộ phận nào khác của lò. Không tháo khỏi lò panel bên ngoài giúp bảo vệ chống tiếp xúc với năng lượng vi sóng.  
Chỉ được tiến hành sửa chữa bởi nhân viên bảo trì có đủ trình độ.
2. Không vận hành thiết bị này nếu nó có DÂY CẮM HOẶC PHÍCH CẮM ĐIỆN bị hư hỏng, hoặc nếu thiết bị không hoạt động bình thường, hoặc nếu nó đã bị hư hỏng hoặc rơi. Sẽ rất nguy hiểm cho bất cứ ai không phải là kỹ thuật viên bảo trì do nhà sản xuất đào tạo khi thực hiện việc sửa chữa thiết bị.
3. Nếu dây điện nguồn bị hư hỏng, nó phải được thay thế bởi nhà sản xuất, các đại lý bảo trì của hãng hoặc một người có trình độ tương đương để tránh gây nguy hiểm.
4. Thiết bị này không dùng cho những người (gồm cả trẻ em) bị suy giảm về thể chất, cảm giác, thiếu năng trí tuệ, hoặc thiếu kinh nghiệm và hiểu biết, trừ khi được người có trách nhiệm đảm bảo an toàn cho họ giám sát hoặc hướng dẫn sử dụng thiết bị.  
Phải giám sát trẻ em đảm bảo rằng chúng không đùa nghịch với thiết bị này.

5. Lò vi sóng này được thiết kế để làm nóng thức ăn và đồ uống. Dùng thiết bị sấy thực phẩm, bảo quản quần áo và làm nóng các tấm đệm sưởi ấm, giày dép, miếng xốp, khăn ướt và vật dụng tương tự có thể dẫn đến nguy cơ gây thương tích, bắt lửa hoặc hỏa hoạn.
6. Trước khi sử dụng, hãy kiểm tra các đồ dùng/dụng cụ chứa phải phù hợp để sử dụng trong lò vi sóng.
7. Lò sẽ chỉ hoạt động khi đã đóng cửa lại.
8. Khi không sử dụng lò, đừng để bất cứ vật gì khác ngoài các phụ kiện của lò bên trong lò nếu như vô tình bật thiết bị.
9. Không được vận hành thiết bị ở chế độ VI SÓNG hoặc KẾT HỢP MÀ KHÔNG CÓ THỰC PHẨM TRONG LÒ.  
Vận hành theo cách này có thể làm hỏng thiết bị.
10.  **THẬN TRỌNG!** Bề mặt nóng  
Các bề mặt lò bên ngoài, gồm các lỗ thông khí trên khoang lò và cửa lò sẽ nóng lên ở các chế độ nấu KẾT HỢP và NƯỞNG. Hãy cẩn thận và dùng găng tay dành riêng cho lò khi mở hoặc đóng cửa cũng như khi đưa vào hoặc lấy ra thực phẩm và các phụ kiện.
11. Lò có hai bộ phận gia nhiệt nằm ở trên đỉnh và mặt sau của lò. Sau khi sử dụng chức năng KẾT HỢP và NƯỞNG, các bề mặt này sẽ rất nóng. Cần phải hết sức cẩn thận tránh chạm vào các thành phần gia nhiệt bên trong lò.  
**Lưu ý: Sau khi nấu bằng các chế độ này, các phụ kiện lò sẽ rất nóng.**
12. Trong khi và sau khi sử dụng chức năng KẾT HỢP và NƯỞNG tuyệt đối không chạm vào cửa sổ bên ngoài hoặc các bộ phận kim loại bên trong của cửa hoặc lò khi đưa vào hoặc lấy ra thực phẩm do các nơi này thường có nhiệt độ cao.
13. Nếu có khói hay lửa trong lò, quay số Lựa chọn Thời gian/Trọng lượng về vị trí không và để cửa đóng lại để dập tắt ngọn lửa. Ngắt đầu nối dây điện nguồn, hoặc tắt nguồn điện tại cầu chì hoặc bảng điều khiển bộ ngắt mạch.
14. Đèn trong lò phải được thay thế bởi một kỹ thuật viên bảo trì được nhà sản xuất đào tạo. Không được cố tháo vỏ bên ngoài ra khỏi lò.

# Hướng dẫn sử dụng an toàn

## Lắp đặt

### Kiểm tra lò vi sóng

Mở thùng hàng chứa lò, tháo bỏ tất cả các vật liệu đóng gói, và kiểm tra xem lò có bất kỳ hư hỏng nào như vết lõm, chốt cửa bị gãy hoặc vết nứt ở cửa hay không. Nếu tìm thấy bất kỳ hư hỏng nào, hãy thông báo cho đại lý của bạn ngay lập tức. Không lắp đặt lò vi sóng đã bị hư hỏng.

### Hướng dẫn nối đất

**QUAN TRỌNG: THIẾT BỊ NÀY PHẢI ĐƯỢC NỐI ĐẤT ĐÚNG QUY ĐỊNH ĐỂ ĐẢM BẢO AN TOÀN CON NGƯỜI.** Nếu ổ cắm điện AC của bạn không được nối đất, khách hàng phải tự chịu trách nhiệm thay thế bằng một ổ cắm điện có dây tiếp đất đúng cách.

### Điện áp hoạt động

Mức điện áp phải giống như quy định ghi trong nhãn ở trên lò. Nếu sử dụng mức điện áp cao hơn so với quy định, có thể gây ra hỏa hoạn hoặc hư hỏng khác.

### Bố trí vị trí đặt lò

Thiết bị này được thiết kế để sử dụng trong nhà và các ứng dụng tương tự như:

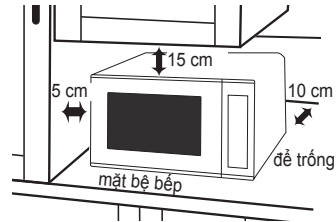
- khu vực bếp nhân viên ở các cửa hàng, văn phòng và môi trường làm việc khác;
- nhà ở trang trại;
- bởi khách hàng ở các khách sạn, nhà nghỉ và nơi cư trú khác;
- những nơi bố trí chỗ ngủ và ăn sáng chung.

1. Đặt lò lên trên một bề mặt bằng phẳng và ổn định, cao cách sàn hơn 85 cm.  
Thiết bị này có dạng đứng tự do và không dùng để đặt trong khoang tủ.
2. Khi lắp đặt lò này, sẽ dễ dàng cài đặt thiết bị khỏi nguồn cấp điện bằng cách rút phích cắm điện hoặc dùng bộ ngắt mạch.

3. Để hoạt động bình thường, hãy đảm bảo lưu thông không khí đầy đủ cho lò.

### Sử dụng khi đặt trên mặt bếp:

Chừa khoảng 15 cm trên đỉnh lò vi sóng, 10 cm ở phía sau, 5 cm ở một bên hông và bên kia phải để trống hơn 40 cm.



4. Không đặt lò này gần nồi cơm điện hoặc bếp gas.
5. Không nên tháo các chân đế của lò.
6. Lò này chỉ để sử dụng trong gia đình. Không sử dụng ngoài trời.
7. Tránh sử dụng lò vi sóng ở nơi có độ ẩm cao.
8. Không nên để dây điện nguồn chạm vào bên ngoài lò. Để dây điện cách xa các bề mặt nóng. Không để dây điện vắt ngang qua mép bàn hoặc nơi bày thực phẩm nấu nướng. Không được dim dây điện, phích cắm điện hoặc lò vào nước.
9. Không được chặn các lỗ thông khí. Nếu các lỗ hở này bị chặn trong quá trình hoạt động thì lò có thể bị quá nóng. Trong trường hợp này lò sẽ được bảo vệ bằng một thiết bị an toàn nhiệt và tiếp tục hoạt động sau khi hạ nhiệt.
10. Thiết bị này không được dùng để vận hành bằng bộ hẹn giờ bên ngoài hoặc hệ thống điều khiển từ xa riêng biệt.

11. Khi cần thay thế đèn của lò, hãy tham khảo ý kiến đại lý của bạn.

### Trước khi sử dụng

Trước khi sử dụng KẾT HỢP hoặc NƯỞNG lần đầu, vận hành lò mà không có thực phẩm và phụ kiện (bao gồm đĩa thủy tinh và vòng xoay) trên NƯỞNG trong 5 phút. Điều này sẽ cho phép dầu được sử dụng để chống gỉ được đốt cháy hết. Đây chỉ là lần đầu lò được hoạt động mà không có gì.

### Các phụ kiện

Lò vi sóng này được trang bị nhiều phụ kiện. Luôn làm theo hướng dẫn sử dụng đi kèm các phụ kiện.

#### Vòng xoay

- Không tháo vòng xoay khỏi đáy khoang.
- Vòng xoay và đáy khoang lò cần được vệ sinh thường xuyên để ngăn phát tiếng ồn và vụn thức ăn thừa tích tụ.
- Phải luôn sử dụng vòng xoay để nấu nướng cùng với đĩa thủy tinh.
- Nếu bạn vô tình tháo vòng xoay, hãy đặt nhẹ vòng xoay vào lỗ ở giữa lò và định vị nó trên trục chính bên dưới. Xử lý phẳng được áp dụng trên trục chính để giữ chặt vòng xoay trong quá trình vận hành.

#### Giá đỡ thép

- Giá đỡ thép được sử dụng nhằm dễ dàng tạo màu nâu cho các món ăn nhỏ và giúp lưu thông nhiệt tốt hơn.
- Khi sử dụng chế độ KẾT HỢP, không bao giờ đặt bất cứ hộp chứa nào bằng nhôm hoặc kim loại trực tiếp trên giá đỡ thép này. Luôn chèn một tấm kính hoặc đĩa thủy tinh giữa giá đỡ thép và hộp chứa nhôm đó. Điều này sẽ ngăn chặn các tia lửa điện có thể làm hỏng lò.

- Giá đỡ kim loại CHỈ được sử dụng như hướng dẫn cho chế độ nấu NƯỞNG và KẾT HỢP. Tuyệt đối không sử dụng phụ kiện này chỉ ở chế độ VI SÓNG. Không sử dụng nếu vận hành lò với ít hơn 200 g (7 oz.) thực phẩm ở chương trình KẾT HỢP thủ công. KHÔNG SỬ DỤNG ĐÚNG CÁCH CÁC PHỤ KIỆN CÓ THỂ LÀM HƯ HỎNG LÒ.

#### Đĩa thủy tinh

- Luôn vận hành lò với vòng xoay và đĩa thủy tinh được đặt đúng vị trí. Chúng là những phụ kiện chỉ được sử dụng để nấu VI SÓNG.
- Chỉ sử dụng đĩa thủy tinh được thiết kế đặc biệt cho lò này. Không thay thế bằng bất cứ đĩa thủy tinh nào khác.
- Nếu Đĩa Thủy Tinh còn nóng thì nên để nguội trước khi cọ rửa hoặc nhúng vào nước.
- Đĩa thủy tinh có thể xoay theo cả hai hướng.
- Nếu thức ăn hoặc dụng cụ nấu ăn trên đĩa thủy tinh chạm phải vách lò và dừng xoay đĩa, đĩa sẽ tự động xoay theo hướng ngược lại. Điều này là bình thường. Mở cửa lò, đặt lại vị trí thực phẩm và khởi động lại.
- Đừng nấu thực phẩm trực tiếp trên đĩa thủy tinh trừ khi ghi trên công thức nấu ăn. Luôn đặt thực phẩm trong đĩa an toàn với lò vi sóng.
- Trong khi nấu ở chế độ VI SÓNG hoặc KẾT HỢP đĩa thủy tinh có thể rung nhẹ. Điều này sẽ không ảnh hưởng đến hiệu suất nấu.

## Hướng dẫn sử dụng an toàn

### Quan trọng

Nếu vượt quá thời gian nấu được khuyến cáo thực phẩm sẽ bị hỏng và ở một số tình huống quá lâu có thể bắt lửa và làm hỏng bên trong lò.

### Thời gian nấu ngắn

Khi thời gian nấu bằng lò vi sóng ngắn hơn nhiều so với những cách nấu khác thì nhất thiết thời gian nấu đề xuất không được vượt quá nếu trước tiên không kiểm tra thực phẩm đó.

Các yếu tố có thể ảnh hưởng đến thời gian nấu là: mức độ nấu ưa thích, nhiệt độ bắt đầu, độ cao, khối lượng, kích thước và hình dạng của các loại thực phẩm và đồ dùng sử dụng. Khi đã sử dụng quen lò này, bạn sẽ có thể điều chỉnh các yếu tố này.

Tốt hơn hết là hãy nấu vừa chín tới chứ đừng nấu quá chín thực phẩm. Nếu thực phẩm chưa được nấu chín, bạn luôn có thể đưa vào lò nấu thêm. Nếu thực phẩm được nấu quá chín, bạn sẽ chẳng làm được gì nữa. Luôn bắt đầu với thời gian nấu tối thiểu.

### Sử dụng lượng nhỏ thực phẩm

Hãy cẩn thận khi làm nóng một lượng nhỏ thực phẩm bởi chúng có thể dễ dàng cháy, bị khô hoặc bắt lửa nếu nấu quá lâu. Luôn đặt thời gian nấu ngắn và kiểm tra thực phẩm thường xuyên.

### Thực phẩm có độ ẩm thấp

Hãy cẩn thận khi làm nóng các thực phẩm có độ ẩm thấp, ví dụ: các loại bánh mì, sôcôla, bỏng ngô, bánh quy và bánh ngọt. Những thứ này có thể dễ dàng bị cháy, khô hoặc bắt lửa nếu nấu quá lâu. Chúng tôi khuyến cáo không làm nóng các thực phẩm có độ ẩm thấp như bắp rang hoặc bánh mì. Lò này được thiết kế để chỉ sử dụng cho thực phẩm.

Chúng tôi khuyến cáo bạn không nên dùng lò để làm nóng các thứ không phải thực phẩm như túi chườm nóng hay chai nước nóng.

### Hâm nóng

Điều cần thiết là thực phẩm hâm nóng sẽ được phục vụ “nóng sốt”.

Lấy thực phẩm ra khỏi lò và kiểm tra xem nó có “nóng sốt” hay không, nghĩa là đang bốc hơi mọi chỗ và nước sốt đang sủi bọt lăn tăn. (Nếu muốn bạn có thể kiểm tra thực phẩm đã đạt đến 72 °C hay chưa bằng nhiệt kế thực phẩm – nhưng nhớ đừng sử dụng nhiệt kế này bên trong lò vi sóng.)

Đối với các loại thực phẩm không thể khuấy lên được, ví dụ như lasagne, thịt băm nấu khoai tây hầm (shepherds pie), nên dùng dao cắt vùng chính giữa để kiểm tra xem có được làm nóng đều không. Thậm chí nếu tuân thủ các hướng dẫn ngoài bao gói của nhà sản xuất thì vẫn luôn phải kiểm tra xem thực phẩm có nóng sốt hay không trước khi ăn và nếu nghi ngờ hãy đưa thực phẩm vào lò để làm nóng thêm.

### Thời gian chờ

Thời gian chờ dùng để chỉ giai đoạn cuối cùng khi nấu hoặc hâm nóng lúc thực phẩm được để lại trước khi lấy ra ăn, ví dụ như đó là khoảng thời gian ngừng cho phép nhiệt độ trong thực phẩm tiếp tục lan tỏa đến vùng chính giữa, do đó loại bỏ các chỗ còn lạnh.

## Nắp đậy

Luôn tháo nắp các lọ và dụng cụ chứa cũng như lấy ra dụng cụ chứa thực phẩm trước khi nấu chúng bằng lò vi sóng. Nếu không làm vậy thì khi đồ hơi nước và áp suất có thể tích tụ lại bên trong và gây nổ ngay cả sau khi đã dùng nấu bằng lò vi sóng.

## Bình sữa em bé và hộp chứa thức ăn

Khi hâm nóng bình sữa em bé hãy luôn tháo phần đầu trên và nút vú ra. Phần sữa ở trên đầu bình sẽ nóng hơn nhiều so với ở phần đáy và phải lắc kỹ trước khi kiểm tra nhiệt độ. Nên thực hiện thao tác này trước khi dùng để tránh bị bỏng. Xem trang 18.

## Trứng luộc

Trứng trong vỏ và toàn bộ quả trứng đã luộc không nên đun nóng trong lò vi sóng bởi chúng có thể phát nổ ngay cả sau khi đun nóng bằng lò vi sóng đã kết thúc.

## Thực phẩm có lớp vỏ

Khoai tây, táo, lòng đỏ trứng, các loại rau quả nguyên dạng và xúc xích là những ví dụ về thực phẩm có lớp vỏ không xốp rỗng. Các loại thực phẩm này phải dùng nĩa đâm thủng trước khi nấu để tránh bị nổ.

## Giấy và nhựa

Khi đun nóng thực phẩm chứa trong dụng cụ bằng nhựa hoặc giấy, hãy nhớ quan sát lò bởi có thể bị bắt lửa. Không sử dụng dây buộc xoắn kim loại với túi nướng (roasting bag) bởi sẽ xảy ra hồ quang điện.

Không sử dụng các sản phẩm giấy tái chế, ví dụ như cuộn giấy bọc thức ăn trừ khi chúng được thiết kế đặc biệt để sử dụng trong lò vi sóng. Các sản phẩm này chứa tạp chất có thể gây ra tia lửa và/hoặc cháy khi sử dụng.

## Chất lỏng

Làm nóng đồ uống bằng lò vi sóng có thể dẫn đến sôi trào, do đó phải cẩn thận khi xử lý dụng cụ chứa.

Để ngăn chặn khả năng sôi đột ngột cần thực hiện các bước sau:

- Tránh sử dụng hộp đựng có mặt bên thẳng với cổ hẹp.
- Không nấu quá nhiệt.
- Khuấy chất lỏng trước khi đặt dụng cụ chứa vào trong lò và khuấy một lần nữa khi được một nửa thời gian làm nóng.
- Sau khi làm nóng, giữ trong lò trong một khoảng thời gian ngắn, khuấy lại lần nữa trước khi lấy cẩn thận ra khỏi hộp đựng.

## Chiên dầu ngập mặt

Không được cố gắng chiên dầu ngập mặt trong lò.

## Phóng hồ quang điện

Có thể vô tình xảy ra hiện tượng phóng hồ quang điện nếu dùng đồ chứa bằng kim loại, giá đỡ thép đã bị hư hỏng, hoặc dùng trọng lượng thực phẩm không chính xác. Phóng hồ quang sẽ nhấp nháy tia sáng xanh dương thấy được trong lò vi sóng. Nếu điều này xảy ra, hãy ngừng thiết bị ngay lập tức. Nếu không có ai theo dõi lò và cứ tiếp tục xảy ra hiện tượng này thì có thể làm hỏng thiết bị. Tiếp tục nấu bằng chế độ NƯỞNG.

## Nhiệt kế đo thịt

Sử dụng nhiệt kế đo thịt để kiểm tra mức độ chín của các khớp xương và thịt gia cầm chỉ khi thịt đã được lấy ra khỏi lò vi sóng. Nếu chưa chín, hãy đưa trở lại lò và nấu thêm vài phút ở mức công suất được khuyến cáo. Không để nhiệt kế đo thịt thông thường vào lò khi đang bật vi sóng.

# Hướng dẫn chung

## THỜI GIAN CHỜ

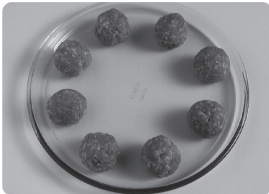
Các loại thực phẩm đặc, ví dụ như thịt, khoai tây nguyên vỏ và bánh có lớp vỏ ngoài, thường đòi hỏi thời gian chờ (bên trong hoặc bên ngoài lò) sau khi nấu, để sức nóng lan tỏa đến phần chính giữa giúp thực phẩm chín hoàn toàn. Bọc miếng thịt và khoai tây nguyên vỏ trong giấy nhôm trong thời gian chờ. Miếng thịt cần khoảng 10–15 phút, khoai tây nguyên vỏ cần 5 phút. Các loại thực phẩm khác như món ăn dùng đĩa, rau quả, cá, v.v... sẽ cần 2–5 phút chờ. Nếu thực phẩm chưa chín sau thời gian chờ, hãy đưa trở lại lò và nấu thêm một chút. Sau khi rã đông thực phẩm, cũng cần phải có thời gian chờ.

## SỐ LƯỢNG



Một lượng nhỏ sẽ nấu nhanh hơn các lượng lớn, còn các món ăn nhỏ sẽ hâm nóng nhanh hơn lượng thực phẩm lớn.

## GIÃN CÁCH



Thực phẩm chín nhanh hơn và đồng đều hơn nếu được giãn cách ra xa nhau. **KHÔNG BAO GIỜ** xếp chồng thực phẩm lên nhau.

## THÀNH PHẦN ĐỘ ẨM

Nhiều loại thực phẩm tươi sống, ví dụ như rau và hoa quả, thường thay đổi độ ẩm của chúng theo mùa. Bởi lý do này thời gian nấu có thể phải được điều chỉnh. Các thành phần khô, ví dụ như gạo, mì ống, có thể bị khô trong quá trình bảo quản nên thời gian nấu có thể khác nhau.

## ĐÂM THÙNG



Lớp vỏ hoặc màng trên một số loại thực phẩm sẽ làm tích tụ hơi nước trong quá trình nấu.

Những thực phẩm này phải được đâm thủng hoặc bóc một miếng vỏ ra trước khi nấu để cho hơi nước thoát ra. Trứng, khoai tây, táo, xúc xích v.v..., tất cả sẽ cần phải được đâm thủng trước khi nấu. **KHÔNG ĐƯỢC CỐ GẮNG LUỘC TRỨNG NGUYÊN VỎ.**

## CHE PHỦ



Che phủ các thực phẩm trong lò vi sóng bằng tấm film mỏng hoặc nắp đậy dành cho lò vi sóng. Che phủ cá, rau quả, Cơm/Cháo, súp. Không che phủ các loại bánh, nước sốt, khoai tây nguyên vỏ hoặc các loại bánh nướng.

## MẬT ĐỘ

Thực phẩm thoáng khí dạng xốp rỗng sẽ nóng nhanh hơn các loại thực phẩm đặc chắc.



### TẤM FILM MỎNG GÓI THỰC PHẨM

Tấm film mỏng gói thực phẩm sẽ giúp giữ ẩm cho thực phẩm và giúp hơi nước còn kẹt lại đẩy nhanh thời gian nấu. Hãy đảm bảo thùng trước khi nấu để cho phép hơi nước dư thừa thoát ra. Luôn cẩn thận khi tháo tấm film mỏng khỏi một món ăn bởi hơi nước tích tụ sẽ rất nóng.

### HÌNH DẠNG



Các hình dạng đều nhau sẽ nấu chín đồng đều. Thực phẩm thường nấu bằng lò vi sóng tốt hơn khi có dạng tròn chứ không phải vuông.

### NHIỆT ĐỘ BẮT ĐẦU

Thực phẩm càng lạnh thì càng làm nóng lâu hơn. Thực phẩm từ tủ lạnh sẽ mất nhiều thời gian để hâm nóng hơn là thực phẩm ở nhiệt độ phòng.

### CHẤT LỎNG



Tất cả các chất lỏng phải được KHUẤY TRƯỚC, TRONG VÀ SAU khi làm nóng. Đặc biệt là nước phải được khuấy đều trước và trong khi làm nóng, để tránh bắn văng. Không làm nóng các chất lỏng mà trước đó đã được đun sôi. KHÔNG ĐƯỢC LÀM NÓNG QUÁ MỨC.

### ĐẢO VÀ KHUẤY

Một số loại thực phẩm đòi hỏi phải khuấy lên trong quá trình nấu. Thịt gia súc và gia cầm cần được đảo lên sau một nửa thời gian nấu.

### SÁP XÉP

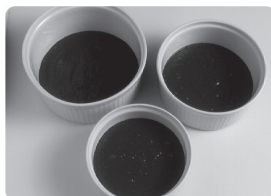
Các loại thực phẩm riêng biệt, ví dụ như khúc hoặc miếng chặt thịt gà, nên được đặt trên đĩa sao cho các phần dày hơn hướng ra bên ngoài.

### KIỂM TRA THỰC PHẨM



Điều cần thiết là phải kiểm tra thực phẩm trong và sau thời gian nấu được khuyến cáo, thậm chí nếu sử dụng CHUỖNG TRÌNH TỰ ĐỘNG (cũng giống như bạn sẽ kiểm tra thực phẩm được nấu ở bếp lò thông thường). Đưa thực phẩm trở lại lò để nấu thêm nếu cần.

### KÍCH THƯỚC ĐĨA



Sử dụng kích thước đĩa được đưa ra trong công thức nấu ăn, bởi điều này sẽ ảnh hưởng đến thời gian nấu và hâm nóng. Một lượng thực phẩm trải đều trong một đĩa lớn hơn sẽ nấu và hâm nóng nhanh hơn.

### VỆ SINH

Bởi lò vi sóng hoạt động dựa trên các hạt thực phẩm, hãy giữ cho lò luôn sạch sẽ. Có thể loại bỏ các vết thực phẩm cứng đầu bằng cách sử dụng chất tẩy rửa dạng xịt có dành cho lò vi sóng, được phun lên một miếng vải mềm. Luôn lau khô lò sau khi vệ sinh xong.

## Dụng cụ chứa để sử dụng

Chọn đúng hộp chứa là yếu tố rất quan trọng trong việc quyết định sự thành công hay thất bại khi dùng lò nấu.

### THỦY TINH DÙNG CHO LÒ VI SÓNG

Thủy tinh tốt nhất là loại có khả năng chịu nhiệt ví dụ như Pyrex®, và có thể dùng được cho các chế độ VI SÓNG, NƯỞNG và KẾT HỢP. Không sử dụng loại thủy tinh mỏng có thể bị nứt vỡ do nhiệt từ thực phẩm. Không sử dụng pha lê chứa chì có thể bị nứt vỡ hoặc phóng hồ quang điện.



### ĐỒ GỐM SỨ

Có thể sử dụng các loại đĩa, chén bát, ly cốc và tách nếu chúng chịu được nhiệt.

Các đồ gốm và sứ cũng rất lý tưởng. Các loại gốm sứ chất lượng cao chỉ nên sử dụng để hâm nóng trong một thời gian ngắn, nếu không thay đổi nhiệt độ có thể làm nứt vỡ đĩa hoặc làm rạn lớp mặt. Không sử dụng các đĩa có đường viền hoặc họa tiết bằng kim loại. Không sử dụng bình hoặc cốc có tay nắm dán bằng keo, bởi lớp keo có thể bị tan chảy trong lò vi sóng.



### DỤNG CỤ BẰNG GỐM, ĐẤT NUNG, ĐỒ ĐÁ

Chỉ sử dụng nếu được tráng men hoàn toàn. Không sử dụng nếu chỉ được tráng men một phần hoặc không tráng men, bởi các dụng cụ này có khả năng thấm nước mà sẽ làm hấp thụ năng lượng vi sóng, khiến dụng cụ chứa rất nóng và làm chậm quá trình nấu thực phẩm.



### DỤNG CỤ CHỨA BẰNG KIM LOẠI/LÁ NHÔM

TUYỆT ĐỐI KHÔNG CỐ GẮNG NẤU TRONG DỤNG CỤ CHỨA BẰNG LÁ NHÔM HOẶC KIM LOẠI – vi sóng không thể xuyên qua chúng và thực phẩm sẽ không được làm nóng đồng đều – điều này cũng có thể làm hỏng lò của bạn. Sử dụng que xiên thịt nướng bằng gỗ thay vì kim loại.



### TẤM FILM MỎNG GÓI THỰC PHẨM

Sử dụng tấm film mỏng dùng cho lò vi sóng để che đậy thực phẩm cần hâm nóng hoặc nấu, CHỈ KHI DÙNG LÒ VI SÓNG, cần thận để tránh tấm film tiếp xúc trực tiếp với thực phẩm. KHÔNG SỬ DỤNG Ở CHẾ ĐỘ NƯỞNG HOẶC KẾT HỢP.



**ĐỒ NHỰA**

Nhiều loại hộp chứa bằng nhựa được thiết kế để sử dụng cho lò vi sóng. Chỉ sử dụng các hộp chứa nếu chúng được thiết kế để sử dụng cho lò vi sóng. Không sử dụng chất Melamine bởi nó sẽ cháy xém. Không sử dụng đồ nhựa để nấu các loại thực phẩm có nhiều đường hoặc chất béo hoặc các loại thực phẩm đòi hỏi thời gian nấu lâu, ví dụ như gạo lứt. Tuyệt đối không nấu trong các hộp chứa bơ thực vật hoặc hồ sữa chua (yogurt), bởi chúng sẽ tan chảy do nhiệt từ thực phẩm.



**KHÔNG SỬ DỤNG Ở CHẾ ĐỘ NƯỚNG.**

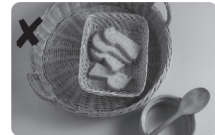
**DỤNG CỤ BẰNG GIẤY**

Có thể sử dụng giấy dùng cho nhà bếp màu trắng trơn (khăn bếp) để che phủ vỏ bánh nướng sẵn và để bao phủ thịt xông khói nhằm chặn bắn văng **CHỈ SỬ DỤNG CHO THỜI GIAN NẤU NGẮN. TUYỆT ĐỐI KHÔNG TÁI SỬ DỤNG MIẾNG KHĂN BẾP.** Hãy tránh các loại giấy dùng cho bếp có chứa sợi nhân tạo. Kiểm tra xem khăn bếp được tái sử dụng có thương hiệu đó có được khuyến cáo sử dụng cho lò vi sóng hay không. Không sử dụng các loại tách tráng sáp hoặc nhựa bởi lớp mặt có thể bị tan chảy trong lò. Có thể dùng giấy thấm dầu để lót đáy đĩa và bao phủ các thực phẩm nhiều chất béo. Có thể sử dụng đĩa giấy trắng **CHỈ KHI DÙNG LÒ VI SÓNG VỚI THỜI GIAN HÂM NÓNG NGẮN.**



**GIỎ ĐAN BẰNG LIỄU GAI, GỖ, SỢI RƠM**

Không sử dụng các thứ này trong lò vi sóng. Khi sử dụng liên tục và tiếp xúc kéo dài chúng sẽ bị nứt gãy và có thể bốc cháy. **KHÔNG SỬ DỤNG Ở MỌI CHẾ ĐỘ NẤU.**



**LÁ NHÔM**

Có thể dùng một lượng nhỏ lá nhôm mịn để **BẢO VỆ** miếng thịt trong quá trình rã đông. Bởi vì sóng không thể xuyên qua lá nhôm nên sẽ giúp ngăn ngừa các phần được bảo vệ không bị chín quá hoặc rã đông quá mức.

Lá nhôm không được chạm vào các mặt bên hay đỉnh lò, bởi điều này có thể làm phóng hồ quang điện và gây hư hỏng lò.



**TÚI NƯỚNG**

Các thứ này rất hữu ích khi rạch một bên để căng miếng thịt ra khi nướng bằng điện và canh thời gian. **KHÔNG SỬ DỤNG DÂY XOÀN KIM LOẠI ĐI KÈM.**

## Các bộ phận của lò

### 1. Nút mở cửa

Nhấn để mở cửa. Mở cửa trong lúc đang nấu sẽ dừng lại quá trình nấu mà không hủy bỏ chương trình. Máy sẽ tiếp tục nấu ngay khi cửa đóng lại. Sẽ khá an toàn khi mở cửa bất cứ lúc nào trong một chương trình nấu và sẽ không có nguy cơ tiếp xúc với vi sóng.

### 2. Cửa sổ lò

### 3. Lỗ thông khí

### 4. Ống dẫn nạp vi sóng (Không được tháo.)

### 5. Lỗ thông khí bên ngoài

### 6. Bảng điều khiển

### 7. Dây điện nguồn

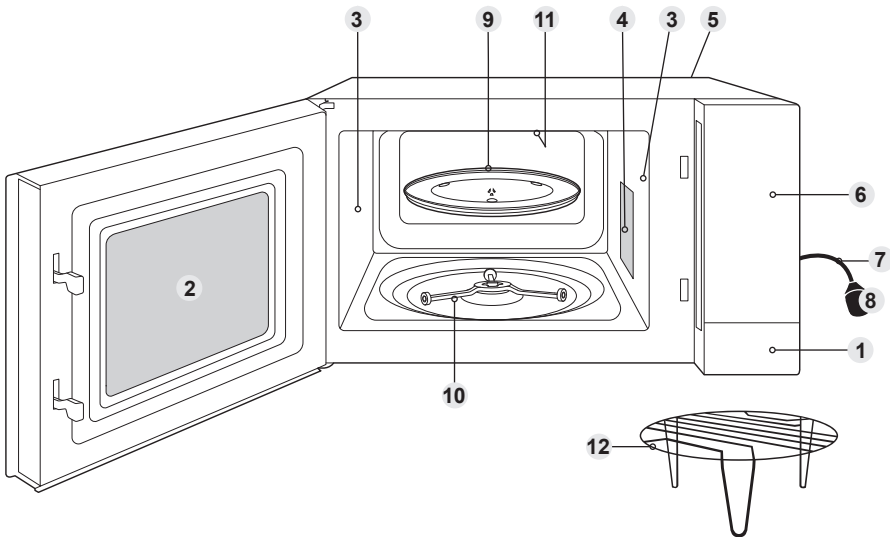
### 8. Phích

### 9. Đĩa thủy tinh

### 10. Vòng xoay

### 11. Bộ phận nướng

### 12. Giá đỡ thép

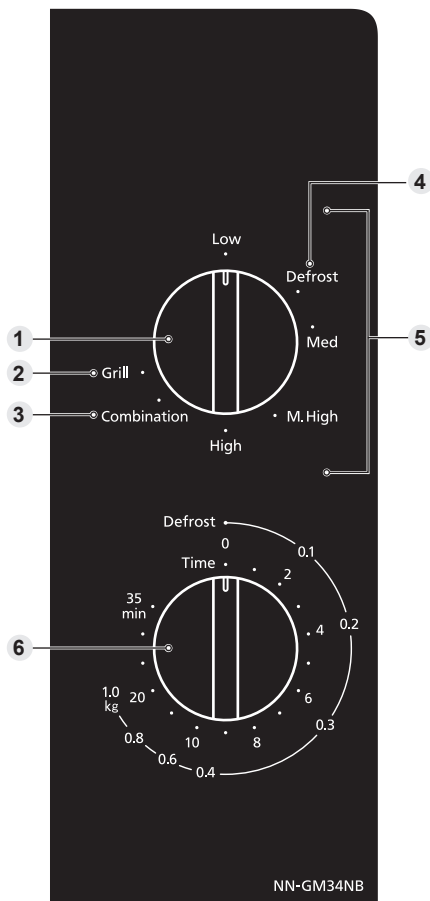


Các nhãn nhận diện và thận trọng được gắn trên lò vi sóng.

#### ■ Lưu ý

Hình minh họa trên chỉ dùng để tham khảo.

## Bảng điều khiển

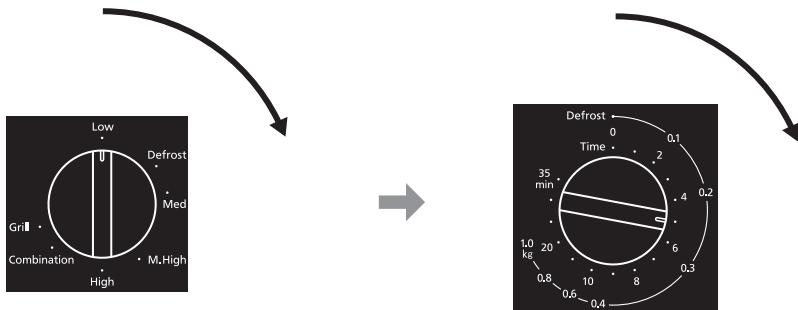


- 1 Nút xoay chọn chế độ nấu
- 2 Đặt nướng
- 3 Đặt kết hợp
- 4 Công suất rã đông
- 5 Công suất vi sóng
- 6 Nút xoay chọn thời gian/trọng lượng

• Bảng điều khiển có thể có khác biệt về bề ngoài, nhưng từ ngữ trên các phím và chức năng đều sẽ giống nhau.

# Nấu và rã đông bằng lò vi sóng

Đĩa thủy tinh phải luôn đặt ở vị trí khi sử dụng lò.



**Xoay nút xoay để chọn mức công suất mong muốn.**

**Xoay nút xoay để cài thời gian nấu cho chế độ vi sóng, hoặc để cài trọng lượng thức ăn cần rã đông.**

Đối với thời gian nấu ngắn, hãy xoay nút qua 5 phút rồi điều chỉnh đến thời gian cần thiết.  
 Đối với trọng lượng dưới 0,2 kg, hãy xoay nút qua 0,2 kg rồi điều chỉnh đến trọng lượng cần thiết.

Mức Công Suất		Ví dụ về cách Sử dụng
Cao	900 W	Đun nước. Nấu quả tươi, rau, gạo, pasta và mì.
Cao Trung bình	700 W	Nấu thịt gia cầm, thịt gia súc, bánh ngọt và món tráng miệng. Sữa nóng.
Trung bình	400 W	Nấu trứng, phô mát, cá, món quay bỏ lò, hầm và cuộn thịt. Làm nóng chảy sô cô la.
Rã đông	300 W	Làm tan đá cho thức ăn.
Thấp	200 W	Giữ thức ăn chín ấm. Sủi tăm chậm.

## ■ Lưu ý

1. Nếu cửa lò đã đóng, lò sẽ bắt đầu nấu/rã đông ngay lập tức.
2. Nếu bạn muốn kiểm tra thức ăn trong quá trình nấu chỉ cần mở cửa lò ra. Lò sẽ tự động ngừng nấu. Để tiếp tục nấu, hãy đóng cửa lò lại.
3. Để ngừng nấu, xoay nút xoay Chọn thời gian/trọng lượng về vị trí số không. Thời gian nấu có thể được đặt lại bất cứ lúc nào trong suốt chu trình nấu bằng cách xoay nút này.
4. Khi lấy thức ăn ra khỏi lò sau khi nấu xong, kiểm tra nút xoay Chọn thời gian/trọng lượng đang ở vị trí số không.
5. Khi được khoảng một nửa thời gian rã đông, hãy đảo thức ăn, lấy phần/thức ăn bị rã đông ra, hoặc bọc phần đầu thịt/mỡ/xương cần nướng bằng giấy nhôm. Tham khảo Hướng dẫn rã đông ở trang 15 để biết chi tiết.

## Hướng dẫn rã đông

### Để có kết quả tốt nhất:

1. Đặt thực phẩm trong một dụng cụ chứa thích hợp. Các khớp thịt và thịt gà nên được đặt trên một chiếc đĩa úp ngược.
2. Kiểm tra thực phẩm trong quá trình rã đông, bởi các loại thực phẩm sẽ có tốc độ rã đông khác nhau.
3. Không cần thiết phải che phủ toàn bộ thực phẩm (xem điểm 6).
4. Luôn đảo hoặc khuấy thực phẩm nửa chừng. Bảo vệ các đầu và ngọn bằng giấy bọc lá nhôm để tránh quá chín nếu cần (xem điểm 6).
5. Thịt băm, thịt chặt và các miếng nhỏ khác nên được chia nhỏ hoặc tách ra và được đặt thành một lớp duy nhất.
6. Che chắn bảo vệ sẽ ngăn thực phẩm bị nấu chín. Điều này chỉ cần thiết khi rã đông gà và miếng thịt to.  
Phần bên ngoài sẽ tan băng trước tiên, do đó hãy bảo vệ phần cánh/ức/mỡ/xương bằng các mảnh lá nhôm được giữ bằng tăm tre.
7. Chờ thời gian chờ sao cho phần giữa của thực phẩm tan băng (tối thiểu là 1 giờ cho miếng thịt to và gà nguyên con).



Sắp xếp thực phẩm thành một lớp duy nhất.



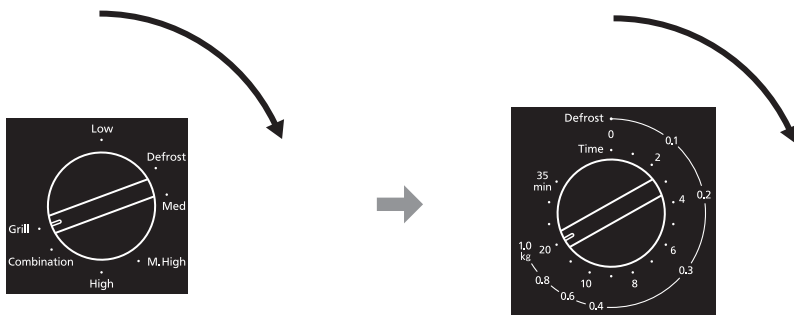
Đảo hoặc tách thực phẩm ra càng sớm càng tốt.



Che chắn bảo vệ gà và miếng thịt to.

# Nướng

Chế độ NƯỚNG đặc biệt hữu ích cho các lát mỏng thịt, thịt bít tết, thịt nướng, xúc xích hoặc miếng gà. Chế độ này cũng thích hợp cho bánh mì nóng và tất cả các món gratin (có lớp da nướng giòn).



**Quay số để chọn đặt Nướng.**

**Quay số để đặt thời gian nấu.**

Đối với thời gian nấu ngắn, quay số qua 2 phút và sau đó điều chỉnh đến thời gian yêu cầu. Nếu cửa đã đóng lại, thời gian nấu sẽ bắt đầu ngay lập tức.

## ■ Lưu ý

1. Đặt thực phẩm lên trên giá đỡ thép trên đĩa thủy tinh. Đặt một tấm cách nhiệt bên dưới để thu gom dầu mỡ và nhỏ giọt chảy xuống.
2. Tuyệt đối không che phủ thực phẩm khi nướng.
3. KHÔNG làm nóng lò trước.
4. Thiết bị sẽ không sử dụng công suất vi sóng nào ở chế độ nấu NƯỚNG.
5. Hầu hết các loại thực phẩm đòi hỏi phải đảo nửa chừng trong khi nấu. Khi đảo thực phẩm, hãy mở cửa lò và CÂN THẬN lấy giá đỡ thép ra bằng gắng tay dùng cho lò.
6. Sau khi đảo, hãy đưa thực phẩm trở về trong lò và đóng cửa lại. Việc nấu nướng sẽ tự động khởi động lại. Có thể mở cửa lò bất cứ lúc nào mà vẫn an toàn nhằm kiểm tra quá trình nướng thực phẩm.
7. Bộ phận nướng sẽ phát sáng và tắt trong khi nấu - điều này là bình thường.
8. KHÔNG chạm vào thiết bị gia nhiệt trên đỉnh của khoang bên khi khoang đang nóng. Thiết bị gia nhiệt có thể vẫn còn nóng.
9. Sau khi sử dụng chế độ NƯỚNG, máy có thể không hoạt động trong một thời gian để tránh bị quá nóng.

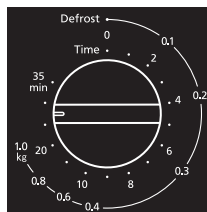
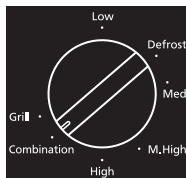
## ■ THẬN TRỌNG!

Phải luôn sử dụng giá đỡ thép với đĩa thủy tinh đúng vị trí. Lấy giá đỡ thép ra khỏi lò bằng cách giữ giá đỡ và đĩa chịu nhiệt thật chắc. Sử dụng gắng tay dùng cho lò khi lấy các phụ kiện ra. Tuyệt đối không chạm vào cửa sổ bên ngoài hoặc các bộ phận kim loại bên trong của cửa hoặc lò khi đưa vào hoặc lấy ra thực phẩm do các nơi này thường có nhiệt độ cao.



# Nấu kết hợp

Khi nấu ăn bằng lò **KẾT HỢP**, công suất **VI SÓNG** sẽ nấu thức ăn nhanh chóng trong khi chế độ **NƯỞNG** sẽ cho màu nâu và độ giòn truyền thống.



**Quay số để chọn đặt Kết hợp.**

**Quay số để đặt thời gian nấu.**

Đối với thời gian nấu ngắn, quay số qua 2 phút và sau đó điều chỉnh đến thời gian yêu cầu. Nếu cửa đã đóng lại, thời gian nấu sẽ bắt đầu ngay lập tức.

## ■ Lưu ý

1. Trong khi nấu đĩa thủy tinh có thể rung nhẹ. Điều này sẽ không ảnh hưởng đến hiệu suất nấu.
2. Giá đỡ thép được thiết kế để sử dụng cho chế độ **KẾT HỢP** và **NƯỞNG**. Tuyệt đối không cố gắng sử dụng bất cứ phụ kiện kim loại nào khác, trừ loại đi kèm với lò. Đặt một đĩa chịu nhiệt bên dưới để thu gom mọi dầu mỡ hoặc nhỏ giọt chảy xuống.
3. Chỉ sử dụng giá đỡ như mô tả. **KHÔNG** sử dụng nếu vận hành lò với ít hơn 200 g thực phẩm ở chương trình thủ công. Đối với số lượng nhỏ, dùng nấu bằng chế độ **KẾT HỢP**, nhưng hãy nấu bằng chế độ **NƯỞNG** hoặc **VI SÓNG** để có kết quả tốt nhất.
4. Tuyệt đối không che phủ các loại thực phẩm khi nấu ở chế độ **KẾT HỢP**.
5. **KHÔNG** gia nhiệt trước cho lò ở chế độ **KẾT HỢP**.
6. Có thể vô tình xảy ra hiện tượng phóng hồ quang điện nếu sử dụng trọng lượng thực phẩm không chính xác, giá đỡ thép đã bị hư hỏng, hoặc dùng dụng cụ chứa bằng kim loại. Phóng hồ quang sẽ nhấp nháy tia sáng xanh dương thấy được trong lò vi sóng. Nếu điều này xảy ra, hãy dừng vận hành lò ngay lập tức.
7. Một số loại thực phẩm cần được nấu ở chế độ **KẾT HỢP** mà không dùng giá đỡ ví dụ như thịt nướng, các món gratin tạo lớp da nóng giòn, bánh nướng và bánh pudding. Thực phẩm phải được đặt trong đĩa phi kim loại chịu nhiệt và đặt trực tiếp lên đĩa thủy tinh.
8. **KHÔNG** dùng các dụng cụ chứa chịu **VI SÓNG** bằng nhựa với các chương trình **KẾT HỢP** (trừ phi thích hợp cho việc nấu **KẾT HỢP**). Đĩa phải có khả năng chịu được sức nóng của bộ phận nướng trên đỉnh lò - kính chịu nhiệt hoặc gốm là các vật liệu lý tưởng.
9. **KHÔNG** dùng các đĩa bằng kim loại hoặc hộp thiếc, bởi vì sóng sẽ không xuyên qua thực phẩm đồng đều.

## ■ THẬN TRỌNG!

Phải luôn sử dụng giá đỡ thép với đĩa thủy tinh đúng vị trí. Lấy giá đỡ thép ra khỏi lò bằng cách giữ giá đỡ và đĩa chịu nhiệt thật chắc. Sử dụng găng tay dùng cho lò khi lấy các phụ kiện ra. Tuyệt đối không chạm vào cửa sổ bên ngoài hoặc các bộ phận kim loại bên trong cửa cửa hoặc lò khi đưa vào hoặc lấy ra thực phẩm do các nơi này thường có nhiệt độ cao.

## Hướng dẫn nấu và hâm nóng

Hầu hết các loại thực phẩm hâm nóng rất nhanh trong lò bằng mức công suất CAO. Các món ăn có thể đưa trở lại nhiệt độ khi dùng chỉ trong vài phút.

Luôn kiểm tra thực phẩm có nóng sốt hay không và đưa trở lại lò nếu cần.

Quy tắc thông thường là hãy luôn che phủ các loại thực phẩm ướt, ví dụ súp, Cơm/Cháo và các món ăn dùng đĩa.

Không che phủ các loại thức ăn khô, ví dụ như bánh mì, bánh nướng thịt băm, cuộn xúc xích, v.v...

Hãy nhớ khi nấu hoặc hâm nóng bất cứ thực phẩm nào thì cần phải khuấy hay đảo bất cứ khi nào có thể. Thao tác này sẽ bảo đảm nấu hoặc hâm nóng ở bên ngoài lẫn ở giữa.

### BÁNH NƯỚNG THỊT BĂM - THẬN TRỌNG

HÃY NHỚ ngay cả khi vỏ bánh nướng đã mát có thể chạm vào, phần nhân vẫn còn nóng sốt và sẽ làm ấm vỏ bánh. Cần thận trọng không làm nóng quá mức nếu không có thể làm cháy do các chất béo và đường có nhiều trong phần nhân. Kiểm tra nhiệt độ phần nhân trước khi dùng để tránh bị phỏng miệng.

### BÁNH PUDDING VÀ CHẤT LỎNG - THẬN TRỌNG

Bánh pudding và các loại thực phẩm khác giàu chất béo hoặc đường, ví dụ như mứt, bánh nhân thịt băm, đều không được làm nóng quá mức. Các món này không bao giờ được bỏ mặc bởi nấu quá mức các món này có thể bắt cháy. Cần hết sức cẩn thận khi hâm nóng các món này.

Không được bỏ mặc không theo dõi.

Không thêm rượu vào nữa.

### BÌNH SỮA EM BÉ - THẬN TRỌNG

Sữa hoặc sữa bột PHẢI được lắc kỹ trước khi làm nóng và lắc lại một lần nữa khi làm nóng xong và kiểm tra cẩn thận trước khi cho em bé bú.

Đối với 200-240 ml sữa ở nhiệt độ tủ lạnh, hãy tháo phần đầu trên và nút vú ra. Làm nóng ở mức công suất CAO trong 30-50 giây.

KIỂM TRA CẨN THẬN TRƯỚC KHI CHO BÚ.

Đối với 90 ml sữa ở nhiệt độ tủ lạnh, hãy tháo phần đầu trên và nút vú ra. Làm nóng ở mức công suất CAO trong 15-20 giây.

KIỂM TRA CẨN THẬN TRƯỚC KHI CHO BÚ.

Lưu ý: Phần sữa ở trên đầu bình sữa sẽ nóng hơn nhiều so với ở phía dưới đáy.

Bình sữa phải được lắc kỹ và kiểm tra trước khi sử dụng.

**CHÚNG TÔI KHÔNG KHUYẾN BẠN SỬ DỤNG LÒ VI SÓNG ĐỂ TIỆT TRÙNG BÌNH SỮA EM BÉ.**

Nếu bạn có máy khử trùng bằng vi sóng đặc biệt chúng tôi đề nghị bạn phải hết sức thận trọng, bởi lượng nước được dùng rất thấp. Điều cực kỳ quan trọng là phải hoàn toàn tuân thủ các hướng dẫn của nhà sản xuất.

### MÓN ĂN DỌN ĐĨA

Khẩu vị của mỗi người thường khác nhau và thời gian hâm nóng tùy thuộc vào món ăn đó. Các món đặc, ví dụ như khoai tây nghiền, nên được dàn trải ra cho đều.

Nếu thêm nhiều nước thịt, có thể cần thêm thời gian.

Đặt các món đặc hơn ở bên ngoài của đĩa.

Mức công suất CAO từ 2-4 phút sẽ hâm nóng một phần trung bình.

Đừng xếp chồng các món ăn.

### THỰC PHẨM ĐÓNG HỘP

Lấy thực phẩm ra khỏi hộp và đặt vào đĩa thích hợp trước khi làm nóng.

### SÚP

Dùng một cái bát và khuấy lên trước khi làm nóng và ít nhất một lần trong thời gian hâm nóng và một lần nữa vào lúc cuối.

### CƠM/CHÁO

Khuấy lúc nửa chừng và một lần nữa vào lúc cuối khi làm nóng.

# Thắc mắc và câu trả lời

**Q: Tại sao lò của tôi lại không bật lên?**

A: Khi lò không bật, hãy kiểm tra như sau:

1. Lò có được cắm điện chặt không?  
Tháo phích cắm khỏi ổ cắm, đợi 10 giây và cắm lại.
2. Kiểm tra bộ ngắt mạch và cầu chì.  
Đặt lại bộ ngắt mạch hoặc thay thế cầu chì nếu bị nhảy hoặc cháy.
3. Nếu bộ ngắt mạch hoặc cầu chì vẫn bình thường, hãy cắm một thiết bị khác vào ổ cắm đó. Nếu thiết bị khác vẫn hoạt động, có thể lò có vấn đề. Nếu thiết bị khác không hoạt động, có thể ổ cắm điện có vấn đề.  
Nếu đường như có sự cố với lò, hãy liên hệ với Trung tâm Dịch vụ được ủy quyền.

**Q: Các lò gây nhiễu sóng với TV của tôi. Điều này có bình thường không?**

A: Có thể xảy ra nhiễu sóng radio và TV khi bạn nấu bằng lò vi sóng. Việc cản nhiễu này tương tự như cản nhiễu gây ra bởi những thiết bị nhỏ như máy trộn, máy hút chân không, máy sấy tóc, v.v...  
Đấy không phải là sự cố với lò nướng của bạn.

**Q: Đôi khi có khí ám phát ra từ các lỗ thông khí của lò. Tại sao?**

A: Nhiệt thoát ra từ thực phẩm đang nấu sẽ làm nóng không khí trong khoang lò. Không khí nóng này được đưa ra khỏi lò theo dạng luồng khí trong lò. Không có vi sóng nào trong không khí. Tuyệt đối không được chặn các lỗ thông khí của lò trong quá trình nấu.

**Q: Tôi có thể sử dụng nhiệt kế lò thông thường bên trong lò không?**

A: Chỉ khi nào bạn đang dùng chế độ NƯỚNG. Kim loại trong một số nhiệt kế có thể gây ra hồ quang trong lò và không nên dùng chúng ở các chế độ nấu VI SÓNG và KẾT HỢP.

**Q: Có tiếng hú và lách cách phát ra từ lò khi tôi nấu ở chế độ KẾT HỢP. Cái gì tạo ra những tiếng ồn này?**

A: Các tiếng ồn này xảy ra khi lò tự động chuyển từ năng lượng VI SÓNG qua chế độ NƯỚNG để tạo cài đặt KẾT HỢP. Điều này là bình thường.

**Q: Lò có mùi và phát ra khói khi sử dụng chức năng KẾT HỢP và NƯỚNG. Tại sao?**

A: Sau khi dùng nhiều lần, khuyến cáo nên lau sạch lò và sau đó chạy lò mà không có thức ăn, đĩa thủy tinh ở chế độ NƯỚNG trong vòng 5 phút. Thao tác này sẽ đốt cháy bất cứ thực phẩm, chất cặn hoặc dầu mỡ nào có thể gây mùi và/hoặc khói.

# Bảo quản lò vi sóng của bạn

1. Lò phải được rút phích điện trước khi làm sạch.
2. Thường xuyên làm sạch bên trong lò, các miếng đệm cửa và chỗ đệm cửa. Khi thực phẩm bắn văng ra hoặc chất lỏng đổ tràn dính vào vách lò, miếng đệm cửa và chỗ đệm cửa hãy lau sạch bằng vải ẩm. Có thể sử dụng chất tẩy nhẹ nếu lò quá bẩn. Khuyến cáo không nên sử dụng các chất tẩy rửa mạnh hoặc gây ăn mòn. Tránh làm sạch vùng ống dẫn nạp vi sóng nằm ở bên tay phải thành khoang lò.  
**KHÔNG SỬ DỤNG CÁC CHẤT TẨY RỬA LÒ BÁN TRÊN THỊ TRƯỜNG.**
3. Không sử dụng các chất lau rửa mạnh, gây mài mòn hoặc miếng cạo kim loại sắc để làm sạch kính cửa lò bởi chúng có thể làm trầy xước bề mặt, có thể dẫn đến làm vỡ kính.
4. Các bề mặt bên ngoài lò nên được làm sạch bằng một miếng vải ẩm. Để tránh hư hỏng cho các bộ phận hoạt động bên trong lò, không được để nước lọt vào các lỗ thông khí.
5. Nếu Bảng Điều Khiển bị bẩn, hãy lau bằng vải mềm. Không sử dụng chất tẩy rửa mạnh hoặc chất mài mòn trên Bảng Điều Khiển. Khi làm sạch Bảng Điều Khiển, hãy để cửa lò mở để ngăn vô tình bật máy. Sau khi làm sạch, đảm bảo quay số Lựa chọn Thời gian/Trọng lượng được đặt về vị trí không.
6. Nếu hơi nước tích tụ bên trong hoặc xung quanh bên ngoài của cửa lò, hãy lau sạch bằng một miếng vải mềm. Điều này có thể xảy ra khi vận hành lò vi sóng ở điều kiện độ ẩm cao và không có cách nào chỉ ra sự cố của thiết bị.
7. Đôi khi cũng cần tháo đĩa thủy tinh ra để làm sạch. Rửa đĩa này trong nước xà bông ấm hoặc trong máy rửa bát.
8. Vòng xoay và sàn khoang lò cần phải được làm sạch thường xuyên để tránh gây ồn quá mức. Đơn giản chỉ cần lau mặt đáy của lò bằng chất tẩy nhẹ và nước nóng rồi sau đó lau khô bằng vải sạch. Vòng xoay có thể được rửa sạch bằng nước xà bông nhẹ. Hơi ẩm khi nấu sẽ tích tụ trong quá trình sử dụng lặp đi lặp lại nhưng không có cách nào ảnh hưởng đến bề mặt đáy hoặc bánh xe vòng xoay. Không tháo vòng xoay khỏi đáy khoang để làm sạch.
9. Khi sử dụng chế độ NƯỚNG hoặc KẾT HỢP, một số loại thực phẩm có thể bắn văng dầu mỡ trên vách lò. Nếu thỉnh thoảng lò không được làm sạch, lò có thể bắt đầu “tỏa khói” trong quá trình sử dụng.
10. Không sử dụng chất tẩy rửa dạng phun xịt để làm sạch.
11. Lò này chỉ được bảo trì bởi nhân viên có trình độ. Để bảo dưỡng và sửa chữa lò, hãy liên hệ với đại lý ủy quyền gần nhất.
12. Không giữ gìn lò sạch sẽ có thể làm xuống cấp bề mặt bên ngoài, gây ảnh hưởng bất lợi đến tuổi thọ của thiết bị và có thể dẫn đến những trường hợp nguy hiểm.
13. Giữ các lỗ thông khí luôn sạch sẽ. Kiểm tra xem không có bụi hoặc vật liệu nào khác đang chặn bít lỗ thông khí bất kỳ ở trên đỉnh, dưới đáy hoặc phía sau lò. Nếu lỗ thông khí bị chặn bít, điều này có thể gây ra quá nhiệt ảnh hưởng đến hoạt động của lò và có thể dẫn đến tình huống nguy hiểm.

## Đặc điểm kỹ thuật

Nguồn điện		220 V 50 Hz
Công suất tiêu thụ	Vi sóng	6,4 A 1400 W
	Nướng	4,5 A 1000 W
	Kết hợp	6,4 A 1400 W
Công suất	Vi sóng	900 W (IEC-60705)
	Nướng	1000 W
Kích thước ngoài		469 (Rộng) × 380 (Sâu) × 280 (Cao) mm
Kích thước khoang lò		329 (Rộng) × 326 (Sâu) × 236 (Cao) mm
Dung tích khoang tổng thể		24 L
Đường kính Bàn xoay thủy tinh		288 mm
Tần số hoạt động		2450 MHz
Trọng lượng tịnh		13 kg

- Trọng lượng và Kích thước được trình bày gần đúng.
- Đặc điểm kỹ thuật có thể thay đổi mà không báo trước.
- Xem nhãn nhận dạng để biết về điện áp yêu cầu, ngày sản xuất, quốc gia và số hiệu của lò vi sóng.



## สารบัญ

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ.....	2
วิธีการใช้งาน .....	8
ภาษาสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ.....	10
ส่วนประกอบของเตาอบไมโครเวฟ.....	12
แผงควบคุม .....	13
การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง .....	14
วิธีการใช้งานระบบย่าง .....	16
วิธีการใช้งานระบบผสม .....	17
คำแนะนำในการทำอาหารและการอุ่นอาหาร .....	18
คำถามและคำตอบ .....	19
การดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟ.....	20
ข้อมูลจำเพาะ.....	21

## ขอขอบพระคุณที่สนับสนุนผลิตภัณฑ์พานาโซนิค

### ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ:

ก่อนการใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้ โปรดอ่านคำแนะนำและข้อควรระวังเหล่านี้อย่างละเอียดและเก็บรักษาคู่มือนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงข้อมูลในอนาคต

# ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ


## คำเตือน

1. ควรทำความสะอาดซีลประตูและบริเวณซีลด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ ควรตรวจสอบผลิตภัณฑ์เพื่อค้นหาความเสียหายที่ซีลประตูหรือบริเวณซีลที่ประตู และหากบริเวณเหล่านี้ชำรุดเสียหาย คุณไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์นี้จนกว่าผลิตภัณฑ์จะได้รับการซ่อมแซมโดยช่างเทคนิคที่ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตแล้ว
2. ห้ามอุ่นของเหลว และอาหารอื่น ๆ ในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท เนื่องจากอาจจะระเบิดได้
3. หากคุณต้องการรับบริการซ่อมแซมเกี่ยวกับเตาอบไมโครเวฟ โปรดติดต่อศูนย์บริการของพานาโซนิคประจำพื้นที่ของคุณ (ฝ่ายสนับสนุนลูกค้า) หากบุคคลอื่น ๆ นอกเหนือจากบุคลากรที่มีความสามารถเป็นผู้ดำเนินงานในการบริการหรือการซ่อมแซมใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การถอดฝาครอบที่ช่วยป้องกันการสัมผัสกับพลังไฟจากไมโครเวฟอาจก่อให้เกิดอันตรายได้
4. ชิ้นส่วนที่คุณสามารถสัมผัสได้ถึง อาจร้อนในระหว่างการใช้งาน ควรเก็บผลิตภัณฑ์นี้ให้ห่างจากเด็กเล็ก
5. เมื่อคุณใช้งานผลิตภัณฑ์นี้ในระบบผสม เด็ก ๆ ควรใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้ภายใต้การดูแลของผู้ใหญ่เนื่องจากอุณหภูมิที่เพิ่มขึ้น
6. ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณปิดการทำงานของงานของผลิตภัณฑ์นี้แล้ว ก่อนที่จะทำการเปลี่ยนหลอดไฟเพื่อหลีกเลี่ยงอันตรายจากไฟฟ้าช็อตที่อาจเกิดขึ้น

## ข้อควรระวัง

1. อย่าพยายามที่จะรีเซ็ต ปรับเปลี่ยน หรือซ่อมแซมประตู ตัวเรือนแผงควบคุม สวิตช์ความปลอดภัยที่ประตูเครื่องหรือชิ้นส่วนอื่น ๆ ของเตาอบไมโครเวฟ อย่าถอดแผงด้านนอกซึ่งให้การป้องกันการสัมผัสกับพลังไฟไมโครเวฟออกจากเตาอบไมโครเวฟ การซ่อมแซมควรดำเนินการให้เสร็จเรียบร้อยโดยเจ้าหน้าที่ที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเท่านั้น
2. อย่าใช้ผลิตภัณฑ์นี้ หากมีสายไฟหรือปลั๊กที่ชำรุดเสียหาย หากผลิตภัณฑ์นี้ทำงานผิดปกติหรือชำรุดเสียหายหรือร่วงหล่น หากบุคคลอื่นนอกจากเจ้าหน้าที่เทคนิคที่ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตเป็นผู้ให้บริการด้านการซ่อมแซมอาจก่อให้เกิดอันตรายได้
3. หากสายจ่ายไฟเสียหาย ต้องเปลี่ยนโดยผู้ผลิต เจ้าหน้าที่ซ่อมบำรุงหรือบุคคลที่มีคุณสมบัติเหมือนกันเพื่อหลีกเลี่ยงอันตราย
4. เตาอบไมโครเวฟนี้ไม่เหมาะสำหรับบุคคล (ซึ่งรวมถึงเด็ก) ที่ทุพพลภาพทางร่างกาย การเคลื่อนไหว หรือทางจิตใจหรือบุคคลซึ่งไม่เคยใช้งานหรือวิธีใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้มาก่อนแล้วเสียแต่จะมีผู้ที่สามารถคอยดูแลความปลอดภัยรวมทั้งคอยให้คำแนะนำและวิธีใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้อยู่ด้วย ควรสอนหรือให้คำแนะนำแก่เด็ก มิให้เล่นกับเตาอบไมโครเวฟนี้



5. เตอบไมโครเวฟมีจุดประสงค์เพื่อ การอุ่นอาหารและเครื่องต้ม การอบแห้งอาหาร หนังสือพิมพ์หรือเสื้อผ้า และการอุ่นแผ่นทำความร้อน ร่องทำเตะ ฟองน้ำ ผ้าที่เปียกหมาด ๆ และวัสดุอื่นที่คล้ายคลึงกัน อาจมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บ การติดไฟหรือเพลิงไหม้ได้
6. ตรวจสอบว่าเครื่องมือหรือภาชนะ บรรจุอาหารนั้นเหมาะสมสำหรับการ ใช้งานกับเตอบไมโครเวฟ ก่อนที่จะนำมาใช้งาน
7. เตอบไมโครเวฟจะทำงานเมื่อปิด ประตูเครื่องแล้วเท่านั้น
8. เมื่อไม่มีการใช้งานเตอบ ไมโครเวฟ ไม่ควรเก็บสิ่งของใด ๆ นอกจากอุปกรณ์เสริมต่าง ๆ สำหรับ เตอบไมโครเวฟไว้ภายในเตอบ ไมโครเวฟ เนื่องจากคุณอาจเปิด เครื่องโดยไม่ได้ตั้งใจ
9. ไม่ควรใช้งานผลิตภัณฑ์ในระบบ ไมโครเวฟหรือระบบผสมโดยที่ไม่ ได้ใส่อาหารไว้ในเตอบไมโครเวฟ การใช้งานในลักษณะนี้อาจสร้างความเสียหายให้แก่ผลิตภัณฑ์ได้
10.  ข้อควรระวัง! พื้นผิวที่ร้อน พื้นผิวภายนอกของเตอบ รวมถึง ช่องระบายอากาศบนตู้และประตู เตอบไมโครเวฟอาจร้อนขึ้นใน ระหว่างการใช้ระบบผสมและระบบ การย่าง ใช้ความร้อนสูงและสวม ถุงมือสำหรับเตอบไมโครเวฟเมื่อ เปิดหรือปิดประตูเครื่อง และเมื่อนำ อาหารและอุปกรณ์เสริมต่าง ๆ เข้า และออกจากเตอบ
11. เตอบไมโครเวฟมีอุปกรณ์ทำความ ร้อนสองตัวติดตั้งอยู่ที่ด้านบนของ เตอบไมโครเวฟ หลังจากที่ใช้งาน ในระบบผสมและระบบย่าง พื้นผิว ส่วนนี้จะร้อนมาก ควรใช้ความ ระมัดระวังเพื่อหลีกเลี่ยงการสัมผัส กับส่วนประกอบที่มีความร้อนภายใน เตอบไมโครเวฟ  
**หมายเหตุ: หลังจากการปรุง อาหารด้วยวิธีเหล่านี้ อุปกรณ์ เสริมต่าง ๆ สำหรับเตอบ ไมโครเวฟจะร้อนมาก**
12. ในระหว่างหรือหลังจากที่ใช้งาน เตอบไมโครเวฟในระบบผสมและ ระบบย่าง ห้ามสัมผัสกับหน้าต่าง ด้านนอกหรือชิ้นส่วนโลหะด้านใน ของประตูหรือเตอบไมโครเวฟ เมื่อนำอาหารออกหรือเข้าไปในเตอบ ไมโครเวฟเนื่องจากส่วนประกอบ เหล่านี้มีอุณหภูมิสูง
13. หากเกิดควันหรือไฟขึ้นใน เตอบไมโครเวฟให้หมั่นปุ่มเวลา/ นำหนักไปที่ตำแหน่งศูนย์ และ ปลดปล่อยให้ประตูปิดไว้แบบเดิมเพื่อยับยั้งการลุกไหม้ของเปลวไฟ ถอดสายไฟออก หรือปิดการจ่ายไฟ ที่ฟิวส์หรือแผงอุปกรณ์ตัดวงจร ไฟฟ้า
14. หลอดไฟของเตอบไมโครเวฟ สามารถเปลี่ยนได้โดยช่างเทคนิคที่ ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตแล้ว เท่านั้น อย่าพยายามที่จะถอดตัว เครื่องด้านนอกออกจากเตอบ ไมโครเวฟ

# ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ

## การติดตั้ง

**ตรวจสอบเตาอบไมโครเวฟของคุณ**  
แกะเตาอบไมโครเวฟออกจากบรรจุภัณฑ์ ถอดวัสดุห่อหุ้มทั้งหมดออก และตรวจสอบเตาอบไมโครเวฟว่ามีความเสียหายใด ๆ หรือไม่ เช่น รอยบุบ บาน ประตุดกหักหรือรอยแตกร้าวที่ประตู หากคุณพบความเสียหายใด ๆ ให้แจ้งตัวแทนจำหน่ายทันที อย่าติดตั้งเตาอบไมโครเวฟที่ชำรุดเสียหาย

## คำแนะนำเกี่ยวกับสายดิน

ข้อมูลสำคัญ: ผลิตภัณฑ์เครื่องนี้ต้องต่อสายดินอย่างถูกต้องเพื่อความปลอดภัยของคุณ  
หากเต้าเสียบปลั๊กไฟของคุณไม่ได้ต่อสายดิน เป็นความรับผิดชอบส่วนบุคคลของลูกค้าที่จะต้องเปลี่ยนเป็นเต้ารับติดตั้งที่ต่อสายดินอย่างถูกต้องแล้ว

## แรงดันไฟฟ้าในการทำงาน

แรงดันไฟฟ้าต้องเหมือนกับค่าที่ระบุไว้บนฉลากของเตาอบไมโครเวฟ หากใช้แรงดันไฟฟ้าที่มีค่าสูงกว่าที่ระบุไว้ อาจก่อให้เกิดไฟไหม้หรือความเสียหายอื่น ๆ ได้

## การวางเตาอบไมโครเวฟ

ผลิตภัณฑ์นี้มีจุดประสงค์เพื่อใช้งานในครัวเรือนและการใช้งานในรูปแบบคล้ายๆ กัน เช่น:

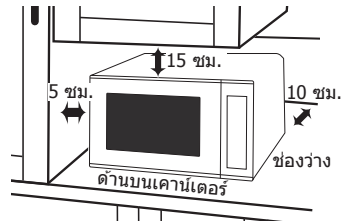
- พื้นที่ครัวของร้านอาหารและสำนักงาน และสถานที่ทำงานอื่นๆ
- ใช้ภายในครัวเรือน
- โดยแขกในโรงแรม และสถานที่พักอาศัยอื่นๆ
- ที่พักรูปแบบต่างๆ

1. วางเตาอบไมโครเวฟบนพื้นผิวที่เรียบและมั่นคง มีความสูงเหนือพื้นมากกว่า 85 ซม.  
ผลิตภัณฑ์นี้เป็นประเภทตั้งอย่างอิสระไม่ต้องต่อหรือประกอบบนชั้นส่วนอื่น และไม่ควรวางในตู้
2. เมื่อติดตั้งเตาอบไมโครเวฟนี้แล้ว การแยกผลิตภัณฑ์ออกจากแหล่งจ่ายไฟควรดำเนินการได้อย่างง่ายดายโดยการดึงปลั๊กหรือหรือการใช้อุปกรณ์ตัดวงจรไฟฟ้า

3. สำหรับการใช้งานที่เหมาะสม ตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีการไหลเวียนอากาศที่เพียงพอสำหรับเตาอบไมโครเวฟ

## การวางเตาอบไมโครเวฟบนเคาน์เตอร์:

เว้นระยะห่างที่ด้านบนของเตาอบไมโครเวฟ 15 ซม. ที่ด้านหลัง 10 ซม. ที่ด้านข้าง 5 ซม. และอีกด้านหนึ่งต้องสามารถเปิดได้มากกว่า 40 ซม.



4. อย่าวางเตาอบไมโครเวฟนี้ใกล้กับหม้อปรุงอาหารชนิดไฟฟ้าหรือแก๊ส
5. ไม่ควรถอดฐานรองออก
6. เตาอบไมโครเวฟนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการใช้งานในครัวเรือนเท่านั้น อย่านำไปใช้งานกลางแจ้ง
7. หลีกเลี่ยงการใช้งานเตาอบไมโครเวฟไมโครเวฟในสถานที่ที่มีความชื้นสูง
8. สายไฟไม่ควรสัมผัสกับพื้นผิวด้านนอกของเตาอบไมโครเวฟ เก็บสายไฟให้ห่างจากพื้นผิวที่ร้อน อย่าปล่อยให้สายไฟแขวนอยู่เหนือขอบโต๊ะหรือด้านบนของพื้นที่ทำงาน อย่านำสายไฟ ปลั๊กหรือเตาอบไมโครเวฟไปแช่น้ำ
9. อย่าให้มีสิ่งกีดขวางช่องระบายอากาศ หากช่องเปิดเหล่านี้ถูกกีดขวางในระหว่างการทำงาน เตาอบไมโครเวฟอาจมีความร้อนมากเกินไป ในกรณีนี้ เตาอบไมโครเวฟมีการป้องกันด้วยอุปกรณ์ควบคุมความร้อน และเตาอบไมโครเวฟจะทำงานต่อหลังจากที่เครื่องเย็นลงแล้วเท่านั้น

10. ผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีจุดประสงค์เพื่อการใช้งานกับเครื่องตั้งเวลาภายนอกหรือระบบควบคุมระยะไกลแยกต่างหาก
11. หากมีความจำเป็นที่จะต้องเปลี่ยนไฟเดาอบไมโครเวฟ โปรดปรึกษาตัวแทนจำหน่ายของคุณ

## ก่อนการใช้งาน

ก่อนการทำงานแบบผสมหรือการย่างเป็นครั้งแรก ให้เปิดใช้งานเดาอบที่การย่างเป็นเวลา 5 นาที โดยไม่ต้องใส่อาหารหรืออุปกรณ์ใด ๆ (ไม่ต้องใส่ถาดแก้วและแหวนหมุนด้วย) เพื่อเป็นการกำจัดน้ำมันที่ใช้สำหรับป้องกันสนิมให้หมดไป ซึ่งเป็นเวลาเดียวกันที่จะใช้งานเดาอบโดยไม่ใส่สิ่งใด ๆ ไว้ภายในทั้งสิ้น

## อุปกรณ์เสริม

เดาอบไมโครเวฟนี้ติดตั้งอุปกรณ์เสริมหลากหลายชนิด ปฏิบัติตามคำแนะนำที่จัดให้เสมอเมื่อใช้งานอุปกรณ์เสริมต่าง ๆ

### แหวนลูกกลิ้ง

- อย่าถอดแหวนลูกกลิ้งออกจากพื้นของช่องใส่อาหาร
- ควรทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งและพื้นภายในเดาอบไมโครเวฟเป็นประจำเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเสียงรบกวนและการสะสมตัวของเศษอาหาร
- สำหรับการทำอาหาร แหวนลูกกลิ้งต้องใช้ร่วมกับถาดแก้วเท่านั้น
- หากคุณเปลือยถาดวงแหวนลูกกลิ้งออกให้ค่อย ๆ ใสแหวนลูกกลิ้งลงในรูตรงกลางเดาอบและวางไว้บนแกนหมุนด้านล่าง แกนหมุนผลิตขึ้นโดยการใช้กระบวนการพื้นผิวเรียบเพื่อให้สามารถยึดแหวนลูกกลิ้งได้อย่างแน่นหนาในระหว่างการทำงาน

### ตะแกรงย่าง

- ใช้ตะแกรงลวดเพื่อความสะดวกในการทำอาหารจานเล็ก ๆ และช่วยให้มีการหมุนเวียนความร้อนได้ดีขึ้น

- เมื่อใช้งานระบบผสม ห้ามวางภาชนะอะลูมิเนียมหรือภาชนะโลหะบนตะแกรงย่างโดยตรง ต้องวาง ถาดหรือจานแก้วคั่นไว้ระหว่างตะแกรงย่างกับภาชนะอะลูมิเนียมเสมอทั้งนี้เพื่อป้องกันการเกิดประกายไฟซึ่งอาจทำให้เดาอบไมโครเวฟเสียหายได้

- ใช้ตะแกรงลวดโลหะสำหรับการทำอาหารในการย่างและระบบผสมโดยตรงเท่านั้น ห้ามใช้ตะแกรงลวดโลหะนี้เฉพาะกับระบบไมโครเวฟ ห้ามใช้เดาอบไมโครเวฟกับอาหารที่น้อยกว่า 200 กรัม (7 ออนซ์) ในโปรแกรมระบบผสมแบบดำเนินการด้วยตนเอง การใช้งานอุปกรณ์เสริมอย่างไม่ถูกต้องอาจสร้างความเสียหายให้แก่เดาอบไมโครเวฟได้

### ถาดแก้ว

- ใช้เดาอบไมโครเวฟที่ติดตั้งแหวนลูกกลิ้งและถาดแก้วเข้าที่แล้วเสมอ ถาดแก้วนี้เป็นอุปกรณ์เสริมที่ใช้สำหรับการปรุงอาหารในระบบไมโครเวฟเท่านั้น
- ควรใช้ถาดแก้วที่ออกแบบมาสำหรับเดาอบไมโครเวฟนี้โดยเฉพาะเท่านั้น อย่าใช้ถาดแก้วอื่น ๆ แทนถาดชนิดนี้
- ถ้าถาดแก้วร้อน ทิ้งไว้ให้เย็นก่อนนำไปทำความสะอาดหรือจุ่มลงในน้ำ
- ถาดแก้วสามารถหมุนไปในทิศทางใดก็ได้
- หากอาหารหรือภาชนะสำหรับทำอาหารบนถาดแก้วสัมผัสกับผนังเดาอบไมโครเวฟและหยุดถาดที่หมุนอยู่ ถาดจะหมุนไปในทิศทางตรงกันข้ามโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการทำงานตามปกติ เปิดประตูเดาอบไมโครเวฟจัดวางอาหารใหม่และเริ่มใหม่อีกครั้ง
- ห้ามปรุงอาหารบนถาดแก้วโดยตรง นอกจากจะระบุไว้ในสูตรอาหาร ควรวางอาหารในจานที่ปลอดภัยสำหรับการใช้กับไมโครเวฟเสมอ

# ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ

- ในขณะที่ทำอาหารในระบบไมโครเวฟหรือระบบผสม ถาดแก้วอาจลั่น สะเทือน การลั่นสะเทือนนี้ไม่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำอาหาร

## ข้อมูลสำคัญ

หากใช้ระยะเวลาในการทำอาหารมากกว่าเวลาที่แนะนำ อาหารอาจเสียสภาพจากการให้ความร้อนที่สูงเกินไป และในกรณีที่ร้ายแรงอาจก่อให้เกิดไฟไหม้และสร้างความเสียหายให้แก่บริเวณด้านในของเตาอบไมโครเวฟได้

## การตั้งเวลาการทำอาหาร

เวลาในการทำอาหารด้วยระบบไมโครเวฟต้องสั้นกว่าวิธีการทำอาหารในระบบอื่น ๆ เป็นเรื่องสำคัญมากที่ระยะเวลาในการทำอาหารต้องไม่นานเกินกว่าเวลาที่แนะนำโดยที่ไม่ได้ตรวจดูอาหารก่อน

ปัจจัยต่าง ๆ ที่อาจส่งผลกระทบต่อระยะเวลาในการทำอาหาร ได้แก่ ระดับอุณหภูมิในการทำอาหารที่ต้องการ อุณหภูมิเริ่มต้น ระดับความสูง ปริมาณ ขนาดและรูปทรงของอาหาร รวมถึงภาชนะที่ใช้ด้วย เมื่อคุณค้นเคยกับ

การใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้แล้ว คุณจะสามารปรับเปลี่ยนแปลงปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ได้

อาหารที่ยังทำไม่สุกยอมดีกว่าอาหารที่ทำสุกเกินไป หากอาหารยังทำไม่สุก คุณสามารถนำอาหารกลับเข้าไปในเตาอบไมโครเวฟเพื่อทำต่อได้ แต่หากอาหารทำสุกเกินไป คุณก็ไม่สามารถแก้ไขอะไรได้แล้ว ควรเริ่มต้นที่เวลาในการทำอาหารขั้นต่ำก่อนเสมอ

## อาหารปริมาณน้อย

ควรใช้ความระมัดระวังในการทำอาหารที่มีปริมาณน้อยเนื่องจากอาหารใหม่ แห้งหรือติดไฟได้ง่ายหากทำนานเกินไป ควรตั้งเวลาในการทำอาหารสั้น ๆ เสมอและตรวจดูอาหารบ่อย ๆ

## อาหารที่มีความชื้นต่ำ

ควรใช้ความระมัดระวังในการอุ่นอาหารที่มีความชื้นต่ำ เช่น ขนมปังต่าง ๆ ซ็อกโกแลต ข้าวโพดคั่ว บิสกิตและขนมอบ เนื่องจากอาหารประเภทนี้อาจไหม้ แห้งหรือติดไฟได้ง่ายหากทำนานเกินไป เราไม่แนะนำให้อุ่นอาหารที่มีความชื้นต่ำ เช่น ข้าวโพดคั่วหรือขนมปังเตาอบไมโครเวฟนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นมาเพื่อใช้งานกับอาหารเท่านั้น เราไม่แนะนำให้ใช้เพื่ออุ่นสิ่งของที่ไมใช่อาหาร เช่น ถุงข้าวสาลีหรือขวดน้ำร้อน

## การอุ่นอาหาร

การเสิร์ฟอาหารที่อุ่นร้อนในขณะที่อาหารยัง “ร้อน” เป็นสิ่งสำคัญ

นำอาหารออกจากเตาอบไมโครเวฟและตรวจดูว่าอาหารนั้นยัง “ร้อน” ตัวอย่างเช่น ไอน้ำที่ออกจากทุกส่วนและซอสของอาหารนั้นเดือดเป็นฟอง (นอกจากนี้ คุณสามารถตรวจดูว่าอาหารมีอุณหภูมิสูงถึง 72 °C หรือไม่โดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิสำหรับอาหาร – แต่ควรระมัดระวังว่าห้ามใช้เครื่องวัดอุณหภูมินี้ภายในไมโครเวฟโดยเด็ดขาด)

สำหรับอาหารที่ไม่สามารถคนได้ เช่น ลาซานย่า พายที่มีไส้ คุณควรตัดตรงกลางด้วยมีดเพื่อทดสอบว่าอาหารได้รับการอุ่นร้อนทั่วถึงทั้งหมด ถึงแม้ว่าคุณจะปฏิบัติตามคำแนะนำบนหีบบรรจุภัณฑ์ของผู้ผลิตแล้ว แต่คุณควรตรวจสอบเสมอว่าอาหารร้อนก่อนที่จะเสิร์ฟ และหากไม่แน่ใจคุณควรนำอาหารของคุณกลับเข้าไปอุ่นเพิ่มในเตาอบไมโครเวฟ

## เวลาในการรอ

เวลาในการรอหมายถึงระยะเวลาสิ้นสุดในการทำหรือการอุ่นอาหาร เมื่อทิ้งอาหารไว้ก่อนที่จะรับประทาน เช่น เวลาที่เหลือซึ่งช่วยให้ความร้อนในอาหารกระจายต่อไปยังจุดศูนย์กลาง เพื่อให้กระจายไปยังอาหารส่วนที่ยังเย็นอยู่

## ฝาปิด

เปิดฝาปิดออกจากกระทะปิ้งและภาชนะหรือภาชนะบรรจุอาหารจากร้านก่อนที่จะอุ่นอาหารในไมโครเวฟ หากยังปิดฝาอยู่ ให้นำและแรงดันอาจก่อตัวอยู่ภายในและเป็นเหตุให้เกิดการระเบิดได้ ถึงแม้ว่าการทำอาหารด้วยไมโครเวฟจะหยุดทำงานแล้วก็ตาม

## ขวดนมและกระทะบรรจุอาหาร

หากต้องการอุ่นขวดนม คุณต้องถอดฝาด้านบนและหิวดูนมออกก่อนเสมอของเหลวที่ด้านบนของขวดจะร้อนมากกว่าของเหลวที่ด้านล่าง คุณต้องเขย่าให้เข้ากันก่อนที่จะตรวจสอบอุณหภูมิ ควรดำเนินการนี้ก่อนที่จะบริโภคเพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดแผลไหม้ดูข้อมูลที่หน้า 18

## ไข่ต้ม

ไมควรรำไข่ที่ยังมีเปลือกอยู่และไข่ต้มสุกทั้งใบไปอุ่นในเตาอบไมโครเวฟเนื่องจากไข่เหล่านั้นอาจจะระเบิด ถึงแม้ว่าการอุ่นด้วยไมโครเวฟจะเสร็จแล้วก็ตาม

## อาหารที่มีเปลือก

มันฝรั่ง แอปเปิ้ล ไข่แดง ผักทั้งอันและไส้กรอกคือตัวอย่างของอาหารที่ผิวไม่เป็นที่พรุน คุณต้องใช้ส้อมเจาะอาหารเหล่านั้นก่อนที่จะนำมาปรุงอาหารเพื่อป้องกันการระเบิด

## กระดาดและพลาสติก

หากต้องการอุ่นอาหารที่ใส่ในภาชนะที่เป็นพลาสติกหรือกระดาดคุณควรสังเกตดูที่เตาอบไมโครเวฟเพื่อป้องกันไม่ให้อาหารติดไฟ อย่าใช้สายรัดที่เป็นลวดกับถุงสำหรับการย่างหรืออบเนื่องจากอาจเกิดประกายไฟได้

อย่าใช้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นกระดาษรีไซเคิล ตัวอย่างเช่น กระดาษชำระสำหรับห้องครัว ยกเว้นในกรณีที่ผลิตภัณฑ์ดังกล่าวได้รับการออกแบบมาโดยเฉพาะเพื่อใช้งานในเตาอบไมโครเวฟ ผลิตภัณฑ์เหล่านี้มีสิ่งสกปรกซึ่งอาจทำให้เกิดประกายไฟและ/หรือไฟไหม้ได้เมื่อนำมาใช้

## ของเหลว

การอุ่นเครื่องดื่มด้วยไมโครเวฟอาจส่งผลให้เกิดการเดือดที่ค่อย ๆ ปะทุอย่างช้า ๆ ดังนั้นควรใช้ความระมัดระวังในการจัดการกับภาชนะเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเดือดอย่างฉับพลัน คุณควรปฏิบัติตามขั้นตอนต่อไปนี้

- พยายามหลีกเลี่ยงภาชนะที่มีขอบสูงและคอแคบ
- อย่าใช้ความร้อนเกินอัตรา
- คนอาหารเหลวให้ทั่ว ก่อนที่จะนำภาชนะใส่เข้าเตาอบไมโครเวฟและต้องคนอีกครั้งหนึ่ง เมื่ออบไปได้ครึ่งเวลา
- หลังจากอุ่นอาหารจนร้อนแล้ว ปล่อยให้อาหารทิ้งไว้ในเตาอบไมโครเวฟสักครู่หนึ่ง แล้วค่อยคนให้ทั่วอีกครั้ง ก่อนนำออกจากเตาอบไมโครเวฟ

## การทอดโดยใช้น้ำมันปริมาณมาก

อย่าทอดอาหารในเตาอบไมโครเวฟโดยใช้น้ำมัน

## การเกิดประกายไฟ

อาจเกิดประกายไฟขึ้นโดยไม่ตั้งใจหากใช้ภาชนะโลหะ ตะแกรงลวดที่ได้รับความเสียหายหรือการซึ่งนำหนักของอาหารที่ไม่ถูกต้อง ประกายไฟคือประกายไฟสีฟ้าที่มองเห็นได้ในเตาอบไมโครเวฟ หากเกิดกรณีนี้ขึ้น ให้หยุดการทำงานของเครื่องทันที หากคุณละลายจากเตาอบไมโครเวฟและการทำงานของเครื่องยังดำเนินต่อไป อาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อตัวเครื่องได้ การปรุงอาหารต่อเนื่องโดยใช้ระบบย่าง

## เครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อ

ใช้เครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อเพื่อตรวจสอบระดับอุณหภูมิในการปรุงเนื้อติดกระดูกและสัตว์ปีก เมื่อนำเนื้อออกมาจากไมโครเวฟแล้วเท่านั้น หากยังไม่สุก ให้นำกลับเข้าไปในเตาอบไมโครเวฟและปรุงใหม่ประมาณสองถึงสามนาทีโดยใช้ระดับไฟฟ้าที่แนะนำ อย่างไรก็ตาม เครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อไว้ในเตาอบไมโครเวฟเมื่อใช้ไมโครเวฟ

# วิธีการใช้งาน

## เวลาพักอาหาร

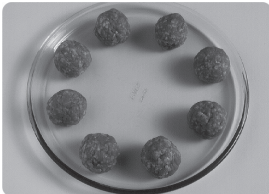
สำหรับอาหารที่มีมวลหนาแน่น เช่น เนื้อสัตว์มันฝรั่งอบและเค้ก ต้องมีเวลาพักอาหาร (พักในเตาหรือนอกเตา) หลังจากปรุงเสร็จ เพื่อปล่อยให้ความร้อนสามารถส่งไปถึงกึ่งกลางของอาหารได้อย่างทั่วถึง ห่อเนื้อสัตว์ส่วนข้อต่อและมันฝรั่งอบด้วยฟอยล์อลูมิเนียมขณะพักทิ้งไว้ เนื้อสัตว์ส่วนข้อต่อต้องใช้เวลาพักประมาณ 10-15 นาที และมันฝรั่งอบใช้เวลา 5 นาที อาหารชนิดอื่นๆ อย่างเช่น อาหารจานเดียว ผัก ปลา เป็นต้น ต้องใช้เวลาพัก 2-5 นาที ถ้าอาหารยังไม่สุกดีหลังจากวางพักไว้แล้ว ให้นำกลับเข้าเตาอบไมโครเวฟแล้วอบเพิ่มอีกสักครู่ หลังจากละลายน้ำแข็งแล้ว ก็ควรวางพักอาหารด้วย

## ปริมาณ



อาหารที่มีปริมาณน้อยจะสุกเร็วกว่าอาหารที่มีปริมาณมาก นอกจากนี้ยังใช้เวลาในการอุ่นน้อยกว่าอีกด้วย

## ระยะห่าง



อาหารจะสุกเร็วขึ้น ถ้าวางอาหารที่เป็นชั้นห่างกันเป็นระยะเท่าๆกัน ห้ามวางอาหารซ้อนกัน

## ปริมาณความชื้น

อาหารสดหลายชนิด เช่น ผักและผลไม้ มีปริมาณความชื้นที่แตกต่างกันไปตามฤดูกาล ด้วยเหตุนี้ จึงต้องปรับเวลาในการปรุงอาหารให้เหมาะสม ส่วนผสมแห้ง เช่น ข้าว พาสต้า อาจแห้งได้ในระหว่างที่จัดเก็บ ดังนั้นเวลาในการปรุงอาหารอาจแตกต่างกันไป

## การเจาะอาหาร



ผิวหรือเนื้อเยื่อของอาหารบางประเภทสามารถก่อให้เกิดไอน้ำระหว่างปรุงอาหารได้

อาหารชนิดนี้จะต้องได้รับการเจาะพื้นผิวของอาหารบางส่วนหรือต้องถูกเจาะออกก่อนนำเข้าเตาอบ เพื่อเป็นการช่วยให้ไอน้ำระเหยออก เช่น ไข่ มันฝรั่ง แอปเปิ้ล ไล้กรอก เป็นต้น จะต้องนำไปเจาะก่อนนำเข้าเตาอบ ห้ามต้มไข่ทิ้งเปลือก

## การห่อหุ้มอาหาร



การห่อหุ้มอาหารด้วยฟิล์มหุ้มอาหารสำหรับเตาอบไมโครเวฟหรือฝาปิด เมื่อทำอาหารประเภท ปลา ผัก ซุป หรือการใส่อาหารในชามกันลึกรวมมีฝาปิด ห้ามห่อหุ้มอาหารประเภทเค้ก ซอส มันฝรั่งเผา หรือขนมอบ

## ความหนาแน่นของอาหาร

อาหารที่มีรูพรุนจะร้อนเร็วกว่าอาหารที่มีความหนาแน่นมาก

## ฟิล์มหุ้มอาหาร

ฟิล์มหุ้มอาหารจะเป็นตัวช่วยกักเก็บความชื้นและไอน้ำในอาหารที่ถูกกักไว้จะช่วยให้อาหารสุกได้เร็วขึ้น ใช้ส้อมจิ้มอาหารก่อนนำเข้าเตาอบไมโครเวฟเพื่อช่วยให้ไอน้ำส่วนเกินระเหยออก ระยะเวลาทุกครั้งที่ตั้งฟิล์มหุ้มอาหารออกจากจานเพราะไอน้ำที่เกิดขึ้นจะร้อนมาก

## รูปร่างของอาหาร



อาหารที่มีรูปร่างเท่ากันจะสุกได้เท่ากัน อาหารที่ทำด้วยเตาอบไมโครเวฟจะสุกเร็วขึ้นเมื่อใส่อาหารในภาชนะรูปวงกลมมากกว่าภาชนะรูปสี่เหลี่ยม

## อุณหภูมิเริ่มต้น

ยิ่งอาหารเย็นมากเท่าไร ก็ยิ่งต้องใช้เวลาในการอุ่นมากขึ้นเท่านั้น อาหารที่นำออกมาจากตู้เย็นต้องใช้เวลาในการอุ่นนานกว่าอาหารที่อยู่ในอุณหภูมิห้อง

## ของเหลว



ต้องคนของเหลวทุกชนิดทั้งก่อน ระหว่าง และหลังจากการอุ่น ต้องคนน้ำทั้งก่อนและระหว่างการอุ่น เพื่อหลีกเลี่ยงการปะทุอย่าอุ่นของเหลวที่ต้มจนเดือดไปแล้วก่อนหน้านี้ อย่าใช้ความร้อนมากเกินไป

## การสลับด้านและการคน

อาหารบางประเภทต้องคนระหว่างปรุง เนื้อสัตว์และสัตว์ปีกต้องสลับด้านหลังจากอบไปได้ครึ่งหนึ่งแล้ว

## การจัดวางอาหาร

ควรวางอาหารบางอย่าง เช่น ชิ้นส่วนของไก่หรือไก่ที่หันเป็นชิ้น บนจานเพื่อให้ด้านที่หนาของอาหารอยู่ด้านนอก

## การตรวจสอบอาหาร



เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการตรวจสอบอาหารระหว่างและหลังช่วงเวลาทำอาหารที่ได้นแนะนำไว้ แม้ว่า คุณจะเปิดใช้ โปรแกรมอัตโนมัติ (เหมือนกับที่คุณตรวจสอบอาหารในเตาแบบธรรมดา) ถ้าจำเป็น ให้นำอาหารเข้าไปอบในเตาอีกสักครู่หนึ่ง

## ขนาดของจาน



เลือกใช้จานแต่ละขนาดตามที่ได้ระบุไว้ในสูตรอาหาร เพราะเวลาในการทำอาหารหรืออุ่นอาหารขึ้นอยู่กับขนาดของจานด้วยการกระจายอาหารในจานขนาดใหญ่ช่วยให้อาหารสุกเร็วขึ้น

## การทำความสะอาด

เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟจะส่งผลกระทบต่ออาหารชิ้นเล็กด้วย จึงควรแน่ใจว่าเตาอบไมโครเวฟสะอาดตลอดเวลา คุณสามารถทำความสะอาดคราบสกปรกที่ล้างออกยากได้โดยการใช้ น้ำยาสเปรย์ทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ เพียงแค่น้ำสเปรย์ลงบนผ้าควรเช็ดเตาให้แห้งทุกครั้งหลังทำความสะอาด

# ภาชนะสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ

การเลือกใช้ภาชนะให้เหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็น เพราะจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำอาหารด้วย

## ภาชนะที่เป็นแก้ว

แก้วที่ทนทานต่อความร้อน เช่น Pyrex® เหมาะสมสำหรับการใช้งานในระบบไมโครเวฟ ระบบย่าง และระบบผสม ห้ามใช้แก้วที่เปราะบาง เนื่องจากแก้วอาจแตกเพราะความร้อนจากอาหาร ห้ามใช้แก้วผสมตะกั่วเพราะอาจทำให้แก้วแตกหรือก่อให้เกิดประกายไฟได้



## เครื่องเคลือบดินเผาและเซรามิก

ใช้จานดินเผาเคลือบเงา จานรอง ชาม เขี่ยอก และถ้วยได้ หากภาชนะเหล่านั้นมีคุณสมบัติทนความร้อน เครื่องกระเบื้องและเซรามิกก็สามารถนำมาใช้ได้เช่นกัน สามารถใช้ช้อนนำขาเพื่ออุ่นอาหารได้ในระยะเวลาสั้นๆ มิฉะนั้น การเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิอาจทำให้ภาชนะแตกหรือพื้นผิวเป็นรอยร้าวได้ ห้ามใช้จานที่มีขอบหรือลวดลายเป็นโลหะ ห้ามใช้เขี่ยอกที่มีหูจับติดด้วยกาว เนื่องจากความร้อนจากไมโครเวฟจะทำให้กาวละลาย



## หม้อดินเผา เครื่องปั้นดินเผา และเครื่องหินเคลือบ

ใช้เฉพาะแก้วที่เคลือบทั่วทั้งชิ้นแล้วเท่านั้น หากมีการเคลือบเป็นบางส่วนหรือไม่ได้เคลือบ ห้ามนำมาใช้งาน เนื่องจากภาชนะชนิดนี้สามารถดูดซับน้ำได้จึงสามารถดูดซับพลังไฟจากไมโครเวฟได้ ส่งผลให้ภาชนะร้อนมากและทำให้การปรุงอาหารช้าลง



## ภาชนะที่ทำด้วยฟอยล์/โลหะ

อย่าพยายามปรุงอาหารด้วยภาชนะที่ทำด้วยฟอยล์หรือโลหะ – พลังคลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านได้และอาหารก็จะร้อนไม่ทั่วทั้งชิ้น – และอาจทำให้เตาอบไมโครเวฟเสียหายด้วย ใช้ไม้เสียบสะเดาะแทนไม้เสียบที่ทำจากโลหะ



## ฟิล์มหุ้มอาหาร

ใช้ฟิล์มยึดหุ้มอาหารสำหรับไมโครเวฟเพื่อห่อหุ้มอาหารที่ต้องการอุ่นหรือทำในระบบไมโครเวฟเท่านั้น ใช้ความระมัดระวังเพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้ฟิล์มสัมผัสกับอาหารโดยตรง ห้ามนำมาใช้งานในระบบย่างหรือระบบผสม





**พลาสติก**

ภาชนะพลาสติกหลายชนิดได้รับการออกแบบสำหรับการใช้งานกับไมโครเวฟ โดยเฉพาะภาชนะที่ได้รับการออกแบบสำหรับการใช้งานกับไมโครเวฟเท่านั้น อย่าใช้ภาชนะซึ่งทำจากเมลามีน เนื่องจากเมลามีนจะไหม้เกรียม อย่าใช้ภาชนะพลาสติกสำหรับการปรุงอาหารที่มีน้ำตาลหรือไขมันเป็นจำนวนมาก หรืออาหารที่จำเป็นต้องใช้เวลาในการอุ่นนาน เช่น ข้าวกล้อง ห้ามปรุงอาหารในภาชนะใส่น้ำมันเยิ้มหรือถั่วโยเกิร์ต เนื่องจากภาชนะเหล่านี้จะละลายจากความร้อนของอาหาร



อย่านำมารองสำหรับการย่าง

**กระดาษ**

กระดาษอเนกประสงค์สำหรับงานครัว สามารถใช้เพื่อคลุมสำหรับกรอบขนมอบและใช้คลุมเบคอนเพื่อป้องกันการกระเด็นได้ ใช้สำหรับเวลาในการทำอาหารสั้น ๆ เท่านั้น ห้ามนำกระดาษชำระสำหรับห้องครัวกลับมาใช้งานใหม่ หลีกเลี่ยงการใช้กระดาษชำระสำหรับห้องครัวที่ประกอบด้วยเส้นใยสังเคราะห์ ควรตรวจสอบว่ากระดาษชำระสำหรับห้องครัวชนิดรีไซเคิลมีคำแนะนำให้ใช้งานกับไมโครเวฟ อย่าใช้ถ้วยเคลือบพลาสติกหรือแว็กซ์เนื่องจากผิวเคลือบอาจละลายในเตาอบไมโครเวฟ สามารถใช้กระดาษกันไขมันรองที่ด้านล่างของจานและคลุมอาหารที่มีไขมันได้ สามารถใช้จานกระดาษสีขาวสำหรับการอุ่นอาหารเป็นเวลาสั้น ๆ ในระบบไมโครเวฟได้เท่านั้น



**เครื่องจักสาน ไม้ และตะกร้าสาน**

ห้ามใช้ภาชนะเหล่านี้ในเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากหากใช้ต่อไปเรื่อยๆ ภาชนะจะสัมผัสกับความชื้นมากขึ้น ส่งผลให้เกิดรอยแตกและติดไฟได้ ห้ามนำมาใช้งานในระบบการปรุงอาหารแบบใดก็ตาม



**แผ่นฟอยล์อลูมิเนียม**

คุณสามารถใช้ฟอยล์อลูมิเนียมแผ่นเรียบจำนวนเล็กน้อยหุ้มกระดูกข้อต่อของเนื้อได้ในระหว่างการละลายน้ำแข็ง เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านฟอยล์ได้ จึงเป็นการป้องกันชิ้นส่วนที่ถูกหุ้มอยู่ไม่ให้สุกเกินไปหรือละลายน้ำแข็งออกมากเกินไป อย่าให้ฟอยล์สัมผัสกับด้านข้างหรือด้านบนของเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากอาจก่อให้เกิดประกายไฟและสร้างความเสียหายให้แก่เตาอบไมโครเวฟของคุณ



**ถุงสำหรับย่าง**

ถุงชนิดนี้มีประโยชน์เมื่อต้องการหุ้มข้อต่อเนื้อสัตว์ที่ถูกผ่าเป็นแนว ยาวขณะอบด้วยพลังงานสูงและใช้เวลานาน ห้ามใช้ลวดรัดที่ท้าวด้วยโลหะ

# ส่วนประกอบของเตาอบไมโครเวฟ

## 1. ปุ่มปลดล็อคประตู

กดเพื่อเปิดประตูเตาอบไมโครเวฟ การเปิดประตูระหว่างการทำอาหารจะหยุดขั้นตอนการทำอาหารโดยที่ไม่ได้ยกเลิกโปรแกรม เตาอบไมโครเวฟจะทำอาหารต่อทันทีเมื่อปิดประตู การเปิดประตูในระหว่างที่เตาอบไมโครเวฟทำงานตามโปรแกรมการทำอาหารนั้นค่อนข้างปลอดภัย และไม่มีความเสี่ยงต่อการสัมผัสกับคลื่นไมโครเวฟ

## 2. ประตูเตาอบไมโครเวฟ

## 3. ช่องระบายอากาศ

## 4. ท่อนำคลื่นไมโครเวฟ (ห้ามเอาออก)

## 5. ช่องระบายอากาศภายนอก

## 6. แผงควบคุม

## 7. สายไฟ

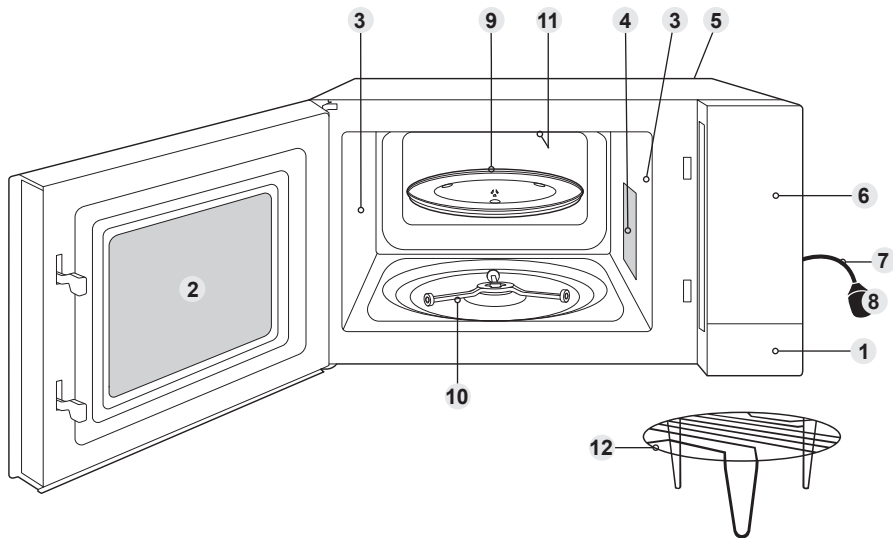
## 8. ปลั๊ก

## 9. ถาดแก้ว

## 10. แหวนลูกกลิ้ง

## 11. ส่วนประกอบสำหรับการย่าง

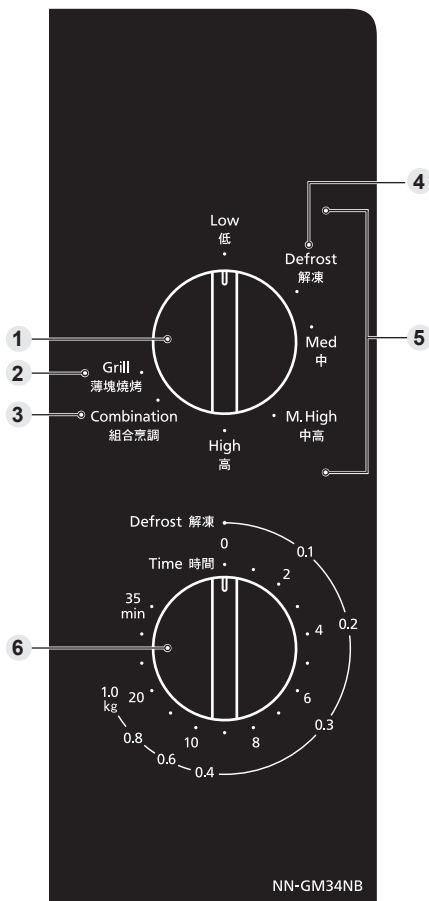
## 12. ตะแกรงย่าง



ฉลากระบุข้อมูลและค่าเตือนติดอยู่บนเตาอบไมโครเวฟ

### ■ หมายเหตุ

ภาพข้างต้นสำหรับใช้อ้างอิงเท่านั้น



- 1 ที่หมุนสำหรับเลือกระบบการทำอาหาร
- 2 การตั้งค่าการย่าง
- 3 การตั้งค่าการทำงานแบบผสมผสาน
- 4 ระดับพลังงานไมโครเวฟในการละลายอาหารแช่แข็ง
- 5 ระดับพลังงานไมโครเวฟ
- 6 ปุ่มหมุนตั้งเวลาและน้ำหนัก

• ลักษณะแผงควบคุมของเตาอบไมโครเวฟอาจแตกต่างกันไป แต่คำสั่งบนปุ่มรวมถึงคุณสมบัติในการทำงานต่าง ๆ นั้นเหมือนกัน

# การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง

ภาคนี้จะต้องอยู่ในตำแหน่งที่ถูกตั้งเมื่อคุณใช้งานเตาอบไมโครเวฟ



หมุนที่หมุนเพื่อเลือกกระดับไฟฟ้าไมโครเวฟที่ต้องการ

หมุนที่หมุนเพื่อตั้งเวลาในการทำอาหารสำหรับระบบไมโครเวฟ หรือเพื่อกำหนดน้ำหนักของอาหารสำหรับการละลายอาหารแช่แข็ง

สำหรับเวลาในการปรุงอาหารสั้น ๆ ให้หมุนที่หมุนผ่าน 5 นาทีไป จากนั้นจึงปรับเวลาตามที่ต้องการ  
สำหรับน้ำหนักอาหารที่น้อยกว่า 0.2 กก. ให้หมุนที่หมุนเลยน้ำหนัก 0.2 กก. ไป จากนั้นจึงปรับน้ำหนักตามที่ต้องการ

ระดับความร้อน		ตัวอย่างการใช้
สูง	900 วัตต์	ต้มน้ำให้เดือด ทำอาหารจำพวกผักผลไม้ หุงข้าว พาสต้าหรือก๋วยเตี๋ยว
กลาง-สูง	700 วัตต์	ปรุงอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ขนมหวาน อุ้มนมสด
ปานกลาง	400 วัตต์	ใช้ปรุงอาหารประเภทไข่ ซีส ปลา เนื้อตุ๋น อาหารอบและมีทโลฟ ละลายซ็อกโกแลต
ละลายอาหารแช่แข็ง	300 วัตต์	ละลายอาหารแช่แข็ง
ต่ำ	200 วัตต์	อุ่นหรือตุ๋นอาหาร

## ■ หมายเหตุ

1. หากปิดประตูเรียบร้อยแล้ว เตาอบไมโครเวฟจะเริ่มดำเนินการทำอาหาร/ละลายอาหารแช่แข็งทันที
2. หากคุณต้องการตรวจดูอาหารในระหว่างการทำ เพียงแค่เปิดประตูออกมาเท่านั้น เตาอบไมโครเวฟจะหยุดการทำอาหารโดยอัตโนมัติ หากต้องการทำอาหารต่อ ให้ปิดประตู
3. หากต้องการหยุดการทำอาหาร ให้หมุนที่หมุนสำหรับเลือกเวลา/น้ำหนักไปที่ตำแหน่งศูนย์ คุณสามารถตั้งเวลาในการทำอาหารใหม่ได้ตลอดเวลาในช่วงเวลาในการทำอาหารโดยการหมุนที่ที่หมุน
4. เมื่อนำอาหารออกจากเตาอบไมโครเวฟหลังจากที่ทำอาหารเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ตรวจสอบว่าที่หมุนสำหรับเลือกเวลา/น้ำหนักอยู่ในตำแหน่งศูนย์
5. เมื่อเวลาในการละลายอาหารแช่แข็งผ่านไปครึ่งหนึ่ง ให้พลิกกลับด้านอาหาร นำอาหาร/ชิ้นส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกไป หรือหุ้มส่วนปลาย/ไขมัน/กระดูกของเนื้ออบด้วยฟอยล์ ดูรายละเอียดเกี่ยวกับคำแนะนำในการละลายอาหารแช่แข็งได้ที่หน้า 15

## คำแนะนำในการละลายน้ำแข็ง

### เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด:

1. ใส่อาหารในภาชนะที่เหมาะสม ควรวางข้อต่อเนื้อสัตว์และไก่ไว้บนจานรองที่คว่ำเอาส่วนกันขึ้น
2. ตรวจสอบอาหารระหว่างการละลายน้ำแข็งเพราะความเร็วในการละลายน้ำแข็งในอาหารแต่ละชนิดแตกต่างกัน
3. ไม่จำเป็นที่จะต้องห่อหุ้มอาหาร (ดูที่ข้อ 6)
4. ให้พลิกหรือคนอาหารเสมอ เมื่อถึงครึ่งเวลา ใช้อลูมิเนียมฟอยล์ห่อส่วนหัวและส่วนท้ายของชิ้นเนื้อไว้ถ้าจำเป็น (ดูที่ข้อ 6) เพื่อป้องกันการสุกเกินไป
5. เนื้อสับ ชิ้นเนื้อ และอาหารชิ้นเล็กชนิดอื่น ควรวางแยกกัน และไม่ควรวางอาหารที่เป็นชิ้นซ้อนกัน
6. การห่อหุ้มอาหารเพื่อป้องกันจากความร้อน ขั้นตอนดังกล่าวสิ่งจำเป็นเมื่อนำไก่หรือข้อต่อเนื้อสัตว์มาละลายน้ำแข็ง  
ชั้นนอกของอาหารจะละลายก่อน ดังนั้นจึงควรคลุมส่วนปีก/หน้าอก/ไขมัน/กระดูก ไว้ด้วยแผ่นฟอยล์อลูมิเนียมแบบเรียบแล้วขึงไว้ด้วยไม้เสียบค็อกเทล
7. วางพักไว้เพื่อให้น้ำแข็งตรงกลางของอาหารละลาย (อย่างน้อย 1 ชม. สำหรับข้อต่อ เนื้อสัตว์ และไก่ทั้งตัว)



วางอาหารที่เป็นชิ้นไม่ให้ซ้อนกัน



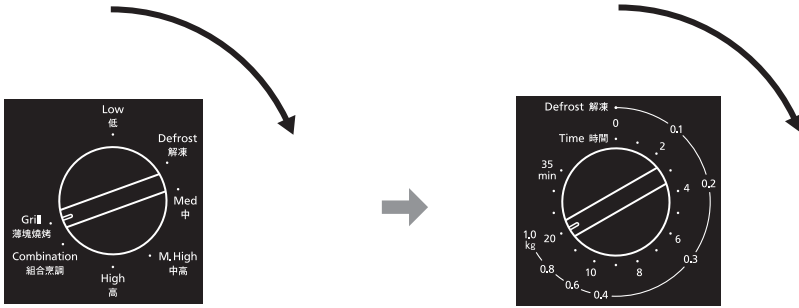
สลับด้านหรือแยกอาหารออกจากกันให้เร็วที่สุด



ห่อหุ้มไก่และข้อต่อเนื้อสัตว์

# วิธีการใช้งานระบบย่าง

ระบบย่างมีประโยชน์อย่างมากสำหรับเนื้อสัตว์ที่เป็นแผ่นบาง เนื้อสเต็ก เนื้อสะเต๊ะ ไส้กรอกหรือชิ้นเนื้อไก่ นอกจากนี้ยังเหมาะสำหรับแซนวิชร้อนหรือพาสต้าอบชีสทุกแบบด้วย



หมุนปุ่มเพื่อเลือกการตั้ง  
ค่าการย่าง

หมุนปุ่มเพื่อตั้งเวลาการปรุงอาหาร  
สำหรับการปรุงอาหารที่ใช้เวลาน้อย ให้หมุนปุ่ม  
เวลาให้เลย 2 นาทีไปแล้วจึงปรับเวลา  
ที่ต้องการ หากประตูเตาอบปิดอยู่ การนับเวลา  
การปรุงอาหารจะเริ่มต้นทันที

## ■ หมายเหตุ

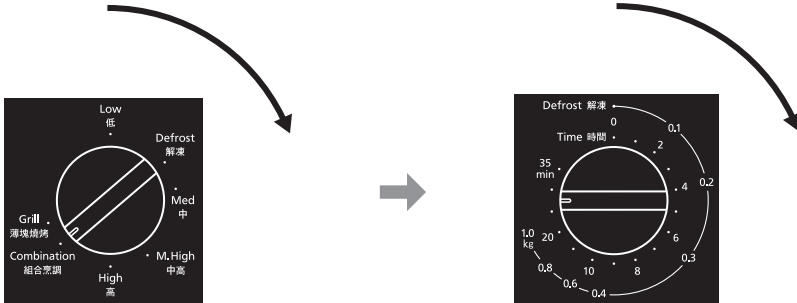
1. วางอาหารบนตะแกรงอย่างบนถาดแก้ว วางแผ่นกันความร้อนด้านล่างเพื่อจับไขมันและ  
หยดของเหลวต่าง ๆ
2. อย่าคลุมอาหารในขณะที่ทำการย่าง
3. ห้ามอุ่นเตาอบไมโครเวฟก่อนล่วงหน้า
4. ไม่มีตัวเลือกกระดับไฟฟ้าไมโครเวฟสำหรับการปรุงอาหารในระบบย่าง
5. อาหารส่วนใหญ่จำเป็นต้องพลิกกลับด้านเมื่อปรุงไปแล้วครึ่งทาง หากต้องการพลิกกลับ  
ด้านอาหาร ให้เปิดประตูเตาอบและนำตะแกรงลวดออกมาอย่างระมัดระวังโดยใช้ถุงมือ
6. หลังจากที่พลิกแล้ว ให้นำอาหารกลับเข้าสู่เตาแล้วปิดประตู ระบบจะเริ่มทำงานใหม่  
โดยอัตโนมัติ เป็นเรื่องที่ค่อนข้างปลอดภัยที่จะเปิดฝาเตาอบเมื่อใดก็ได้เพื่อตรวจสอบว่า  
อาหารสุกมากน้อยเพียงใดแล้วในระหว่างการทำอาหาร
7. ไฟในเครื่องไมโครเวฟจะเปิด ปิดในระหว่างการทำอาหาร - ซึ่งเป็นการทำงานตามปกติ
8. อย่าสัมผัสที่ด้านบนในช่องใส่อาหารของอุปกรณ์อุ่นอาหาร ในขณะที่ช่องใส่อาหารยัง  
ร้อนอยู่ อุปกรณ์อุ่นอาหารอาจยังร้อนอยู่
9. หลังจากที่คุณใช้งานระบบย่างแล้ว ผลិតภัยเตาอาจไม่ทำงานช่วงหนึ่งเพื่อป้องกันความ  
ร้อนที่สูงเกินไป

## ■ ข้อควรระวัง!

ตะแกรงย่างต้องวางในตำแหน่งที่ถูกต้องบนถาดแก้ว วิธีการถอดตะแกรงย่างออกจากเตาอบ  
ไมโครเวฟโดยการจับที่ตะแกรงและจามันร้อนให้แน่น สวมถุงมือสำหรับเตาอบไมโครเวฟ  
เมื่อคุณต้องการถอดอุปกรณ์เสริมออก ห้ามสัมผัสกับกระจกที่ประตูเตาอบไมโครเวฟหรือชิ้น  
ส่วนโลหะด้านในของประตูหรือเตาอบไมโครเวฟ เมื่อนำอาหารออกหรือเข้าไปในเตาอบ  
ไมโครเวฟเนื่องจากส่วนประกอบเหล่านี้มีอุณหภูมิสูง

# วิธีการใช้งานระบบผสม

เมื่อคุณทำอาหารในระบบผสม ระดับไฟฟ้าไมโครเวฟจะปรุงอาหารอย่างรวดเร็วในขณะที่ระบบการย่างจะให้น้ำตาลและความชุ่มกรอบแบบดั้งเดิม



หมุนปุ่มเพื่อเลือกการตั้งค่าแบบผสม

หมุนปุ่มเพื่อตั้งเวลาการปรุงอาหาร สำหรับการทำอาหารที่ใช้เวลาน้อย ให้หมุนปุ่มเวลาให้เลย 2 นาทีไปแล้วจึงปรับเวลาที่ต้องการ หากประตูเตาอบปิดอยู่ การนับเวลาการปรุงอาหารจะเริ่มต้นทันที

## ■ หมายเหตุ

1. ในขณะที่ทำอาหาร ถาดแก้วอาจสั่นสะเทือน การสั่นสะเทือนนี้ไม่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำอาหาร
2. ตะแกรงย่างได้รับการออกแบบขึ้นมาเพื่อใช้สำหรับระบบผสมและระบบการย่าง ห้ามใช้อุปกรณ์เสริมที่เป็นโลหะอื่น ๆ ยกเว้นอุปกรณ์ที่จัดมาพร้อมกับเตาอบไมโครเวฟ วางจานกันความร้อนด้านล่างเพื่อจับไขมันและหยดของเหลวต่าง ๆ
3. ใช้ตะแกรงลวดตามที่ระบุไว้เท่านั้น ห้ามใช้เตาอบไมโครเวฟกับอาหารที่น้อยกว่า 200 กรัมในโปรแกรมแบบดำเนินการด้วยตนเอง สำหรับอาหารปริมาณเล็กน้อย อย่าใช้การทำอาหารในระบบผสม แต่ควรใช้ระบบย่างและระบบไมโครเวฟเท่านั้นเพื่อผลลัพธ์ที่ดีที่สุด
4. ห้ามคลุมอาหารเมื่อทำอาหารในระบบผสม
5. ห้ามอุ่นเตาอบไมโครเวฟก่อนล่วงหน้าในระบบผสม
6. อาจเกิดประกายไฟขึ้นโดยไม่ได้ตั้งใจหากใช้น้ำหนักอาหารที่ไม่ถูกต้อง ตะแกรงลวดที่ได้รับความปลอดภัย หรือใช้งานภาชนะโลหะ ภาชนะไฟคือประกายไฟสีฟ้าที่มองเห็นได้ในเตาอบไมโครเวฟ หากเกิดกรณีนี้ขึ้น ให้หยุดการทำงานของเตาอบไมโครเวฟทันที
7. อาหารบางชนิดควรทำในระบบผสมโดยที่ไม่ต้องใช้ตะแกรงย่าง เช่น เนื้ออบ พาสต้าอบ ชีส พายและพุดดิ้ง อาหารควรวางบนจานกันความร้อนที่ไม่ใช่โลหะและวางลงบนถาดแก้วโดยตรง
8. อย่าใช้ภาชนะบรรจุสำหรับไมโครเวฟที่เป็นพลาสติกในโปรแกรมระบบผสม (ยกเว้นในกรณีที่เหมาะสมสำหรับการปรุงอาหารในระบบผสม) จานต้องสามารถทนทานต่อความร้อนที่ด้านบนของการย่างได้ - แก้วหรือเซรามิกกันความร้อนคือภาชนะที่เหมาะสม
9. อย่าใช้จานโลหะหรือภาชนะตีบกดของตนเอง เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟไม่สามารถแทรกซึมเข้าไปในอาหารได้อย่างทั่วถึง

## ■ ข้อควรระวัง!

ตะแกรงย่างต้องวางในตำแหน่งที่ถูกต้องบนถาดแก้ว วิธีการถอดตะแกรงย่างออกจากเตาอบไมโครเวฟโดยการจับที่ตะแกรงและจันกันร้อนให้แน่น สวมถุงมือสำหรับเตาอบไมโครเวฟเมื่อคุณต้องการถอดอุปกรณ์เสริมออก ห้ามสัมผัสกับกระจกที่ประตูเตาอบไมโครเวฟหรือชิ้นส่วนโลหะด้านในของประตูหรือเตาอบไมโครเวฟ เมื่อนำอาหารออกหรือเข้าไปในเตาอบไมโครเวฟเนื่องจากส่วนประกอบเหล่านี้มีอุณหภูมิสูง

# คำแนะนำในการทำอาหารและการอุ่นอาหาร

อาหารส่วนใหญ่อุ่นให้ร้อนได้เร็วโดยการใช้ระดับพลังงาน สูง อาหารจะกลับไปสู่อุณหภูมิพร้อมเสิร์ฟได้ภายในไม่กี่นาที

ตรวจสอบอาหารอยู่เสมอว่าร้อนเพียงพอและน้ำกลับเข้าเตาอบไมโครเวฟใหม่หากจำเป็น ตามหลักทั่วไป จะต้องห่อหุ้มอาหารเปียก เช่น ซุป อาหารที่อบในซามและอาหารจานเดียว อย่าวห่อหุ้มอาหารแห้ง เช่น ขนมปังก้อนเล็ก พายเนื้ออบ ขนมปังไส้กรอก เป็นต้น

เมื่อทำหรืออุ่นอาหารอะไรก็ตาม จะต้องคนหรือสลับด้านทุกครั้งหากทำได้ เพราะจะทำให้ อาหารสุกทั้งด้านในและด้านนอกอย่างทั่วถึง

## พายเนื้ออบ - ข้อควรระวัง

แม้ว่าขนมปังจะเย็นแล้ว แต่ไส้ยังคงร้อนและสามารถช่วยให้ขนมปังอุ่นขึ้นได้ ระวังร้อนอย่าให้ความร้อนมากเกินไป มิเช่นนั้นขนมปังอาจไหม้เพราะไขมันและน้ำตาลที่มีอยู่ในไส้ เช็ควงอุณหภูมิของไส้ก่อนรับประทานเพราะความร้อนจากไส้อาจลวกปากได้

## พุดดิ้งและของเหลว - ข้อควรระวัง

พุดดิ้งและอาหารอื่น ๆ ที่มีไขมันหรือน้ำตาลสูง เช่น แยม พายไส้เนื้อสับ ต้องไม่อุ่นให้ร้อนเกินไป คุณต้องไม่ละลายจากอาหารเหล่านี้ เนื่องจากการอุ่นอาหารเหล่านี้สักเกินไปอาจทำให้ไฟลุกได้ ควรระวังเป็นอย่างดีเมื่ออุ่นอาหารเหล่านี้

อย่าปล่อยให้เย็นโดยไม่ได้ดูแล ห้ามใส่แอลกอฮอล์เพิ่มเติม

## ขนม - ข้อควรระวัง

ต้องเขย่านมหรือนมผงดัดแปลงให้เข้ากันก่อนนำไปอุ่นและเขย่าอีกครั้งหลังอุ่นเสร็จ ก่อนนำไปให้เด็กดื่มควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่ร้อนเกินไป

สำหรับนม 200-240 มล. ที่นำออกมาจากตู้เย็น ให้เอาฝาและจุกนมออก อุ่นด้วยระดับพลังงานสูงประมาณ 30-50 วินาที ตรวจสอบด้วยความระมัดระวังก่อนที่จะกิน

สำหรับนม 90 มิลลิลิตรที่นำออกมาจากตู้เย็น ให้เอาฝาและจุกนมออก อุ่นด้วยระดับพลังงานสูงประมาณ 15-20 วินาที ตรวจสอบด้วยความระมัดระวังก่อนที่จะกิน

หมายเหตุ ของเหลวที่อยู่ด้านบนของขวดจะร้อนกว่าของเหลวที่อยู่ด้านล่างมาก

ต้องเขย่าขวด ให้เข้ากันก่อนและทดสอบก่อนนำไปใช้

เราไม่แนะนำให้คุณใช้เตาอบไมโครเวฟฆ่าเชื้อโรคในขวดนมเด็ก

ถ้าคุณมีหม้อฆ่าเชื้อโดยเฉพาะ ควรใช้อย่างระมัดระวังเป็นพิเศษ เนื่องจากปริมาณน้ำที่น้อยอาจก่อให้เกิดอันตรายได้ เป็นสิ่งจำเป็นที่คุณควรทำตามคำแนะนำของผู้ผลิตอย่างเคร่งครัด

## อาหารจานเดียว

ความชอบของแต่ละคนแตกต่างกันและเวลาที่ใช้ในการอุ่นก็ขึ้นอยู่กับส่วนผสมในอาหารด้วย สำหรับอาหารที่มีความหนาแน่นสูง เช่น มันบด ควรวางให้กระจายทั่วภาชนะ ถ้าเติมน้ำเกร็ดปริมาณมาก ก็ควรตั้งเวลาให้นานเป็นพิเศษ

ควรวางอาหารเป็นชั้นที่มีความหนาแน่นมากกว่าไว้ด้านบนของจาน ระดับพลังงาน สูง ประมาณ 2-4 นาที สามารถอุ่นอาหารในปริมาณปานกลางได้พอดี หวังวางชั้นอาหารที่เป็นชั้นทับซ้อนกัน

## อาหารกระป๋อง

นำอาหารออกจากกระป๋องและใส่ในภาชนะที่เหมาะสมก่อนนำไปอุ่น

## ซุป

ใส่ในซามแล้วคนก่อนนำไปอุ่น และอย่างน้อยระหว่างการอุ่นและอีกครั้งหลังอุ่นเสร็จ

## อาหารที่อบในซาม

คนเมื่ออบไปได้ครึ่งทาง และคนอีกครั้งหนึ่งตอนอุ่นเสร็จ



# คำถามและคำตอบ

**คำถาม:** ทำไมเตาอบไมโครเวฟจึงเปิดไม่ได้

**คำตอบ:** หากเตาอบไมโครเวฟไม่ได้เปิดอยู่ คุณควรตรวจสอบรายการต่าง ๆ ต่อไปนี้:

1. เตาอบเสียบปลั๊กได้แน่นสนิทแล้วหรือไม่ได้  
ถอดปลั๊กออกจากเต้าเสียบปลั๊กไฟ รอประมาณ 10 วินาทีและเสียบกลับเข้าที่อีกครั้ง
2. ตรวจสอบอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าและฟิวส์  
รีเซ็ตอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าหรือเปลี่ยนฟิวส์หากการทำงานสะดุดหรือผิดพลาด
3. หากอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าหรือฟิวส์ไม่มีความผิดปกติใด ๆ ให้เสียบปลั๊กของผลิตภัณฑ์อื่นเข้ากับเต้าเสียบปลั๊กไฟ หากผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ทำงาน อาจมีปัญหากว่าเตาอบไมโครเวฟ หากผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ไม่ทำงาน อาจมีปัญหากว่าเต้าเสียบปลั๊กไฟ  
หากดูเหมือนว่ามีปัญหาที่เตาอบไมโครเวฟ คุณควรติดต่อเจ้าหน้าที่ที่ได้รับอนุญาต

**คำถาม:** เตาอบไมโครเวฟก่อให้เกิดสัญญาณรบกวนกับโทรทัศน์ ทีวี หรือเครื่องอื่นหรือไม่

**คำตอบ:** สัญญาณรบกวนวิทยุหรือโทรทัศน์ อาจเกิดขึ้นได้เมื่อคุณทำอาหารด้วยเตาอบไมโครเวฟ สัญญาณรบกวนเหมือนกับสัญญาณรบกวนที่เกิดจากผลิตภัณฑ์ขนาดเล็ก เช่น เครื่องปั่น เครื่องดูดฝุ่น เครื่องเป่าลม เป็นต้น ซึ่งไม่ได้ระบุว่าเป็นปัญหาเกี่ยวกับเตาอบไมโครเวฟ

**คำถาม:** ทำไมบางครั้งมีอากาศอุ่น ๆ ออกมาจากช่องระบายอากาศของเตาอบไมโครเวฟ

**คำตอบ:** ความร้อนที่ออกมาจากการทำอาหารทำให้อากาศในช่องใส่อาหารของเตาอบไมโครเวฟอุ่นขึ้น อากาศอุ่น ๆ นี้ไหลออกมาจากเตาอบไมโครเวฟตามรูปแบบการไหลของอากาศในเตาอบไมโครเวฟ ไม่มีคลื่นไมโครเวฟในอากาศ ห้ามกีดขวางช่องระบายอากาศของเตาอบไมโครเวฟในระหว่างการทำอาหาร

**คำถาม:** สามารถใช้เครื่องวัดอุณหภูมิเตาอบแบบธรรมดาในเตาอบไมโครเวฟได้หรือไม่

**คำตอบ:** สามารถใช้ได้เมื่อคุณใช้โหมดการทำอาหารระบบย่างเท่านั้น โลหะในเครื่องวัดอุณหภูมิบางชนิดอาจเป็นสาเหตุให้เกิดประกายไฟในเตาอบไมโครเวฟและไม่ควรใช้ในโหมดการทำอาหารเตาอบไมโครเวฟและระบบผสม

**คำถาม:** อะไรคือสาเหตุของเสียงรบกวนหรือเสียงคลิกที่ดังมาจากเตาอบไมโครเวฟ เมื่อทำอาหารด้วยระบบผสม

**คำตอบ:** เสียงรบกวนเหล่านี้เกิดขึ้นเมื่อเตาอบไมโครเวฟสลับการใช้งานจากระดับไฟฟ้าไมโครเวฟไปเป็นระบบย่างโดยอัตโนมัติ เพื่อทำการตั้งค่าในระบบผสม ซึ่งเป็นการทำงานตามปกติ

**คำถาม:** ทำไมเตาอบไมโครเวฟมีกลิ่นและครันเมื่อใช้งานคุณสมบัตินการทำงานในระบบผสมและระบบย่าง

**คำตอบ:** หลังจากการใช้งานซ้ำหลายครั้งขอแนะนำให้ทำความสะอาดเตาอบไมโครเวฟและเปิดเครื่องในระบบย่างโดยไม่ต้องใส่อาหารและถอดแก้วภายในเตาอบไมโครเวฟเป็นเวลา 5 นาที การดำเนินการนี้จะเผาไหม้อาหาร เศษตกค้างหรือน้ำมันซึ่งเป็นสาเหตุของกลิ่นและครัน

# การดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟ

1. ควรถอดปลั๊กเตาอบไมโครเวฟออกก่อนที่จะทำความสะอาด
2. ทำความสะอาดภายในเตาอบไมโครเวฟ ซิลิโคนและบริเวณซิลิโคนเป็นประจำ เมื่ออาหารกระเด็นหรือของเหลวหกเลอะ ออกไปติดผนังของเตาอบไมโครเวฟ ซิลิโคนและบริเวณซิลิโคน ให้เช็ดออกด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ คุณอาจใช้น้ำยาทำความสะอาดอ่อนๆได้ หากเตาอบไมโครเวฟสกปรกมาก ไม่แนะนำให้ใช้ผงซักฟอกหรือสารกัดกร่อนรุนแรง หลีกเลี่ยงการทำความสะอาดที่บริเวณท่อนำคลื่นไมโครเวฟที่ติดตั้งอยู่ทางด้านขวาของผนังช่องใส่อาหาร ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดเตาอบไมโครเวฟที่วางขายในท้องตลาด
3. ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดที่รุนแรง และกัดกร่อน หรืออุปกรณ์ทำความสะอาดที่เป็นโลหะมีคมในการทำ ความสะอาดกระจกที่ประตูเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากอาจทำให้พื้นผิวเป็นรอยขีด ข่วนซึ่งส่งผลให้กระจกแตกได้
4. ควรทำความสะอาดพื้นผิวด้านนอกของเตาอบไมโครเวฟด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความเสียหายต่อ ชิ้นส่วนในการทำงานต่าง ๆ ภายในเตาอบไมโครเวฟ ไม่ควรให้น้ำไหลซึมเข้าไปในช่องเปิดสำหรับระบายอากาศ
5. หากแผงควบคุมสกปรก ให้ทำความสะอาดด้วยผ้านุ่ม ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดที่รุนแรงหรือสารกัดกร่อนกับแผงควบคุม เมื่อคุณทำความสะอาดแผงควบคุม ให้เปิดประตูเตาอบไมโครเวฟค้างไว้เพื่อป้องกันไม่ให้เตาอบไมโครเวฟเปิดการทำงานโดยไม่ได้ตั้งใจ หลังการทำความสะอาดให้ตรวจสอบให้มั่นใจว่าได้ปรับปุ่มเวลา/นาฬิกาไปที่ตำแหน่งศูนย์แล้ว
6. หากมีไอน้ำสะสมอยู่ภายในหรือโดยรอบ บริเวณด้านนอกของประตูเตาอบไมโครเวฟ ให้เช็ดออกด้วยผ้านุ่ม กรณีนี้ อาจเกิดขึ้นได้ เมื่อเตาอบไมโครเวฟทำงานภายใต้สภาพที่มีความชื้นสูงและไม่ได้แสดงว่าเป็นการทำงานที่ผิดปกติของตัวเครื่องแต่อย่างใด
7. บางครั้งคุณจำเป็นต้องถอดถาดแก้วออกเพื่อทำความสะอาด ถาดถาดด้วยน้ำสบู่อุ่น ๆ หรือในเครื่องล้างจาน
8. ควรทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งและพื้นของช่องใส่อาหารในเตาอบไมโครเวฟเป็นประจำเพื่อหลีกเลี่ยงเสียงรบกวนที่มากเกินไป เพียงแค่เช็ดพื้นผิวด้านล่างของเตาอบไมโครเวฟด้วยน้ำยาทำความสะอาดที่ไม่รุนแรงและน้ำร้อนจากนั้นจึงเช็ดออกให้แห้งด้วยผ้าสะอาด ควรล้างทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งในน้ำสบู่อ่อน ๆ โอะเรเทียในการปรุงอาหารก่อดัวขึ้นในระหว่างการใช้งานซ้ำ ๆ แต่ไม่ส่งผลกระทบต่อพื้นผิวด้านล่างหรือแหวนลูกกลิ้ง อย่าถอดแหวนลูกกลิ้งออกจากพื้นของช่องใส่อาหารเพื่อทำความสะอาด
9. เมื่อใช้งานในระบบย่างหรือระบบผสมอาหารบางชนิดอาจมีหยดน้ำมันกระเด็นไปติดที่ผนังเตาอบไมโครเวฟ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ หากคุณไม่ได้ทำความสะอาดเตาอบไมโครเวฟบ้างเป็นครั้งคราว เตาอบไมโครเวฟอาจเริ่มมี “ครัน” ออกมาในระหว่างการใช้งาน
10. ไม่ควรใช้เครื่องทำความสะอาดแบบไอน้ำสำหรับการทำความสะอาด
11. เตาอบไมโครเวฟนี้ควรได้รับการจากบุคลากรที่ผ่านการรับรองแล้วเท่านั้น สำหรับการบำรุงรักษาและการซ่อมแซมเตาอบไมโครเวฟ โปรดติดต่อตัวแทนจำหน่ายที่ได้รับอนุญาตซึ่งตั้งอยู่ใกล้ที่สุด
12. หากคุณไม่ดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟให้อยู่สภาพที่สะอาดอยู่เสมอ อาจทำให้พื้นผิวถูกทำลายและอาจมีผลกระทบต่ออายุการใช้งานของผลิตภัณฑ์ รวมทั้งมีความเป็นไปได้ในการเกิดอันตรายอีกด้วย
13. ดูแลรักษาให้ช่องระบายอากาศสะอาดอยู่เสมอ ตรวจสอบว่าไม่มีฝุ่นหรือวัสดุอื่น ๆ กีดขวางช่องระบายอากาศใด ๆ ทั้งด้านบน ด้านล่าง หรือด้านหลังของเตาอบไมโครเวฟ หากช่องระบายอากาศอุดตัน อาจเป็นสาเหตุให้เกิดความร้อนที่มากเกินไปซึ่งส่งผลกระทบต่อการทำงานของเตาอบไมโครเวฟและอาจก่อให้เกิดสถานการณ์อันตรายได้

## ข้อมูลจำเพาะ

ระบบกระแสไฟฟ้า		220 โวลต์ 50 เฮิร์ตซ์
การใช้ไฟฟ้าสูงสุด	ไมโครเวฟ	6.4 แอมป์ 1400 วัตต์
	ระบบย่าง	4.5 แอมป์ 1000 วัตต์
	ระบบผสม	6.4 แอมป์ 1400 วัตต์
กำลังไฟฟ้าในการทำอาหาร	ไมโครเวฟ	900 วัตต์ (IEC-60705)
	ระบบย่าง	1000 วัตต์
ขนาดภายนอก		469 (ก) × 380 (ล) × 280 (ส) มม.
ขนาดภายใน		329 (ก) × 326 (ล) × 236 (ส) มม.
ปริมาตรความจุ		24 ลิตร
เส้นผ่านศูนย์กลางของถาดแก้ว		288 มม.
ความถี่คลื่นขณะทำงาน		2450 เมกะเฮิร์ตซ์
น้ำหนักสุทธิ		13 กก.

- น้ำหนักและขนาดที่แสดงเป็นเพียงค่าโดยประมาณ
- รายละเอียดทางด้านเทคนิคอาจเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
- รายละเอียดเกี่ยวกับอัตราการใช้ไฟฟ้า หมายเลขเครื่อง วันเดือนปีและประเทศที่ผลิต ดูได้จากฉลากระบุข้อมูลที่ติดอยู่บนเตาอบไมโครเวฟ

**Panasonic Corporation**  
Website: <https://www.panasonic.com>

© Panasonic Corporation 2022

PN:  
F0622-0  
Printed in China