



Panasonic[®]

Operating Instructions

Microwave Oven

Household Use Only

Model No. **NN-SM33HW**
NN-ST34HM

English



NN-SM33HW



NN-ST34HM







Contents

Important safety instructions.....	2
General guidelines.....	7
Containers to use	9
Parts of your oven	11
NN-SM33HW	
Control panel	12
Microwave cooking and defrosting	13
NN-ST34HM	
Control panel	14
Setting the clock	15
Child safety lock.....	15
Microwave cooking and defrosting	16
Multi-stage cooking.....	17
Quick 30 feature	18
Add time feature	18
Using the timer.....	19
Auto programmes	21
Turbo defrost.....	21
Auto reheat.....	22
Auto menu.....	23
Cooking and reheating guidelines	26
Questions and answers	27
Care of your oven	28
Specifications	29

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

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

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 **WITHOUT FOOD IN THE OVEN**.
Operation in this manner may damage the appliance.
10. If smoke or a fire occurs in the oven, press Stop/Reset 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.
11. 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.

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.

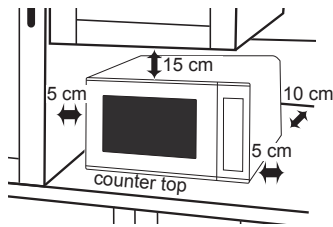


Important safety instructions

- 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 and on 5 cm both sides.
- If one side of the oven is placed flush to a wall, the other side or top must not be blocked.



- Do not place this oven near an electric or gas cooker range.
- The feet should not be removed.
- This oven is only for household usage. Do not use outdoors.
- Avoid using the microwave oven in high humidity.
- 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.
- Do not block the air vents on the left side and back of the oven. 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.

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

Accessories

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

Roller ring

- 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.

Glass tray

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



Important safety instructions

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 26.

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 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.

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.



General guidelines

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. Food temperature should be between 5 and 8 °C before cooking.

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.

Do not use glass which may crack due to the heat from the food. Do not use lead crystal which may crack or arc.



English

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.





Containers to use

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.



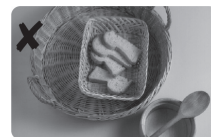
PAPER

Plain white kitchen paper (kitchen towel) can be used for covering blind pastry cases and for covering sausage 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.



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 handle

Pull to open the door. Opening the door during cooking will stop the cooking process without cancelling the programme. It is quite safe to open the door at any time during a cooking programme and there is no risk of microwave exposure. For NN-SM33HW, cooking resumes as soon as the door is closed. For NN-ST34HM, cooking resumes after the door is closed and Start is pressed.

2. Oven window

3. Air vent

4. Microwave feed guide (Do not remove.)

5. External air vents

6. Control panel

7. Power supply cord

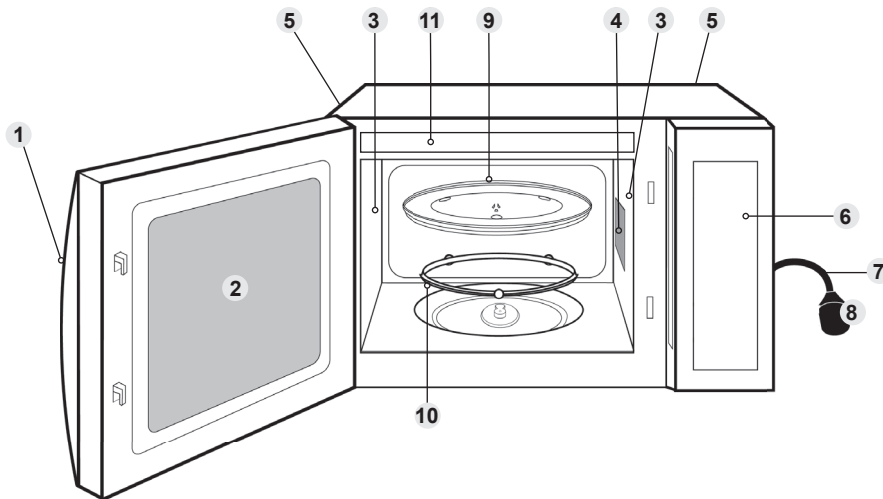
8. Plug

9. Glass tray

10. Roller ring

11. Menu label (NN-ST34HM only)

English



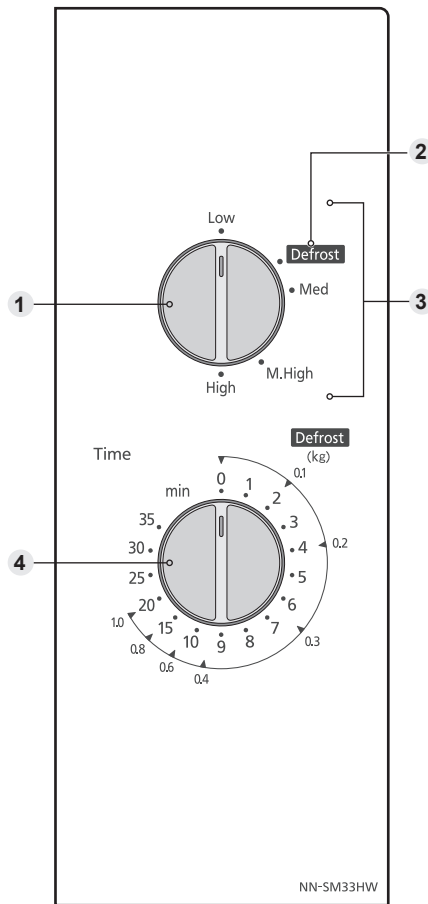
Identification and caution labels are attached on the oven.

■ Note

This illustration is for reference only.



NN-SM33HW Control panel



1 Cooking mode select dial

2 Defrost power

3 Microwave power

4 Time/weight select dial

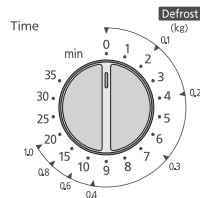
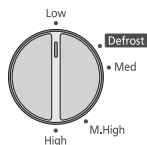
- Your control panel may have differences in appearance, but the words on the pads and functionality will be the same.



NN-SM33HW

Microwave cooking and defrosting

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



English

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.

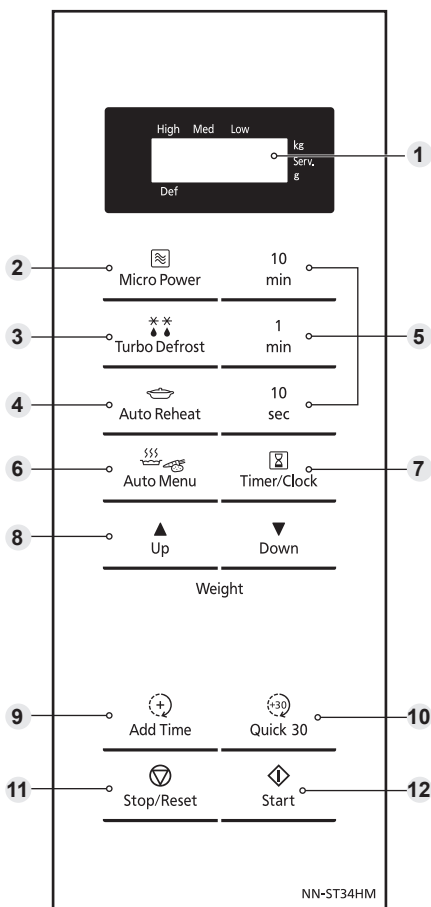
Power Level	Example of Use
High	Boil water. Cook fresh fruit, vegetables, rice, pasta and noodles.
Medium High	Cook poultry, meat, cakes and desserts. Heat milk.
Medium	Cook eggs, cheeses, fish, pot roasts, casseroles and meat loaves. Melt chocolate.
Defrost	Thaw foods.
Low	Keep cooked foods warm, simmer 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 21 for details.



NN-ST34HM Control panel



- 1 Display window
- 2 Micro Power pad
- 3 Turbo Defrost pad
- 4 Auto Reheat pad
- 5 Time pads
- 6 Auto Menu pad
- 7 Timer / Clock pad
- 8 Up / Down pads for weight setting

9 Add Time pad

10 Quick 30 pad

11 Stop / Reset pad Before Cooking

One press clears your instructions.

During Cooking

One press temporarily stops the cooking process. Another press cancels all your instructions and a colon or the time of day will appear in the display.

12 Start pad

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

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

■ Beep sound

When a pad is pressed correctly a beep will be heard. If a pad is pressed and no beep is heard, the unit has not or cannot accept the instruction. The oven will beep twice between programmed stages. At the end of any complete programme, the oven will beep 5 times.

■ Note

If Start is not pressed for 6 minutes after cooking programme setting, the oven will automatically cancel the cooking programme. The display will revert back to clock or colon.

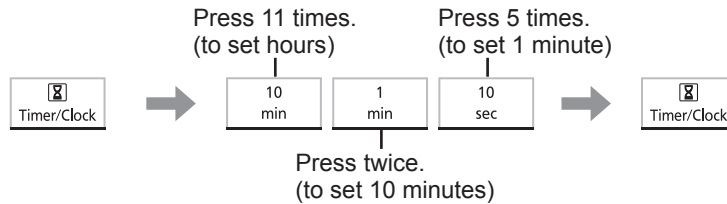


NN-ST34HM

Setting the clock

When the oven is plugged in for the first time, “88.88” appears in display.

Example: To set 11:25am



Press Timer/Clock twice.
A colon starts to blink.

Enter time of day.

Press Timer/Clock.
The colon stops blinking. Time of day is now locked into the display.

■ Notes

1. To reset the clock, repeat step 1 through to step 3, as above.
2. The clock will keep the time of day as long as the oven is plugged in and electricity is supplied.
3. This is a 12 hour clock.

NN-ST34HM

Child safety lock

This feature will make the oven controls inoperable; however, the door can be opened. Child Lock can be set when the display shows a colon or the time.

To Set:



Press Start 3 times in 10 seconds.
The clock will disappear. Actual time will not be lost. “Child” is indicated in the display.

To Cancel:



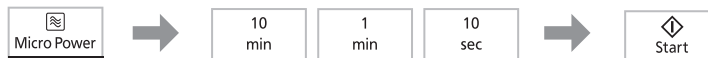
Press Stop/Reset 3 times in 10 seconds.
The clock will reappear in the display.



NN-ST34HM

Microwave cooking and defrosting

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



Press Micro Power
to select the desired
power level.

Set the cooking time.

Your oven can be programmed for up to 99 minutes 50 seconds in Med-high, Medium, Defrost, and Low power. High power can be programmed for up to 30 minutes.

Press Start.

The time counts down in the display.

Press	Power Level	Example of Use
once	High	Boil water. Cook fresh fruit, vegetables, rice, pasta and noodles.
twice	Med-high	Cook poultry, meat, cakes and desserts. Heat milk.
3 times	Medium	Cook eggs, cheeses, fish, pot roasts, casseroles and meat loaves. Melt chocolate.
4 times	Defrost	Thaw foods.
5 times	Low	Keep cooked foods warm, simmer slowly.

■ Notes

1. The oven will automatically work on High microwave power if a cooking time is entered without the power level previously being selected.
2. While cooking, the glass tray may vibrate. This will not affect cooking performance.
3. For MULTI-STAGE COOKING, refer to page 17.
4. STANDING TIME can be programmed after microwave power and time setting. Refer to page 19.
5. DO NOT cook with any metal accessory in the oven.
6. Always check the food during defrosting by opening the door then restarting. It is not necessary to cover food during defrosting. To ensure an even result, stir, turn or separate several times during defrosting. For large joints and poultry, turn halfway through defrosting and protect ends and tips with foil. Refer to Defrosting guidelines on page 21 for details.

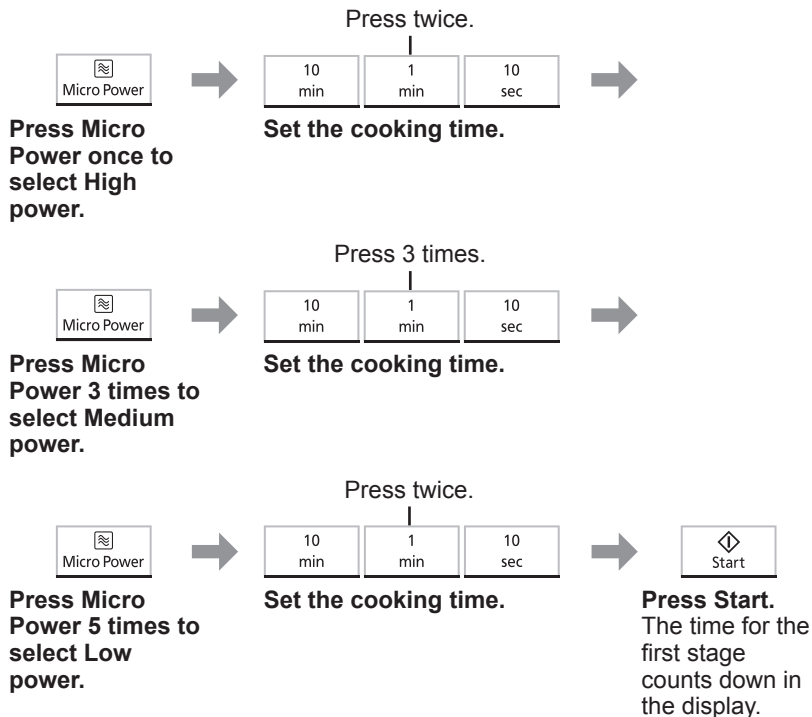


NN-ST34HM

Multi-stage cooking

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

Example: To continually set High power for 2 minutes, Medium power for 3 minutes and Low power for 2 minutes.



■ Notes

1. AUTO PROGRAMMES cannot be used with MULTI-STAGE COOKING.
2. When operating, 2 beeps will sound between each stage, and 5 beeps will sound after all stages have finished.



NN-ST34HM

Quick 30 feature

This feature allows you to set cooking time in 30 seconds increments up to 5 minutes at High power.



Press Quick 30 until the desired cooking time appears in the display.

Press Start.
The time counts down in the display.

■ Notes

1. You can select other power level if you need. Select the desired power level before pressing Quick 30.
2. This function will not operate for 1 minute after manual cooking.

NN-ST34HM

Add time feature

This feature allows you to add cooking time during and at the end of cooking.

Example: To add 5 minutes at the end of cooking.



Press Add Time right after cooking.

Set the cooking time.

Press Start.
The time counts down in the display.

■ Notes

1. During cooking, set the additional cooking time (1 to 10 minutes) in 5 seconds after pressing Add Time. Time will be added without pressing Start.
2. After cooking, ADD TIME can be set up to 30 minutes for High power and 99 minutes 50 seconds for other powers. It will be cancelled, if you don't perform any operation for 1 minute after cooking.
3. ADD TIME feature can be used after MULTI-STAGE COOKING. The power level is the same as the last stage. This function will not operate if the last stage was standing time.
4. ADD TIME feature is not available for AUTO PROGRAMMES.



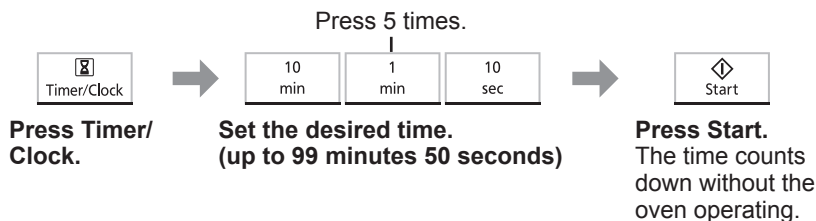
NN-ST34HM

Using the timer

This feature operates as a **KITCHEN TIMER** or allows you to programme the **STANDING TIME/DELAY START**.

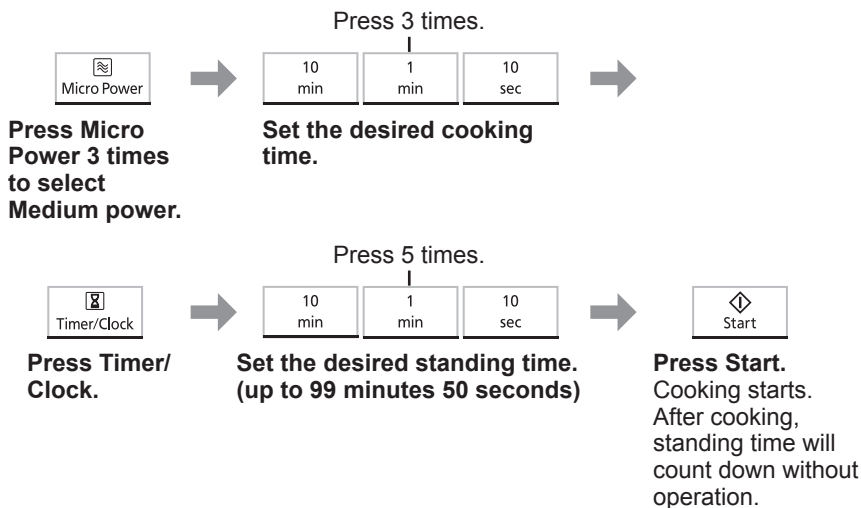
Kitchen timer

Example: To count 5 minutes.



Standing time

Example: To stand for 5 minutes after cooking at Medium power for 3 minutes.



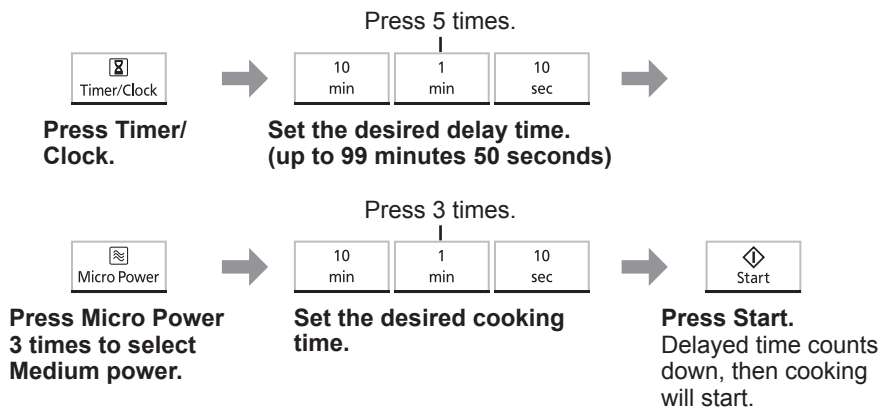


NN-ST34HM

Using the timer

Delay start

Example: To start cooking at Medium power for 3 minutes after 5 minutes of standing time.



■ Notes

1. MULTI-STAGE COOKING can be programmed including STANDING TIME and DELAY START.
2. Even if the oven door is opened during KITCHEN TIMER, STANDING TIME or DELAY START, the time in the display window will continue to count down.
3. STANDING TIME/DELAY START cannot be programmed before/after any AUTO PROGRAMME.



NN-ST34HM

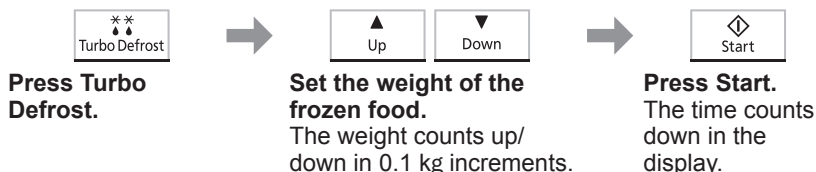
Auto programmes

With this feature you can defrost/reheat/cook food according to the weight. Select the category and set the weight of the food. The weight is programmed in kilograms for TURBO DEFROST and in grams for AUTO REHEAT/MENU. The oven determines MICROWAVE power level and cooking time automatically. For quick selection, the weight starts from the most commonly used weight for each category. Do not include the weight of any added water or the container weight.

■ Notes

1. Always operate the oven with the roller ring and glass tray in place.
2. The AUTO PROGRAMMES must ONLY be used for foods described.
3. Only defrost/cook foods within the weight ranges described.
4. Always weigh the food rather than relying on the package information.
5. Most foods benefit from a STANDING TIME. After cooking with an AUTO PROGRAMME, allow heat to continue conducting to the centre.

Turbo defrost



Food	Maximum Weight
Minced meat, chicken pieces, chops	2.0 kg
Beef roast, lamb, whole chickens	2.0 kg
Whole fish, scallops, prawns, fish fillets	1.0 kg

■ Note

The shape and size of the food determine the maximum weight the oven can accommodate.

Defrosting guidelines

For Best Results:

1. Place foods in a suitable container. Meat joints and chickens should be placed on an upturned saucer or on a plastic rack if you have one.
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 especially when the oven "beeps". Shield 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.



NN-ST34HM

Auto programmes

- Shielding prevents food from cooking. It is essential when defrosting chickens and joints of meat.
The outside thaws out first, so protect wings/breast and fat with smooth pieces of aluminium foil secured with cocktail sticks.
- Allow standing time so that the centre of the food thaws out (minimum of 1 hour for joints of meat and whole chickens).



Arrange food in a single layer.



Turn or break up food as soon as possible.



Shield chickens and joints of meat.

Auto reheat



Press Auto Reheat.



Up



Down

Set the desired food weight.



Start

Press Start.
The time counts down in the display.

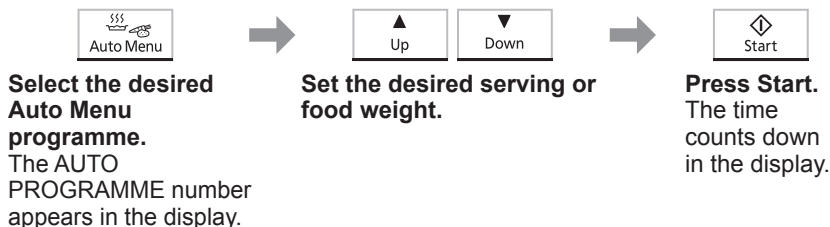
■ Note

As some variations may occur in food, check that food is thoroughly cooked and piping hot before serving.

Programme	Instructions
1. AUTO REHEAT  1 press	Weight: 200/400/600/800 g Precooked foods are reheated automatically by setting the food's weight. The foods should be at refrigerator temperature (5-8 °C). Use suitable size microwave safe casserole, add 1-4 tbsp of water if desired, and cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Reheat once. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps. Note: When reheating items such as soups, stews, and casseroles, it is recommended that they are stirred at half of reheating time and at completion of reheating.



Auto menu



■ Note

As some variations may occur in food, check that food is thoroughly cooked and piping hot before serving.

Programme	Instructions
2. VEGETABLES  1 press	Weight: 120/180/250/370 g For cooking all types of leaf, green and soft varieties, including broccoli, squash, cauliflower, cabbage, asparagus, beans, celery, zucchini, spinach, capsicum or a mixture of these. Cut all vegetables into the same size pieces. Place vegetables in a suitable size microwave safe casserole. Add 2-4 tbsp of water if desired. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu once. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.
3. FROZEN VEGETABLES  2 presses	Weight: 150/300/450/600 g For all types of frozen vegetables, like frozen peas, sweetcorn or mixed vegetables. Place prepared vegetables into a suitable size microwave safe casserole and add 2-6 tbsp of water if desired. Cover with a well fitting lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu twice. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps. At the end of cooking, let it covered and stand for 3 to 5 minutes.
4. POTATOES  3 presses	Weight: 200/400/600 g For cooking potatoes. Pare potatoes well and cut into even size pieces. Place in a suitable size microwave safe casserole. Cover with a well fitting lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 3 times. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.



NN-ST34HM

Auto programmes

Programme	Instructions			
5. FRESH PASTA	Weight: 150/250/375 g	Fresh Pasta	Recommended Boiling Water	Dish Size
		150 g	3 cups	3 litre
		250 g	4 cups	3.5 litre
		375 g	5 cups	4 litre
	For cooking a variety of fresh pastas. Place them into a suitable size microwave safe casserole with boiling water listed above. It may be necessary to adjust the amount of water to your personal preference. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Do not cover with lid. Do not cook in plastic containers unless suitable for high temperature cooking. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 4 times. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps. Allow pasta to stand for a few minutes after cooking if required then drain.			
 4 presses				
6. DRIED PASTA	Weight: 150/250/375 g	Pasta	Recommended Boiling Water	
		150 g	4 cups	
		250 g	5 cups	
		375 g	6 cups	
	For cooking dried pasta. Place the pasta into a suitable size microwave safe casserole with boiling water listed above. Add a little oil before cooking to prevent pasta from sticking together. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 5 times. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.			
 5 presses				
7. CASSEROLE RICE	Weight: 100/200/300 g	Rice	Recommended Water	
		100 g	180 ml	
		200 g	300 ml	
		300 g	450 ml	
	For cooking white rice including short grain, long grain, jasmine rice and basmati rice. Place rice in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed above. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 6 times. Set the weight of the food and press Start. Stand 5 minutes after cooking.			
 6 presses				



Programme	Instructions		
8. FISH	Weight: 100/200/300/400 g	Fish	Recommended sauce and Water
		100 g	1 tbsp sauce and Water
		200 g	2 tbps sauce and Water
		300 g	3 tbps sauce and Water
		400 g	4 tbps sauce and Water
	For cooking whole fish and fish fillets. Thickness of fish should not be more than 3 cm. Select fish suitable for microwave cooking and place in a single layer in a shallow microwave safe dish, with skin-side down. Add butter, spices, herbs, or lemon juice to flavor. Overlap thin edges of fillets to prevent overcooking. If stuffing whole fish with seasoning, cooking time may need to be extended. Add sauce and water recommended above. It may be necessary to adjust the amount of water or sauce to your personal preference. Shield the eye and tail area of whole fish with small amounts of aluminum foil to prevent overcooking. Cover dish securely with plastic wrap. Place the dish on glass tray. Press Auto Menu 7 times. Set the weight of the food and press Start. Allow large amounts of fish to stand for 3 to 5 minutes after cooking.		
 7 presses			
9. CHICKEN	Weight: 200/400/600/800 g	For cooking chicken pieces such as wings, drumsticks, thighs, half breasts etc. Pierce the chicken pieces well with fork before cooking. Place prepared chicken pieces in a suitable size microwave safe dish. Add 1-5 tbsp oil if desired. Cover with well fitting lid. Place the dish on glass tray. Press Auto Menu 8 times. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.	
 8 presses			



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.

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 7–8 fl. oz. of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 30–50 secs. **CHECK CAREFULLY BEFORE FEED.**

For 3 fl. oz. of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 15–20 secs. **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 mins. 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: The metal in some thermometers may cause arcing in your oven and should not be used in a microwave oven.

For NN-ST34HM only

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

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



Care of your oven

1. The oven should be unplugged before cleaning.
2. Clean the inside of the oven, door seals and door seal areas regularly. When food splatters or spilled liquids adhere to the oven walls, door seals and door seal areas wipe off with a damp cloth. Mild detergent may be used if they get very dirty. The use of harsh detergent or abrasive is not recommended. Avoid cleaning the microwave feed guide area situated on the right hand side of the cavity wall.
DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS.
3. Do not use harsh, abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering the glass.
4. The outside oven surface should be cleaned with a damp cloth. To prevent damage to the operating parts inside the oven, water should not be allowed to seep into the ventilation openings.
5. If the Control Panel becomes dirty, clean it with a soft cloth. Do not use harsh detergents or abrasives on the Control Panel. When cleaning the Control Panel leave the oven door open to prevent the oven from accidentally turning on. After cleaning press Stop/Reset to clear display window or 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. After removing the roller ring from the cavity floor for cleaning, be sure to replace it in the proper position.
9. A steam cleaner is not to be used for cleaning.
10. This oven should only be serviced by qualified personnel. For maintenance and repair of the oven contact the nearest authorised dealer.
11. 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.
12. 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	230-240 V ~ 50 Hz
Power Consumption	5.9 A 1270 W	5.5 A 1270 W
Output	800 W (IEC-60705)	
Outside Dimensions	485 (W) × 400 (D) × 287 (H) mm	
Oven Cavity Dimensions	315 (W) × 349 (D) × 227 (H) mm	
Overall Cavity Volume	25 L	
Glass Tray Diameter	288 mm	
Operating Frequency	2450 MHz	
Net Weight	12.7 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.

English





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

Panasonic Corporation
1006 Kadoma Osaka Japan

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

© Panasonic Corporation 2017

PN:
Printed in P.R.C.





المستورد: باناسونيك الشرق الأوسط وأفريقيا للتسويق م.م.ح
جبل علي دبي الإمارات العربية المتحدة

شركة باناسونيك
1006 كادوما أوساكا اليابان

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

PN:
Printed in P.R.C.

© Panasonic Corporation 2017







مشخصات

منبع برق	220 ولت ~ 50 هرتز	240-230 ولت ~ 50 هرتز
مصرف برق	5.9 آمپر 1270 وات	5.5 آمپر 1270 وات
خروجی	800 وات (IEC-60705)	
ابعاد خارجی	485 (عرض) x 400 (قطر) x 287 (طول) میلی متر	
ابعاد محفظه اجاق	315 (عرض) x 349 (قطر) x 227 (طول) میلی متر	
حجم کلی محفظه	25 لیتر	
قطر سینی شیشه‌ای	288 میلی‌متر	
فرکانس عملیات	2450 مگاهرتز	
وزن خالص	12.7 کیلوگرم	

- وزن و ابعاد نشان داده شده تقریبی هستند.
- مشخصات فنی، بدون اطلاع قبلی قابل تغییر هستند.
- برای ولتاژ مورد نیاز، سال و ماه تولید، کشور و شماره سریال؛ لطفاً به برجسب شناسایی بر روی میکرو فر مراجعه نمایید.



مراقبت از فر خود

1. قبل از تمیز کردن فر، آن را از برق جدا کنید.
2. داخل فر، درز ها و اطراف درز در را بطور منظم پاک کنید. هنگامی که غذا پخش می شود یا مایع پاشیده شده به دیواره های فر، درز یا اطراف درز ها می چسبند، با یک پارچه نمناک تمیز کنید. اگر فر خیلی کثیف شده است می توان از تمیز کننده های غیر سوزش آور استفاده کرد. استفاده از مایع شوینده سخت یا ساینده توصیه نمی شود. راهنمای تغذیه مایکرو فر که در سمت راست دیوار محفظه فر است را پاک نکنید. از تمیز کننده های تجاری فر استفاده نکنید.
3. از تمیز کننده های سوزآور، خورنده یا خراشنده های فلزی تیز برای پاک کردن شیشه در فر استفاده نکنید چون باعث خراش سطح آن شده که باعث شکسته شدن شیشه می شود.
4. سطح خارجی فر باید با پارچه نمناک تمیز شود. برای جلوگیری از صدمه به قطعات در حال کار داخل فر، نباید آب به حفره های تهویه نفوذ کند.
5. اگر پائل کنترل کثیف شده باشد آن را با پارچه نرمی تمیز کنید. از مواد شوینده، سوزش آور یا خورنده بر روی پائل کنترل استفاده نکنید. هنگام تمیز کردن پائل کنترل، در فر را باز نگه دارید تا از روشن شدن اتفاقی اجاق جلوگیری کنید. بعد از تمیز کردن، دکمه توقف/تنظیم مجدد را برای پاک کردن پنجره نمایش فشار دهید یا مطمئن شوید که درجه انتخاب زمان/وزن روی موقعیت صفر قرار دارد.
6. در صورت جمع شدن بخار در داخل یا اطراف خارجی در فر، با یک پارچه نرم تمیز کنید. این ممکن است هنگامی اتفاق بیفتد که مایکروفر تحت شرایط رطوبت بالا در حال کار است و به هیچ وجه نشان دهنده سوء عملکرد دستگاه نیست.
7. گاهی لازم است سینی شیشه ای برای تمیز کردن خارج شود. سینی را با آب گرم کف آلود یا در ظرفشویی بشویید.
8. سینی گردان و کف محفظه فر باید بطور مرتب تمیز شوند تا از پارازیت اضافی جلوگیری شود. سطح انتهایی فر را با شوینده ملایم و آب گرم بشوید و سپس با پارچه تمیز خشک کنید. سینی گردان را می توان در آب ولرم کف آلود شست. بخار پخت در حین استفاده مرتب جمع می شود اما به هیچ وجه سطح انتها یا چرخ های سینی گردان را تحت تاثیر قرار نمی دهد. بعد از خارج کردن سینی گردان از کف محفظه برای پاک کردن، حتما مطمئن شوید که درست سر جای خود قرار گیرد.



پرسش و پاسخ

س: آیا می‌توانم از گرماسنج معمولی فر در فر استفاده کنم؟
ج: فلز موجود در بعضی از گرماسنج‌ها باعث جرقه زدن در فر شما شده و نباید در فر مایکرو فر استفاده شود.

فقط برای NN-ST34HM

س: فر برنامه من را قبول نمی‌کند. چرا؟
ج: فر طوری طراحی شده تا برنامه نادرست را قبول نکند. مثلاً فر مرحله 4 پخت را قبول نمی‌کند.

س: چرا فر من نمی‌چرخد؟
ج: وقتی فر نمی‌چرخد موارد زیر را بررسی کنید:
1. آیا برق فر درست وصل شده است؟
دوشاخه را از پریز جدا کنید، 10 ثانیه صبر کنید و دوباره سر جای خود قرار دهید.
2. مدار اتصال و فیوز را بررسی کنید.
اگر بر روی مدار اتصال یا فیوز پا گذاشته شده یا پریده است، مدارشکن را تنظیم مجدد کنید یا فیوز را تعویض کنید.
3. اگر مدار اتصال یا فیوز سالم است، دستگاه دیگری را به پریز وصل کنید. اگر وسیله دیگر کار کرد احتمالاً فر دچار مشکل شده است. اگر دستگاه دیگر کار نکرد احتمالاً پریز دچار مشکل شده است.
اگر به نظر رسید که فر دچار مشکل شده با مراکز خدمات مجاز تماس بگیرید.

س: فر با تلویزیون تداخل امواج پیدا می‌کند. آیا عادی است؟

ج: هنگامی که شما با فر آشپزی می‌کنید ممکن است تداخل رادیویی و تلویزیونی ایجاد شود. این تداخل مانند تداخل ایجاد شده توسط دستگاه‌های کوچک نظیر مخلوط‌کن‌ها، جارو برقی، سشوارها، و غیره می‌باشد. این نشانه مشکل فر شما نیست.

س: هوای گرم از دریچه‌ها فر خارج می‌شود. چرا؟
ج: حرارت خارج شده از غذای در حین پخت، هوای داخل محفظه فر را گرم می‌کند. این هوای گرم با چرخش هوا داخل فر از آن خارج می‌شود. امواج مایکرو فر در هوا وجود ندارد. هرگز نباید دریچه‌های فر در حین پختن مسدود شوند.



راهنمایی‌های پخت و گرمایش مجدد

اغلب غذاها با نیروی بالا به سرعت در فر می‌پزند. تنها ظرف چند دقیقه می‌توان غذاها را به دمای مناسب جهت سرو رساند.

همیشه بررسی کنید که غذا تنوری شده باشد و در صورت لزوم به فر بازگردانید.

به عنوان قاعده کلی، همیشه غذاهای آب دار مانند سوپ، کاسرول و غذاهای بشقابی را بپوشانید.

غذاهای خشک مانند رول نان، کلوچه کوچک، رول سوسیس و غیره را نپوشانید.

بخاطر داشته باشد که هنگام پختن یا گرم کردن مجدد هر غذای باید در صورت امکان هم زده شود و پشت و رو شود. این کار تضمین می‌کند که بیرون و داخل و مرکز غذا پک‌نواخت پخته و مجدد گرم شود.

غذاهای بشقابی

ذائقه هر شخص متفاوت است و بسته به محتوای غذا زمان گرم کردن مجدد متفاوت است.

موارد سفت مانند سیب زمینی له شده باید بخوبی پراکنده شود. اگر آب گوشت زیادی اضافه شده باشد ممکن است زمان زیادی نیاز باشد.

اقدام سفت‌تر را بیرون بشقاب قرار دهید.

معمولا 2-4 دقیقه با نیروی بالا برای بیشتر مواقع مناسب است. غذاها را روی هم انبار نکنید.

غذاهای کنسروی

قبل از گرم کردن غذا را از ظرف خارج کنید و در ظرف مناسب قرار دهید.

سوپ‌ها

از کاسه استفاده کنید و قبل از گرم کردن و حداقل یکبار حین گرم کردن و یکبار در انتهای آن هم بزنید.

کاسرول

در نیمه زمان گرم کردن و در انتها هم بزنید.

کلوچه کوچک - احتیاط

بخاطر داشته باشد حتی اگر روی شیرینی برای لمس خنک باشد مغز آن ممکن است بسیار داغ باشد و شیرینی را گرم کند. مراقب باشید که حرارت زیادی ندهید و گرنه بخاطر چربی و شکر بالای مغز شیرینی ممکن است داخل آن بسوزد. برای اینکه دهانتان نسوزد قبل از میل کردن، دمای مغز شیرینی را بررسی کنید.

پودینگ و مایعات - احتیاط

پودینگ و سایر غذاهایی که چربی یا شکر زیادی دارند مانند مربا و کیک گوشت نباید بیش از حد حرارت ببینند. این غذاها را نباید بدون مراقبت رها کرد چون پوشش روی آنها ممکن است آتش بگیرد. هنگام گرم کردن مجدد آنها بسیار مراقب باشید.

بدون مراقبت رها نکنید.

بطری شیر بچه - احتیاط

شیر یا شیرخشک باید قبل از گرم کردن بطور کامل تکان داده شود و قبل از خوراندن به کودک باید به دقت آزمایش شود.

برای 7-8 اونس شیر در دمای یخچال، درپوش و پستانک را خارج کنید. با نیروی بالا به مدت 30-50 ثانیه گرم کنید. قبل از استفاده به‌دقت بررسی کنید.

برای 3 اونس شیر در دمای یخچال، درپوش و پستانک را خارج کنید. با نیروی بالا به مدت 15-20 ثانیه گرم کنید. قبل از استفاده به‌دقت بررسی کنید.

نکته: مایع بالای بطری گرم‌تر از انتهای آن خواهد بود.

بطری باید قبل از مصرف خوب تکان داده شده و آزمایش شود.

توصیه نمی‌شود که از مایکروفر برای استریل کردن بطری شیر بچه استفاده کنید.

اگر استریل‌کننده مایکروفر مخصوص دارید اصرار داریم که بخاطر مقدار اندک آب احتیاط شدید کنید. در ضمن حیاتی است که از دستورالعمل سازنده پیروی کنید.



دستورالعمل ها		برنامه
وزن: 400/300/200/100 گرم		8. ماهی 7 بار فشار دهید Auto Menu
ماهی	سس و آب پیشنهادی	
100 گرم	1 قاشق سوپخوری سس و آب	
200 گرم	2 قاشق سوپخوری سس و آب	
300 گرم	3 قاشق سوپخوری سس و آب	
400 گرم	4 قاشق سوپخوری سس و آب	
وزن: 800/600/400/200 گرم		9. مرغ 8 بار فشار دهید Auto Menu
برای پخت ماهی کامل و فیله ماهی. ضخامت ماهی نباید بیشتر از 3 سانتیمتر باشد. ماهی را انتخاب کنید که مناسب پخت در مایکرو فر باشد و ماهی را در یک لایه در ظرف مناسب مایکرو فر باریک طوری قرار دهید که پوست آن به طرف پایین باشد. کره، ادویه، سبزی معطر یا آب لیمو هم برای طعم دادن اضافه کنید. لبه ها را بپوشانید تا از پخت زیادی جلوگیری شود. اگر ماهی تو پر می پزید، ممکن است زمان پخت بیشتری نیاز باشد. سس و آب به میزان پیشنهادی اضافه کنید. ممکن است لازم باشد اندازه آب یا سس را بسته به سلیقه شخصی تنظیم کنید. چشم و دم ماهی کامل را با مقدار اندکی فویل آلومینیومی بپوشانید تا بیش از حد نپزد. با روکش پلاستیکی روی ظرف را بپوشانید. ظرف را روی سینی شیشه ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 7 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. اگر ماهی بزرگ است 3 تا 5 دقیقه بعد از پخت صبر کنید.		
برای پخت قطعات مرغ مانند بال، ران مرغ، ران، سینه و غیره. قبل از پخت با چنگال قطعات مرغ را سوراخ کنید. قطعات از قبل آماده شده مرغ را در ظرف مناسب مایکرو فر با اندازه مناسب قرار دهید. در صورت تمایل 1-5 قاشق سوپخوری روغن اضافه کنید. دری که کاملاً بسته می شود را روی آن بگذارید. ظرف را روی سینی شیشه ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 8 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید.		

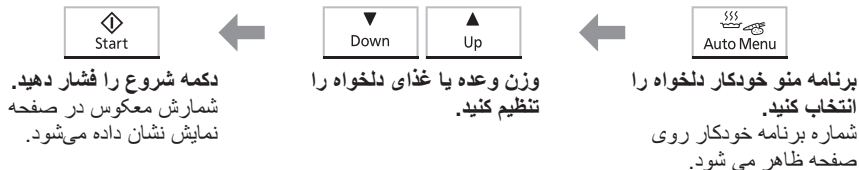


برنامه های خودکار NN-ST34HM

دستورالعمل ها			برنامه												
<table><tr><th>پاستای تازه</th><th>آب جوش پیشنهادی</th><th>اندازه ظرف</th></tr><tr><td>150 گرم</td><td>3 فنجان</td><td>3 لیتر</td></tr><tr><td>250 گرم</td><td>4 فنجان</td><td>3.5 لیتر</td></tr><tr><td>375 گرم</td><td>5 فنجان</td><td>4 لیتر</td></tr></table>			پاستای تازه	آب جوش پیشنهادی	اندازه ظرف	150 گرم	3 فنجان	3 لیتر	250 گرم	4 فنجان	3.5 لیتر	375 گرم	5 فنجان	4 لیتر	وزن: 375/250/150 گرم
پاستای تازه	آب جوش پیشنهادی	اندازه ظرف													
150 گرم	3 فنجان	3 لیتر													
250 گرم	4 فنجان	3.5 لیتر													
375 گرم	5 فنجان	4 لیتر													
برای پخت انواع پاستای تازه. داخل کاسرول مناسب مایکرو فر با اندازه مناسب قرار دهید و روی آن را با آب جوش بپوشانید. اندازه آب را بسته به سلیقه شخصی می‌توانید تنظیم کنید. حداقل 1/2 حجم ظرف را برای بخار کنار بگذارید تا از جوشیدن اضافه خودداری شود. در ظرف را نگذارید. در ظروف پلاستیکی نپزید مگر اینکه برای پخت دمای بالا مناسب باشند. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 4 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید. در صورت لزوم بعد از پخت چند دقیقه پاستا را رها کنید و سپس آب کشی کنید.			5. پاستای تازه												
<table><tr><th>پاستا</th><th>آب جوش پیشنهادی</th></tr><tr><td>150 گرم</td><td>4 فنجان</td></tr><tr><td>250 گرم</td><td>5 فنجان</td></tr><tr><td>375 گرم</td><td>6 فنجان</td></tr></table>			پاستا	آب جوش پیشنهادی	150 گرم	4 فنجان	250 گرم	5 فنجان	375 گرم	6 فنجان	وزن: 375/250/150 گرم				
پاستا	آب جوش پیشنهادی														
150 گرم	4 فنجان														
250 گرم	5 فنجان														
375 گرم	6 فنجان														
برای پخت پاستای خشک. پاستا را داخل کاسرول مناسب مایکرو فر با اندازه مناسب قرار دهید و روی آن را با آب جوش بپوشانید. قبل از شروع پخت مقدار کمی روغن اضافه کنید تا پاستا بهم نچسبد. در آن را بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 5 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید.			6. پاستای خشک												
<table><tr><th>برنج</th><th>آب پیشنهادی</th></tr><tr><td>100 گرم</td><td>180 میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>200 گرم</td><td>300 میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>300 گرم</td><td>450 میلی‌لیتر</td></tr></table>			برنج	آب پیشنهادی	100 گرم	180 میلی‌لیتر	200 گرم	300 میلی‌لیتر	300 گرم	450 میلی‌لیتر	وزن: 300/200/100 گرم				
برنج	آب پیشنهادی														
100 گرم	180 میلی‌لیتر														
200 گرم	300 میلی‌لیتر														
300 گرم	450 میلی‌لیتر														
برای پخت برنج سفید شامل برنج کوتاه، دانه بلند، برنج یاسمین و باسماتی. برنج را در کاسرول مناسب مایکرو فر با اندازه مناسب قرار دهید. با آب به میزان پیشنهادی روی آن را بپوشانید. حداقل 1/2 حجم ظرف را برای بخار کنار بگذارید تا از جوشیدن اضافه خودداری شود. در آن را بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 6 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. 5 دقیقه بعد از پخت صبر کنید.			7. برنج کاسرول												
<table><tr><th>برنج کاسرول</th><th>آب پیشنهادی</th></tr><tr><td>100 گرم</td><td>180 میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>200 گرم</td><td>300 میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>300 گرم</td><td>450 میلی‌لیتر</td></tr></table>			برنج کاسرول	آب پیشنهادی	100 گرم	180 میلی‌لیتر	200 گرم	300 میلی‌لیتر	300 گرم	450 میلی‌لیتر	وزن: 300/200/100 گرم				
برنج کاسرول	آب پیشنهادی														
100 گرم	180 میلی‌لیتر														
200 گرم	300 میلی‌لیتر														
300 گرم	450 میلی‌لیتر														



منو خودکار



توجه

چون هر غذایی ممکن است تفاوت‌هایی داشته باشد قبل از صرف غذا بررسی کنید که خوب پخته شده باشد و تنوری شده باشد.

برنامه	دستورالعمل ها
2. سبزیجات  1 بار فشار دهید	وزن: 370/250/180/120 گرم برای پخت انواع برگ شامل انواع سبزی و نرم شامل بروکلی، کدو، گل کلم، کلم، مارچوبه، لوبیا، کرفس، کدو سبزی، اسفناج، فلفل دلمه یا مخلوطی از آنها. همه سبزی‌ها را به قطعات مساوی ببرید. سبزی‌ها را در کاسرول مناسب مایکروفر با اندازه مناسب قرار دهید. در صورت تمایل 2-4 قاشق سوپ‌خوری آب اضافه کنید. در آن را بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را یکبار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید.
3. سبزیجات پخ زده  2 بار فشار دهید	وزن: 600/450/300/150 گرم برای انواع سبزیجات پخ زده مانند نخود فرنگی منجمد، ذرت یا سبزیجات مخلوط. سبزی‌های از قبل آماده شده را در کاسرول مناسب مایکروفر با اندازه مناسب بگذارید و در صورت تمایل 2-6 قاشق سوپ‌خوری آب اضافه کنید. دری که کاملاً بسته می‌شود را روی آن بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را دوبار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید. در انتهای پخت، روی آن را بپوشانید و 3 تا 5 دقیقه منتظر بمانید.
4. سیب زمینی  3 بار فشار دهید	وزن: 600/400/200 گرم برای پختن سیب زمینی. پوست سیب زمینی ها را بکنید و به قطعات مساوی ببرید. در کاسرول مناسب مایکروفر با اندازه مناسب قرار دهید. دری که کاملاً بسته می‌شود را روی آن بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه منو خودکار را 3 بار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید.



NN-ST34HM

برنامه های خودکار

6. پوشاندن مانع پختن غذا می‌شود. هنگام آب کردن یخ مرغ و گوشت راسته این کار ضروری است. بیرون غذا زود می‌جوشد بنابراین برای محافظت بال/سینه و چربی از قطعات نرم فویل آلومینیومی که انتهای آن با چوب کوکتل بسته شده است استفاده کنید.
7. برای پخت مرکز غذا زمان انتظار در نظر بگیرید (حداقل 1 ساعت برای گوشت راسته و مرغ کامل).



مرغ و گوشت راسته را بپوشانید.



در اولین فرصت غذا را تکه تکه کنید.



غذا را در یک لایه تنها بچینید.

گرمایش مجدد خودکار



Start

دکمه شروع را فشار دهید.
شمارش معکوس در صفحه
نمایش نشان داده می‌شود.



Down



Up

وزن غذای دلخواه را تنظیم کنید.



Auto Reheat

دکمه گرمایش مجدد خودکار
را فشار دهید.

توجه

چون هر غذایی ممکن است تفاوت‌هایی داشته باشد قبل از صرف غذا بررسی کنید که خوب پخته شده باشد و تنوری شده باشد.

دستورالعمل ها	برنامه
وزن: 800/600/400/200 گرم با تنظیم وزن غذا، غذاهای از پیش پخته را می‌توان بطور خودکار دوباره گرم کرد. غذا باید در دمای بخپال (5-8 درجه) باشد. از کاسرول مناسب مایکرو فر با اندازه مناسب استفاده کنید، در صورت تمایل 1-4 قاشق سوپ‌خوری آب اضافه کنید و در آن را بگذارید. کاسرول را روی سینی شیشه‌ای بگذارید. دکمه گرمایش مجدد خودکار را یکبار فشار دهید. وزن غذا را تنظیم کنید و دکمه شروع را فشار دهید. وقتی بوق زده شده غذا را هم بزنید. نکته: هنگام گرم کردن غذاهایی مانند سوپ، آش و کاسرول، توصیه می‌شود در نیمه زمان گرم کردن مجدد و در انتها، غذا را دوباره هم زد.	1. گرمایش مجدد خودکار 1 بار فشار دهید Auto Reheat



NN-ST34HM

برنامه های خودکار

با این ویژگی، می‌توان بسته به وزن غذا یخ آن را آب کرد/دوباره گرم کرد/پخت. طبقه بندی را انتخاب کنید و وزن غذا را تنظیم کنید. برای آب کردن یخ توربو وزن بصورت کیلوگرم و برای گرمایش مجدد خودکار/منو بصورت گرم برنامه ریزی شده است. فر سطح نیرو مایکرو فر و زمان پخت را به طور خودکار تعیین می‌کند. برای انتخاب سریع، وزن از میزان معمول برای هر طبقه‌بندی شروع می‌شود. وزن آب اضافه شده یا وزن ظرف را در نظر نگیرید.

نکات

1. همیشه وقتی سینی گردان و سینی شیشه‌ای در جای درست خود قرار دارند از فر استفاده کنید.
2. برنامه‌های خودکار فقط باید برای غذاهای شرح داده شده استفاده شود.
3. غذاها را فقط در محدوده وزن شرح داده شده یخ‌زدایی کنید/بیزید.
4. همیشه غذا را وزن کنید و به اطلاعات بسته بندی تکیه نکنید.
5. اغلب غذاها، زمان انتظار دارند. بعد از پخت با برنامه خودکار، اجازه بدهید تا حرارت به سمت مرکز برود.

یخ زدایی توربو



غذا	حداکثر وزن
گوشت قیمه شده، قطعات مرغ، تکه گوشت	2.0 کیلوگرم
گوشت گاو کباب شده، گوشت بره و مرغ کامل	2.0 کیلوگرم
ماهی کامل، حلزون دریایی، میگو و فیله ماهی	1.0 کیلوگرم

توجه

اندازه و شکل ظاهری غذا تعیین کننده حداکثر وزنی است که می‌تواند در فر جا شود.

راهنمای یخ زدایی

برای دستیابی به نتایج بهتر:

1. غذا را در ظرف مناسب قرار دهید. گوشت راسته و مرغ باید در بشقاب رو به بالا یا روی طبقه پلاستیکی قرار داده شود.
2. هنگام آب کردن یخ، غذا را بررسی کنید چون سرعت آب شدن یخ غذاها با هم متفاوت است.
3. به پوشاندن کل غذا نیازی نیست (به نکته 6 مراجعه کنید).
4. همیشه غذا را پشت و رو کنید یا هم بزنید مخصوصاً وقتی فر "بوق می‌زند". در صورت لزوم ببوشانید (به نکته 6 مراجعه کنید).
5. گوشت قیمه، تکه گوشت یا سایر اقلام کوچک باید در اولین فرصت شکسته شده و جدا شوند و در یک لایه مجزا قرار داده شوند.



NN-ST34HM استفاده از تایمر

شروع با تاخیر

مثال: برای شروع پخت با نیروی متوسط به مدت 3 دقیقه بعد از 5 دقیقه زمان انتظار.



نکات

1. پخت چند مرحله‌ای را می‌توان همراه با زمان انتظار و شروع با تاخیر برنامه ریزی کرد.
2. اگر در فر در حین تایمر آشپزخانه زمان انتظار یا شروع با تاخیر باز شود، پنجره نمایش شروع به شمارش معکوس می‌کند.
3. زمان انتظار/شروع با تاخیر را نمی‌توان قبل/بعد از برنامه خودکار برنامه ریزی کرد.

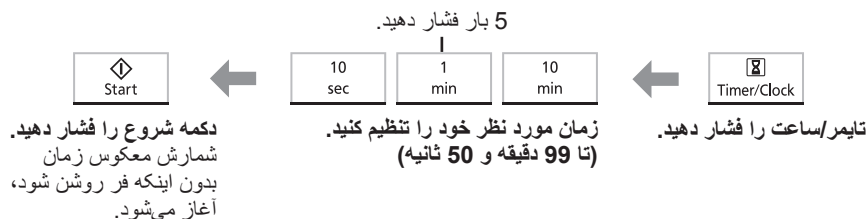


NN-ST34HM استفاده از تایمر

این ویژگی بصورت تایمر آشپزخانه عمل می‌کند یا به شما اجازه برنامه ریزی زمان انتظار/شروع با تاخیر را می‌دهد.

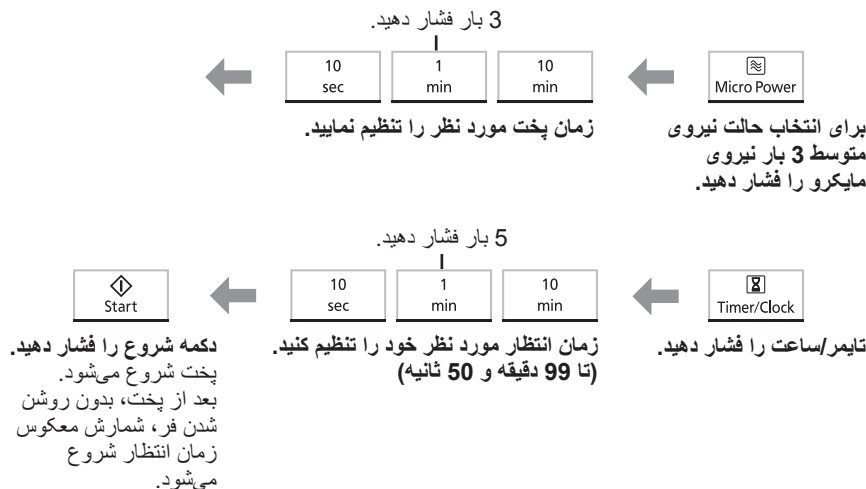
تایمر آشپزخانه

مثال: برای شمارش 5 دقیقه.



زمان انتظار

مثال: برای 5 دقیقه منتظر ماندن بعد از پخت با نیروی متوسط به مدت 3 دقیقه.





NN-ST34HM

ویژگی 30 ثانیه فوری

این گزینه امکان می‌دهد زمان پخت را بطور افزایشی از 30 ثانیه تا 5 دقیقه در حالت نیروی بالا تنظیم کنید.



دکمه شروع را فشار دهید.
شمارش معکوس در صفحه
نمایش نشان داده می‌شود.

30 ثانیه فوری را مرتب فشار
دهید تا زمان پخت مورد نظر بر
روی صفحه نمایش ظاهر شود.

نکات

1. در صورت تمایل می‌توانید از همه سطوح نیرو استفاده کنید. قبل از فشار 30 ثانیه فوری سطح نیروی مطلوب را انتخاب کنید.
2. این عملکرد تا 1 دقیقه بعد از پخت دستی کار نمی‌کند.

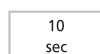
NN-ST34HM

ویژگی افزودن زمان

این ویژگی امکان اضافه کردن زمان پخت در حین و در انتهای پخت را می‌دهد.

مثال: برای اضافه کردن 5 دقیقه به انتهای پخت.

5 بار فشار دهید.



دکمه شروع را فشار دهید.
شمارش معکوس در صفحه
نمایش نشان داده می‌شود.

زمان پخت را تنظیم نمایید.

افزودن زمان را بعد از
پخت فشار دهید.

نکات

1. در حین پخت، زمان پخت اضافی (1 تا 10 دقیقه) را بصورت 5 ثانیه یکبار با فشار دادن دکمه افزودن زمان، اضافه کنید. زمان بدون فشار دادن دکمه شروع اضافه خواهد شد.
2. بعد از پخت، افزودن زمان را می‌توان برای نیروی بالا تا 30 دقیقه و برای سایر نیروها تا 99 دقیقه و 50 ثانیه اضافه کرد. اگر 1 دقیقه بعد از پخت، هیچ کاری نکنید لغو خواهد شد.
3. ویژگی افزودن زمان را می‌توان بعد از پخت چند مرحله‌ای استفاده کرد. سطح نیرو همان سطح آخرین مرحله پخت خواهد بود. اگر آخرین مرحله، زمان انتظار باشد، این عملکرد کار نخواهد کرد.
4. افزودن زمان در برنامه‌های خودکار قابل استفاده نیست.



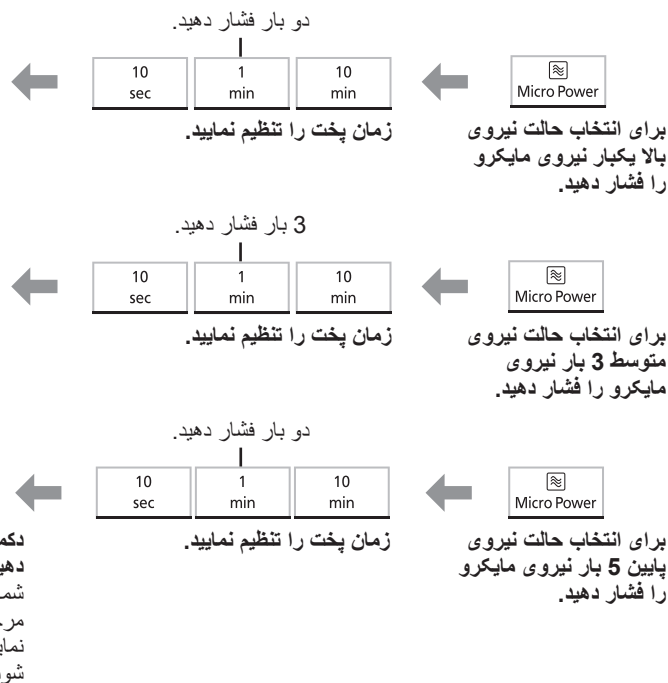


NN-ST34HM

پخت چند مرحله‌ای

این ویژگی به شما اجازه می‌دهد تا 3 مرحله از پخت متوالی را برنامه ریزی کنید.

مثال: حالت پیوسته را برای حالت نیروی بالا برای 2 دقیقه، نیروی متوسط 3 دقیقه و نیروی پایین را برای 2 دقیقه تنظیم کنید.



نکات

1. برنامه‌های خودکار را نمی‌توان همراه با پخت چند مرحله‌ای استفاده کرد.
2. هنگام کار، بین هر مرحله 2 بوق زده می‌شود و بعد از پایان همه مراحل 5 بوق زده می‌شود.



NN-ST34HM

پخت و پز با مایکروفر و یخ زدایی

هنگام استفاده از فر سینی شیشه‌ای باید همیشه سرجای خود باشد.



دکمه شروع را فشار دهید.
شمارش معکوس در صفحه
نمایش نشان داده می‌شود.

زمان پخت را تنظیم نمایید.
در حالت متوسط-بالا، متوسط، آب کردن
یخ و نیروی کم، فر شما می‌تواند تا
99 دقیقه و 50 ثانیه برنامه ریزی شود.
حالت نیروی بالا را می‌توان تا 30 دقیقه
برنامه ریزی کرد.

برای انتخاب سطح نیروی
مطلوب نیروی مایکرو را
فشار دهید.

فشار دهید	سطح نیرو	نمونه کاربرد
یکبار	بالا	جوشاندن آب. میوه تازه، سبزی‌ها، برنج، پاستا و نودل را بپزید.
دوبار	متوسط-بالا	گوشت مرغ، گوشت، کیک و دسر بپزید. شیر را گرم کنید.
3 بار	متوسط	تخم مرغ، پنیر، ماهی، گوشت آب پز شده، کاسرول و تکه های گوشت را بپزید. شکلات را آب کنید.
4 بار	یخ زدایی	یخ غذاها را آب کنید.
5 بار	پایین	غذاهای پخته را گرم دارید و آرام بجوشانید.

نکات

1. اگر بدون انتخاب قبلی سطح نیرو، زمان پخت وارد شود، فر بطور خودکار با نیروی مایکرو فر بالا کار می‌کند.
 2. در هنگام پخت، سینی شیشه‌ای ممکن است بلرزد. این کار تاثیری بر عملکرد پخت ندارد.
 3. برای پخت چند مرحله‌ای به صفحه 17 مراجعه کنید.
 4. بعد از تنظیم نیروی مایکرو فر و زمان می‌توان زمان انتظار را تنظیم کرد. به صفحه 19 مراجعه کنید.
 5. وقتی لوازم جانبی فلزی در اجاق است هرگز چیزی را نپزید.
 6. همیشه در حین آب کردن یخ با باز کردن و شروع مجدد، غذا را بررسی کنید. هنگام آب کردن یخ به پوشاندن غذا نیازی نیست. برای تضمین نتیجه یکنواخت، در حین آب کردن یخ چند بار غذا را پشت و رو کرده یا از هم جدا کنید. برای گوشت راسته و گوشت مرغ حجیم، در نیمه آب کردن یخ آن را پشت و رو کنید و انتها و نوک آن را با فویل محافظت کنید.
- برای اطلاع از جزئیات به راهنمای یخ زدایی صفحه 21 مراجعه کنید.

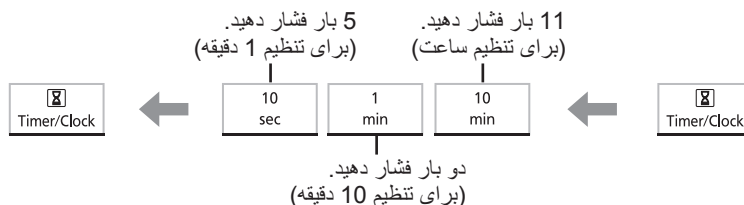


NN-ST34HM

تنظیم ساعت

وقتی اولین بار فر به برق وصل می‌شود "88.88" در صفحه نمایش ظاهر می‌شود.

مثال: برای تنظیم 11:25 صبح



دکمه تایمر/ساعت را فشار دهید.
دو نقطه دیگر چشمک نمی‌زنند.
حالا زمان روز در صفحه نمایش قفل شده است.

ساعت روز را وارد کنید.

دکمه تایمر/ساعت را دوبار فشار دهید.
دو نقطه شروع به چشمک زدن می‌کند.

نکات

1. برای تنظیم مجدد زمان مرحله 1 تا 3 را مانند بالا تکرار کنید.
2. تا زمانی که فر به برق متصل باشد و برق قطع نشود، فر ساعت روز را حفظ می‌کند.
3. ساعت فر 12 ساعته است.

NN-ST34HM

قفل ایمنی کودک

این ویژگی باعث می‌شود کنترل‌های فر کار نکنند، البته در فر می‌تواند باز شود. قفل کودک را وقتی صفحه نمایش دو نقطه یا زمان را نشان می‌دهد می‌توان تنظیم کرد.

برای لغو:

برای تنظیم:



طی 10 ثانیه 3 بار دکمه توقف/تنظیم مجدد را فشار دهید.
ساعت روز در صفحه نمایش ظاهر می‌شود.

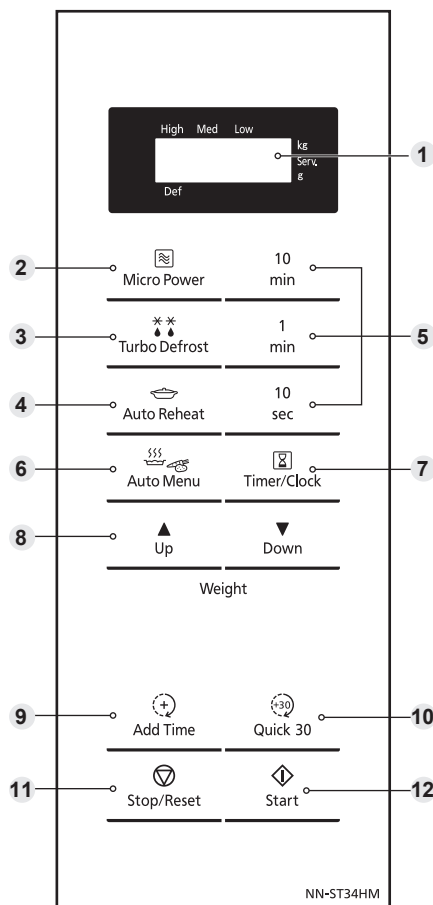
طی 10 ثانیه 3 بار دکمه شروع را فشار دهید.
ساعت روز ناپدید می‌شود. زمان واقعی البته از دست نمی‌رود. در صفحه نمایش عبارت "Child (کودک)" ظاهر می‌شود.



NN-ST34HM

پانل کنترل

- 1 پنجره نمایش
 - 2 دکمه نیروی مایکرو (Micro Power)
 - 3 دکمه آب کردن یخ توربو (Turbo Defrost)
 - 4 دکمه گرمایش مجدد خودکار (Auto Reheat)
 - 5 دکمه‌های زمان (Time)
 - 6 دکمه منو خودکار (Auto Menu)
 - 7 دکمه تایمر / ساعت (Timer / Clock)
 - 8 دکمه‌های بالا / پایین (Up / Down) برای تنظیم وزن
 - 9 دکمه افزودن زمان (Add Time)
 - 10 دکمه 30 ثانیه فوری (Quick 30)
 - 11 دکمه توقف / تنظیم مجدد (Stop / Reset)
- پیش از پخت
یک بار فشار دستورات شما را پاک می‌کند.
در حین پخت
یک بار فشار فرایند پخت را موقتاً متوقف می‌کند. فشار دیگر تمام دستورات شما را لغو کرده و ساعت روز در پنجره نمایش ظاهر می‌شود.
- 12 دکمه شروع (Start)
یکبار فشار امکان شروع کار فر را فراهم می‌کند. در صورت باز شدن در یا یک بار فشردن دکمه توقف/تنظیم مجدد در حین کار فر، دکمه شروع باید دوباره فشار داده شود تا فر مجدداً شروع بکار کند.



• ظاهر پانل کنترل ممکن است متفاوت باشد اما کلمات روی دکمه‌ها و کارکرد یکسان است.

صدای بوق

وقتی دکمه درست فشار داده شود صدای بوق شنیده می‌شود. اگر دکمه فشار داده شد ولی صدای بوق شنیده نشد، دستگاه دستورالعمل را قبول نکرده است. فر حین تعویض مرحله برنامه ریزی شده دوبار بوق می‌زند. بعد از تکمیل برنامه، فر 5 بار بوق می‌زند.

توجه

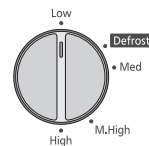
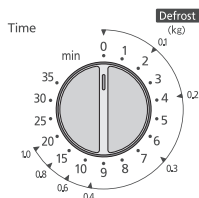
اگر ظرف 6 دقیقه بعد از تنظیم برنامه پخت دکمه شروع فشار داده نشود، فر به طور خودکار برنامه پخت را لغو می‌کند. پنجره نمایش به نمایش ساعت روز باز می‌گردد.



NN-SM33HW

پخت و پز با مایکروفر و یخ زدایی

هنگام استفاده از فر سینی شیشه‌ای باید همیشه سرجای خود باشد.



برای تنظیم زمان پخت و پز در مایکرو فر یا برای تنظیم وزن غذا هنگام یخ زدایی، درجه انتخاب را بچرخانید. در زمان پخت کوتاه، درجه انتخاب را روی 5 دقیقه بچرخانید و سپس زمان مورد نیاز را تنظیم کنید. برای وزن کمتر از 0.2 کیلوگرم، درجه انتخاب را روی 0.2 کیلوگرم بچرخانید و سپس وزن مورد نیاز را تنظیم کنید.

برای انتخاب سطح نیروی مطلوب درجه انتخاب را بچرخانید.

نمونه کاربرد	سطح نیرو
جوشاندن آب، میوه تازه، سبزی‌ها، برنج، پاستا و نودل را بپزید.	بالا
گوشت مرغ، گوشت، کیک و دسر بپزید. شیر را گرم کنید.	متوسط بالا
تخم مرغ، پنیر، ماهی، گوشت آب پز شده، کاسرول و تکه های گوشت را بپزید. شکلات را آب کنید.	متوسط
یخ غذاها را آب کنید.	یخ زدایی
غذاهای پخته را گرم نگه دارید و آرام بجوشانید.	پایین

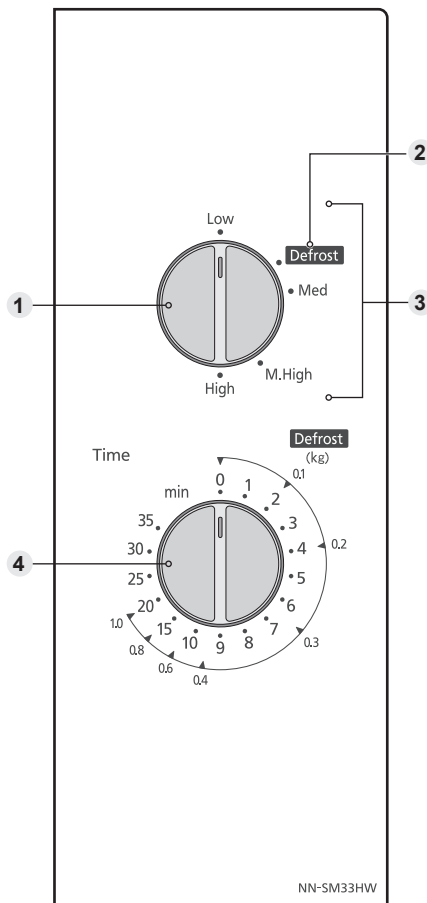
نکات

1. اگر در قیلا بسته باشد، فر بلافاصله شروع به پخت/یخ زدایی می‌کند.
2. اگر در زمان پخت می‌خواهید غذا را بررسی کنید کافیسیت در را باز کنید. فر به طور خودکار پخت را متوقف می‌کند. برای ادامه پخت، در را ببندید.
3. برای متوقف کردن پخت، درجه انتخاب زمان/وزن را به موقعیت صفر بچرخانید. در هر زمان در حین پخت، زمان پخت را می‌توان با چرخاندن درجه انتخاب باز نشانی کرد.
4. وقتی بعد از کامل شدن پخت، غذا را از فر بیرون می‌برید، بررسی کنید که درجه انتخاب زمان/وزن در موقعیت صفر باشد.
5. در حدود نیمه زمان یخ زدایی، غذا را پشت و رو کنید، بخش/غذای یخ زدایی شده را خارج کنید یا انتها/استخوان های چرب را با فویل بپوشانید. برای اطلاع از جزئیات به راهنمای یخ زدایی صفحه 21 مراجعه کنید.



NN-SM33HW

پانل کنترل



1 درجه انتخاب حالت پخت

2 نیروی یخ زدایی

3 نیروی مایکروفر

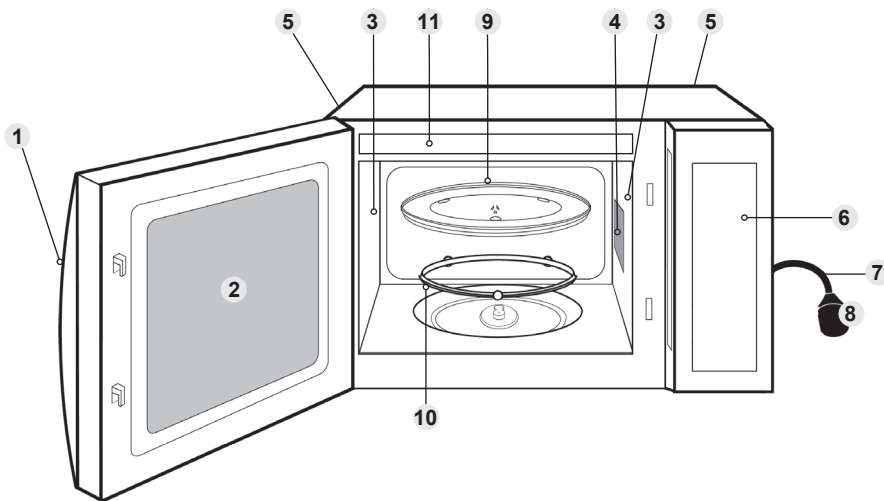
4 درجه انتخاب زمان/وزن

• ظاهر پانل کنترل ممکن است متفاوت باشد اما کلمات روی دکمه‌ها و کارکرد یکسان است.



قسمتهای مختلف فر

1. دستگیره در
 2. پنجره فر
 3. دریچه هوا
 4. راهنمای تغذیه مایکرو فر (خارج نکنید.)
 5. دریچه های هوای خارجی
 6. پانل کنترل
 7. سیم برق
 8. دوشاخه
 9. سینی شیشه ای
 10. سینی گردان
 11. برچسب منو (فقط مدل NN-ST34HM)
1. دستگیره در
بکشید تا در باز شود. باز کردن در هنگام پخت باعث توقف فرایند پخت بدون لغو برنامه می شود. باز کردن در حین برنامه پخت در هر زمانی کاملاً امن بوده و خطر قرار گرفتن در معرض مایکرو فر وجود ندارد. در مدل NN-SM33HW به محض بسته شدن در، پخت ادامه پیدا می کند. در مدل NN-ST34HM وقتی در بسته شود و دکمه شروع فشار داده شود، پخت ادامه پیدا می کند.



برچسب های شناسایی و احتیاط روی فر نصب شده اند.

توجه
تصویر تنها به عنوان مرجع است.



ظرف‌های مناسب استفاده



پلاستیک

ظروف پلاستیکی بسیاری برای استفاده در مایکرو فر طراحی شده اند. فقط از ظروف پلاستیکی که برای استفاده در مایکرو فر طراحی شده اند، استفاده کنید. از ملایم استفاده نکنید چون می‌سوزد. از پلاستیک برای غذاهایی که شکر یا چربی زیاد یا غذاهایی که زمان پخت زیاد دارند استفاده نکنید. هرگز در ظرف‌های دارای مارگارین یا ظرف ماست آشپزی نکنید زیرا این مواد با حرارت غذا آب می‌شوند.



کاغذ

کاغذ آشپزخانه سفید ساده (حوله آشپزخانه) را می‌توان برای پوشاندن ظرف‌های شیرینی پر شده و پوشاندن سس استفاده کنید تا پخش نشوند. فقط برای زمان پخت کوتاه استفاده کنید. هرگز یک حوله آشپزخانه را دوبار استفاده نکنید. از کاغذ آشپزخانه که الیاف دست‌ساز دارد استفاده نکنید. بررسی کنید که حتماً از حوله آشپزخانه باز یافتی با برند توصیه شده برای مایکرو ویو استفاده شود. از فنجان دارای پوشش موم یا پلاستیک استفاده نکنید چون در فر آب می‌شوند. کاغذ روغنی را می‌توان در کف ظروف و برای پوشاندن غذاهای پرچرب استفاده کرد. بشقاب‌های با کاغذ سفید را فقط می‌توانید برای گرم دادن مجدد در زمان کوتاه در مایکرو فر استفاده کنید.



سبدهای خرده چوب، چوب، نی

از این موارد در مایکرو فر استفاده نکنید. در معرض قرار گرفتن مداوم و طولانی باعث ترک خوردن و ایجاد حریق می‌شود.



فویل آلومینیومی

مقدار اندک فویل آلومینیومی نرم را می‌توان برای پوشاندن گوشت راسته در هنگام آب کردن یخ استفاده کرد. چون امواج مایکرو فر نمی‌تواند از فویل رد شود، این کار باعث می‌شود بخش‌های پوشانده شده بیش از حد پخته یا آب نشوند. فویل نباید با اطراف یا سقف فر تماس داشته باشد چون این کار باعث قوس الکتریکی و صدمه به فر می‌شود.

کیسه‌های مخصوص کیاب کردن

وقتی از سمت بالا شکافته شوند تا وقتی گوشت با نیرو و طی زمان پخته می‌شود روی آن سایه‌بان شود. از پیچ‌های فلزی ارایه شده استفاده نکنید.





ظرف‌های مناسب استفاده

انتخاب ظرف مناسب عامل مهمی است که باعث موفقیت یا شکست آشپزی شما می‌شود.



شیشه مناسب میکروفر

شیشه‌ای که مقاوم در برابر گرما باشد مانند (پیرکس) Pyrex® بهترین است و قابل استفاده است. از شیشه‌های ظریف استفاده نکنید چون ممکن است با حرارت غذا شکسته شوند. از درهای کریستال استفاده نکنید چون ترک خورده یا جرقه می‌زنند.



چینی و سرامیک

ظروف چینی لعاب دار، ظرف سس، جام، لیوان بزرگ و فنجان را می‌توان استفاده کرد در صورتی که در مقابل گرما مقاوم باشند. ظروف پرسلان و سرامیک نیز مطلوب هستند. سرویس چینی را فقط برای گرم کردن مجدد در مدت کوتاه می‌توان استفاده کرد در غیر اینصورت تغییرات دما می‌توان باعث ترک خوردن ظرف یا شکاف می‌شود. از ظروف لبه‌دار یا طرح‌دار استفاده نکنید. از کوزه یا لیوان بزرگ با دسته چسب دار استفاده نکنید چون چسب با حرارت مایکرو فر آب می‌شود.



ظروف سفالی، گلی، سنگی

فقط در صورتی که کاملاً لعاب داشته باشد. در صورتی که لعاب ندارد یا لعاب کامل نیست استفاده نکنید چون می‌تواند آب جذب کند که انرژی مایکرو فر را جذب می‌کند و ظرف را بسیار داغ می‌کند و پخت غذا را کند می‌کند.



ظرف فویل/فلزی

هرگز سعی نکنید در ظروف فویل دار یا فلزی غذا بپزید - امواج مایکرو فر از آنها و غذا نمی‌تواند عبور کند و غذا بطور یکنواخت گرم نمی‌شود - این کار ممکن است به فر صدمه بزند. در عوض سیخ کباب فلزی از سیخ چوبی استفاده کنید.



نوار چسبنده - سلفون

از نوار چسبنده - سلفون مایکرو فر برای پوشاندن غذایی که باید دوباره گرم شود یا پخته شود استفاده کنید، در داخل مایکرو فر مراقب باشید نوار با غذا در تماس مستقیم نباشد.



راهنمایی‌های عمومی

نوار چسبنده - سلفون

نوار چسبنده - سلفون رطوبت غذا را حفظ می‌کند و بخار گیر افتاده به سریعتر شدن زمان پخت کمک می‌کند. قبل از پخت سوراخ کنید تا اجازه دهید بخار اضافی فرار کند. همیشه قبل از برداشتن نوار چسبنده - سلفون از روی ظرف غذا مراقب باشید چون تجمع بخار می‌تواند بسیار داغ باشد.

شکل



اشکال متوازن بطور یکنواخت پخته می‌شوند. غذا وقتی در ظرف گرد باشد بهتر از ظرف مربع در مایکرو فر پخته می‌شود.

دمای آغازین

هر چقدر غذا سردتر باشد گرم کردن آن زمان بیشتری می‌برد. غذاهای یخچالی زمان بیشتری از غذا در دمای اتاق برای گرم کردن نیاز دارند. دمای غذا قبل از پختن باید بین 5 تا 8 درجه سانتی‌گراد باشد.

مایعات



همه مایعات باید قبل، در حین و بعد از گرم کردن هم زده شوند. برای جلوگیری از فوران آب باید قبل و حین گرم کردن هم زده شود. به مایعاتی که قبلاً جوشیده‌اند گرما ندهید. بیش از حد گرما ندهید.

پشت و رو کردن و هم زدن

بعضی غذا در حین پختن نیاز به هم زدن دارند. گوشت و گوشت مرغ باید در نیمه زمان پخت پشت و رو شوند.

چیدن

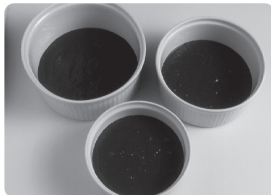
غذاهای تکی مانند تکه‌های مرغ یا گوشت باید طوری در ظرفی قرار داده شوند که تکه‌های ضخیم‌تر به سمت بیرون باشند.

بررسی غذا



بررسی غذا در حین و بعد از زمان پخت پیشنهادی ضروری است حتی اگر برنامه خودکار استفاده شده باشد (همانطور که در یک فر معمولی غذا بررسی می‌شود). در صورت نیاز غذا را برای پخت بیشتر به فر بازگردانید.

اندازه ظرف



از اندازه ظرف گفته شده در دستور پخت پیروی کنید چون در زمان پخت و گرم کردن مجدد تأثیر دارد. حجم غذایی که در ظرف بزرگتر قرار داشته باشد سریعتر پخته و مجدداً گرم می‌شود.

تمیز کردن

چون مایکرو فر با ذرات غذا کار دارد، فر مرتب باید تمیز شود. نقاط تجمع سرسخت غذا را می‌تواند با اسپری مایکرو فر که روی پارچه نرمی پاشیده شده است، تمیز کرد. بعد از تمیز کردن با دستمال فر را خشک کنید.



راهنمایی‌های عمومی

زمان انتظار

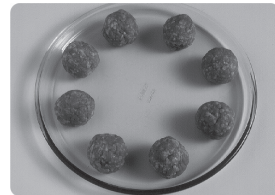
غذاهای سفت مانند گوشت، سیب زمینی تنوری و کیک‌ها (داخل یا خارج اجاق) بعد از پختن برای اینکه گرما به مرکز غذا برسد و سراسر غذا پخته شود به زمان انتظار نیاز دارند. در زمان انتظار، گوشت راسته و سیب زمینی تنوری را در فویل آلومینیومی ببپجید. گوشت راسته تقریباً به 10-15 دقیقه و سیب زمینی تنوری به 5 دقیقه زمان احتیاج دارند. سایر غذاها مانند غذای روکش‌دار، سبزیجات ماهی و غیره به 2-5 دقیقه زمان انتظار نیاز دارند. اگر بعد از زمان انتظار غذا نیخته بود آن را به فر برگردانید و زمان بیشتری آن را ببزید. بعد از آب کردن یخ غذا، باید زمان انتظار هم در نظر گرفت.

تعداد



حجم کم غذا سریعتر از حجم زیاد غذا می‌پزد و غذاهای کوچک سریعتر از تکه‌های بزرگ دوباره گرم می‌شوند.

فاصله‌دهی



در صورتی که غذا از هم جدا شده باشد سریعتر و متعادلتر می‌پزد. هرگز غذا را روی هم انباشته نکنید.

محتوای مرطوب

بسیاری از غذاهای تازه مانند سبزی‌ها و میوه‌ها بسته به فصل رطوبت داخلی متغیری دارند. به همین دلیل زمان پخت باید تنظیم شود. مواد تشکیل دهنده خشک مانند برنج، پاستا در وقت انبار شدن ممکن است خشک شوند بنابراین زمان پخت ممکن است متغیر باشد.

ایجاد حفره



پوست یا غشای بعضی غذاها باعث تجمع بخار در حین پخت می‌شوند. قبل از پخت، این نوع غذاها را باید سوراخ کرد یا نواری از پوست باید کنده شود تا بخار بتواند فرار کند. تخم‌مرغ، سیب زمینی، سیب، سوسیس همگی باید قبل از پخت باید سوراخ شوند. سعی نکنید تخم مرغ را با پوست بجوشانید.

پوشاندن



غذاها را با نوار چسبده - سلفون مایکرو فر یا در بپوشانید. ماهی، سبزی، کاسرول، سوپ را بپوشانید. کیک، سس، سیب‌زمینی تنوری یا اقلام شیرینی را نپوشانید.

سفتی

غذای دارای خلل سریعتر از غذاهای سنگین می‌پزد.



دستورات مهم ایمنی

درها

همیشه درهای ظروف شیشه‌ای و ظروف غذا و ظروف غذای آماده را قبل از قرار دادن داخل مایکروفر بردارید. اگر این کار را نکنید بخار و فشار ممکن است داخل ظروف جمع شود و حتی بعد از توقف پخت مایکروفر باعث انفجار شود.

بطری شیر بچه و شیشه‌های غذای بچه

هنگام گرم کردن مجدد بطری شیر بچه همیشه درپوش و پستانک را خارج کنید. مایع در بالای بطری همیشه از انتهای بطری داغتر است و باید پیش از بازبینی دما کاملاً تکان داده شود. برای جلوگیری از سوختگی باید قبل از مصرف این کار انجام شود. به صفحه 26 مراجعه کنید.

تخم مرغ‌های آب پز

تخم مرغ‌ها را در پوسته یا بصورت آب پز شده ولی سفت نباید در مایکروفر حرارت داده شود زیرا حتی بعد از توقف حرارت دادن هم ممکن است منفجر شود.

غذاهای داری پوست

سیب زمینی، سیب، زرده تخم مرغ، بال مرغ، نارنج و سوسیس نمونه‌هایی از غذاها بدون خلل محسوب می‌شوند. این نوع غذاها باید پیش از پخت حفره‌هایی در آنها ایجاد شود تا از ترکیدن آنها جلوگیری شود.

کاغذ و پلاستیک

هنگام گرم کردن غذا در ظروف پلاستیکی یا کاغذی، بدلیل احتمال آتش سوزی مراقب فر باشید. کیسه‌ها را با گره طناب قرار ندهید چون ممکن است جرقه ایجاد شود.

از محصولات ساخته شده با کاغذ بازیافتی مانند دستمال آشپزخانه استفاده نکنید مگر اینکه مخصوص استفاده در مایکروفر طراحی شده باشند. این محصولات ناخالصی‌هایی دارند که در صورت استفاده ممکن است باعث جرقه و/یا آتش سوزی شود.

مایعات

گرم کردن نوشیدنی‌ها توسط مایکروفر می‌تواند باعث جوشش ناگهانی همراه با تأخیر شود، بنابراین باید هنگام دست زدن به ظرف مراقب بود. برای جلوگیری از قل‌قل ناگهانی باید قدمهای زیر برداشته شود:

(ا) از استفاده از ظروف عمودی که در بالا باریک می‌شوند اجتناب کنید.

(ب) بیش از حد گرما ندهید.

(پ) پیش از قرار دادن ظرف در فر و سپس در اواسط زمان پخت، آن را هم بزنید.

(ت) بعد از گرم کردن، اجازه دهید برای مدت کوتاهی در فر باقی بماند، و پیش از اینکه ظرف را با دقت خارج کنید دوباره هم بزنید.

سرخ کردن با چربی زیاد

سعی نکنید با چربی زیاد در فر خود غذا سرخ کنید.

جرقه زدن

اگر تصادفی ظرف فلزی استفاده شود یا وزن نادرستی از غذا استفاده شود، جرقه زدن پیش می‌آید. جرقه بصورت نور آبی داخل فر مایکروفر دیده می‌شود. در صورت وقوع، بلافاصله دستگاه را متوقف کنید. اگر فر بدون مراقبت رها شود و جرقه زدن ادامه پیدا کند ممکن است دستگاه آسیب ببیند.

گرماسنج گوشت

برای بررسی درجه پخت گوشت راسته و گوشت مرغ فقط وقتی از گرماسنج گوشت استفاده کنید که گوشت از مایکروفر بیرون آورده شده باشد. اگر کم پخته شده باشد، به فر بازگردانید و چند دقیقه بیشتر از سطح نیروی توصیه شده آن را بپزید. هنگام پخت گرماسنج گوشت معمولی را در مایکروفر قرار ندهید.



غذا با رطوبت پایین

هنگام گرم کردن غذا با رطوبت پایین مانند نان‌ها، شکلات، ذرت بو داده، بیسکویت و شیرینی‌ها مراقب باشید. این غذاها در صورت پخت طولانی به راحتی سوخته، خشک شده یا آتش می‌گیرند. گرم کردن غذاها با رطوبت پایین مانند ذرت بو داده یا نان سرخ شده هندی را توصیه نمی‌کنیم.

این فر برای پخت غذا ساخته شده است. استفاده برای گرما کردن اقلام غیر غذایی مانند کیسه‌های گندم یا بطری‌های آب داغ را توصیه نمی‌کنیم.

گرمایش مجدد

ضروری است که غذای دوباره گرم شده بصورت "داغ و تئوری" صرف شود.

غذا را از فر بیرون بیاورید و بررسی کنید که "داغ و تئوری" شده باشد، یعنی بخار از همه بخشهای آن بیرون بزند و سس آن قل قل کند. (در صورت تمایل می‌توانید با گرماسنج غذا بررسی کنید که غذا به دمای 72 درجه سانتی گراد رسیده باشد - اما بخاطر داشته باشید که گرماسنج را داخل مایکروفر استفاده نکنید.)

در مورد غذاهایی که نمی‌توان هم زد مانند لازانیا، شیردز پای، برای آزمایش اینکه خوب گرم شده باید مرکز آن با چاقو بریده شود. حتی اگر طبق دستورالعمل روی بسته بندی رعایت شده باشد، همیشه قبل از صرف غذا بررسی کنید که تئوری شده باشد و اگر شک دارید برای گرم شدن بیشتر غذا را به فر بازگردانید.

زمان انتظار

زمان انتظار به دوره‌ای در پایان پخت یا گرمایش مجدد غذا اشاره دارد که غذا منتظر خوردن باقی می‌ماند یعنی زمان انتظاری که اجازه داده می‌شود حرارت در غذا به مرکز آن هدایت شود و نقاط سرد از بین برود.

مهم

اگر غذا از زمان پخت پیشنهادی بیشتر پخته شود غذا خراب می‌شود و در شرایط شدید ممکن است آتش بگیرد و باعث آسیب دیدن احتمالی داخل فر شود.

زمان پخت کوتاه

زمان پخت مایکرو فر بسیار کوتاه تر از زمان پخت سایر روشهاست و بسیار مهم است که از زمان پخت توصیه شده بدون بررسی اولیه غذا، بیشتر نشود.

عواملی که بر زمان پخت تاثیرگذارند عبارتند از: درجه حرارت دلخواه، دمای آغازین، ارتفاع از دریا، میزان، اندازه، شکل غذا و ظروف مصرفی. با آشنا شدن بیشتر با فر خود، قادر خواهید بود این عوامل را تنظیم کنید.

بهتر است غذاها کم پخت باشند تا اینکه بیش از حد پخته شوند. در صورتی که غذا کم پخت باشد، همیشه می‌توان آن را برای پخت بیشتر به فر بازگرداند. اگر غذا بیش از حد پخته شده باشد، نمی‌توان هیچ کاری کرد. همیشه با حداقل زمان پخت توصیه شده شروع کنید.

غذا به میزان کم

هنگام گرم کردن غذا به میزان کم مراقب باشید چون در صورت پخته شدن طولانی به راحتی سوخته شده یا خشک شده یا آتش می‌گیرند. همیشه زمان پخت را کوتاه تنظیم کنید و مرتب غذا را بررسی کنید.



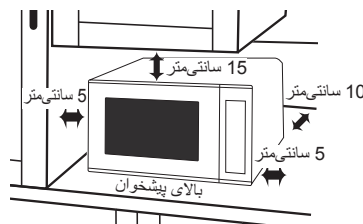
دستورات مهم ایمنی

3. برای عملکرد صحیح اطمینان حاصل کنید
فر از جریان هوای کافی برخوردار باشد.

استفاده بالای پیشخوان:

ا. 15 سانتی متر فضا در بالای اجاق،
10 سانتی متر در پشت و 5 سانتی متر
در دو طرف ایجاد کنید.

ب. اگر یک سمت فر همسطح با دیوار قرار
داده شده باشد، سمت دیگر با بالای آن
نیاید مسدود شده باشد.



4. فر را در نزدیکی فر برقی یا گاز قرار
ندهید.

5. پایه ها را بردارید.

6. این دستگاه صرفاً جهت استفاده خانگی است.
در فضای بیرون از آن استفاده نکنید.

7. هنگامی که رطوبت بسیار بالا است از
مایکروفر استفاده نکنید.

8. سیم برق نباید با بدنه فر تماس داشته باشد.
سیم برق را از سطوح داغ دور نگه دارید.
اجازه ندهید سیم از گوشه میز یا پیشخوان
آویزان شود. سیم یا دوشاخه یا اجاق را در
آب خیس نکنید.

9. دریچه های هوا را در سمت چپ و عقب
فر مسدود نکنید. اگر آنها در حین عملکرد
مسدود باشند، ممکن است فر بیش از حد
گرم شود. در این صورت ابزار ایمنی
گرمایی از فر محافظت می کند و فر تا وقتی
سرد شود بدون استفاده باقی می ماند.

10. اگر تعویض چراغ فر ضروری باشد لطفاً با
فروشنده مشورت کنید.

لوازم جانبی

فر مجهز به لوازم جانبی متنوعی است. برای
استفاده از لوازم جانبی همیشه از دستورالعمل های
داده شده پیروی کنید.

سینی گردان

■ سینی گردان و کف فر باید مرتب تمیز شوند
تا از پارازیت اضافی و تجمع باقی مانده غذا
جلوگیری شود.

■ سینی گردان همیشه باید همراه سینی شیشه ای
برای پخت استفاده شود.

سینی شیشه ای

■ همیشه وقتی سینی گردان و سینی شیشه ای در
جای درست خود قرار دارند از فر استفاده
کنید.

■ فقط از سینی شیشه ای مخصوص این فر
استفاده کنید. از سینی شیشه ای جایگزین
دیگری استفاده نکنید.

■ اگر سینی شیشه ای داغ است، قبل از تمیز
کردن یا قرار دادن داخل آب اجازه بدهید خنک
شود.

■ سینی شیشه ای می تواند در هر دو جهت
بچرخد.

■ اگر غذا با ظرف پخت داخل سینی شیشه ای با
دیوارهای فر برخورد کند و سینی از چرخیدن
بایستد، سینی به طور خودکار در جهت مخالف
خواهد چرخید. این طبیعی است. در فر را باز
کنید، غذا را جابجا کنید و دوباره شروع کنید.

■ غذا را مستقیماً روی سینی شیشه ای نپزید.
همیشه غذا را در ظرف مناسب مایکرو فر
قرار دهید.

■ در هنگام پخت، سینی شیشه ای ممکن است
بلرزد. این کار تأثیری بر عملکرد پخت ندارد.



نصب

بررسی مایکروفر

بسته‌بندی فر را باز کنید، همه قطعات بسته‌بندی را خارج کنید و فر را از نظر هرگونه آسیب مانند قر شدگی، چفت در خراب شده یا ترک روی در و ارسی کنید. در صورت یافتن هر گونه صدمه فوراً فروشنده را با خبر کنید. مایکروفر صدمه دیده را نصب نکنید.

دستورالعمل‌های اتصال به زمین

مهم: برای ایمنی شخصی این دستگاه باید به درستی به زمین وصل شود.
اگر پریز برق AC شما به زمین وصل نباشد، مسئولیت تعویض آن با سوکت دیواری که به درستی به زمین وصل شده باشد با شخص مشتری است.

ولتاژ کارکرد

ولتاژ همان مقدار مشخص شده بر روی برچسب فر است. اگر از ولتاژی بالاتر از مقدار مشخص شده استفاده شود، ممکن است باعث آتش سوزی یا صدمات دیگر شود.

محل قرار دادن فر

این دستگاه برای استفاده خانگی یا موارد مشابه از جمله موارد زیر طراحی شده است:

- آشپزخانه کارکنان فروشگاه، دفاتر و سایر محیط های کاری؛
- مزارع؛
- میهمانان هتل ها، مهمانپذیرها و سایر محیط های مسکونی؛
- محیط های خوابگاهی.

1. فر باید در یک سطح مسطح و مقاوم که بیش از 85 سانتیمتر بالای زمین قرار دارد قرار داده شود.
این دستگاه از نوع خودایستا است و نباید داخل کابینت قرار گیرد.

2. نصب فر باید طوری باشد که بتوان به آسانی دستگاه را با کشیدن دوشاخه یا استفاده از مدارشکن از منبع برق مجزا کرد.

8. وقتی از فر استفاده نمی‌شود، وسایلی غیر از لوازم جانبی فر را داخل آن نگهداری نکنید. ممکن است فر اتفاقی روشن شود.

9. وقتی غذا داخل فر نیست، دستگاه نباید روشن شود.
استفاده از دستگاه به این شیوه به آن صدمه می‌زند.

10. در صورت مشاهده دود یا آتش در فر، دکمه توقف/تنظیم مجدد را فشار داده و در را بسته نگاه دارید تا هر گونه شعله خاموش شود.

سیم برق را جدا کنید، یا برق را از فیوز یا صفحه اتصال مدار قطع کنید.

11. چراغ اجاق باید توسط تکنیسین آموزش دیده توسط سازنده تعویض شود. سعی نکنید قاب بیرونی فر را خارج کنید.



دستورات مهم ایمنی

احتیاط

1. هشدار: درزها و نواحی درز باید با پارچه نمناک تمیز شود.
دستگاه از لحاظ صدمات به درز و نواحی درز باید بازبینی شود و اگر این نواحی صدمه دیده باشند نباید تا زمانی که توسط تکنسین آموزش دیده توسط سازنده تعمیر نشده است، روشن شود.
2. هشدار: مایعات و سایر غذاها نباید در ظروف در بسته گرم شوند زیرا در معرض انفجار قرار دارند.
3. هشدار: وقتی فر به سرویس نیاز دارد، با مهندس پائاسونیک مرکز خدمات تماس بگیرید. برای هر کسی بجز یک فرد ماهر انجام هرگونه سرویس یا عملیات تعمیر که نیازمند برداشتن پوشش محافظ در برابر انرژی مایکروفر باشد خطرناک می باشد.
4. این دستگاه برای استفاده افرادی (شامل کودکان) که ناتوانی های جسمی، حرکتی و روانی دارند و با اینکه تجربه و دانش کافی ندارند در نظر گرفته نشده است، مگر اینکه فردی که مسئولیت ایمنی آنها را بر عهده دارد، بر استفاده اینگونه افراد از دستگاه نظارت کرده و دستورالعمل های لازم در زمینه استفاده از دستگاه را در اختیار آنها قرار دهد.
باید مراقب کودکان بود تا مطمئن شوید که با دستگاه بازی نمی کنند.
5. این مایکروفر برای گرم کردن غذا و نوشیدنی ها طراحی شده است. خشک کردن غذا، روزنامه یا لباس و گرم کردن پدهای گرمایشی، دمپایی، اسفنج، پارچه های نم دار و موارد مشابه ممکن است خطر ایجاد جراحت، احتراق یا آتش سوزی را به همراه داشته باشد.
6. تنها از وسایل/ظرفهایی استفاده کنید که برای بکارگیری در های مایکروفر مناسب می باشند.
7. فر فقط زمانی که در آن بسته باشد کار می کند.



محتویات

- 2.....دستورات مهم ایمنی
- 7.....راهنمایی‌های عمومی
- 9.....ظرف‌های مناسب استفاده
- 11.....قسمت‌های مختلف فر

NN-SM33HW

- 12.....پانل کنترل
- 13.....پخت و پز با میکروفر و یخ زدایی

NN-ST34HM

- 14.....پانل کنترل
- 15.....تنظیم ساعت
- 15.....قفل ایمنی کودک
- 16.....پخت و پز با میکروفر و یخ زدایی
- 17.....پخت چند مرحله‌ای
- 18.....ویژگی 30 ثانیه فوری
- 18.....ویژگی افزودن زمان
- 19.....استفاده از تایمر
- 21.....برنامه های خودکار
- 21.....یخ زدایی توربو
- 22.....گرمایش مجدد خودکار
- 23.....منو خودکار
- 26.....راهنمایی‌های پخت و گرمایش مجدد
- 27.....پرسش و پاسخ
- 28.....مراقبت از فر خود
- 29.....مشخصات

از بابت خرید دستگاه Panasonic از شما سپاسگزاریم.

دستورات مهم ایمنی:

لطفاً پیش از کارکردن با این فر این دستورالعمل‌ها و موارد احتیاطی را با دقت مطالعه نموده و برای رجوع در آینده نگاه دارید.





المواصفات

مصدر الطاقة	220 فولت ~ 50 هرتز	230-240 فولت ~ 50 هرتز
استهلاك الطاقة	5.9 أمبير 1270 واط	5.5 أمبير 1270 واط
الخرج	800 واط (IEC-60705)	
الأبعاد الخارجية	485 (عرض) × 400 (عمق) × 287 (ارتفاع) مم	
أبعاد تجويف الفرن	315 (عرض) × 349 (عمق) × 227 (ارتفاع) مم	
حجم التجويف الكلي	25 لتر	
قطر الصينية الزجاجية	288 مم	
تردد التشغيل	2450 هرتز	
الوزن الصافي	12.7 كجم	

العربية

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

المستورد: باناسونيك الشرق الأوسط وأفريقيا للتسويق م.م. ح
جبل علي دبي الإمارات العربية المتحدة

شركة باناسونيك
1006 كادوما أوساكا اليابان



العناية بالفرن الخاص بك

1. يجب نزع قابس الفرن قبل التنظيف.
2. قم بتنظيف الجزء الداخلي للفرن، وموانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بانتظام. عندما تلتصق المواد الغذائية أو السوائل المنسوجة بجدار الفرن، فامسح موانع تسرب الباب ومناطق موانع تسرب الباب بقطعة قماش رطبة. يمكن استخدام منظفات معتدلة إذا كانت قذرة جدًا. لا ينصح باستخدام المنظفات القاسية أو الكاشطة. تجنب تنظيف منطقة دليل تلقيم الميكروويف الموجود على الجانب الأيمن من جدار التجويف. لا تستخدم منظفات تجارية للفرن.
3. لا تستخدم المنظفات القاسية أو الكاشطة أو كاشطات معدنية حادة لتنظيف زجاج باب الفرن لأنها قد تخدش السطح، مما قد يؤدي إلى تحطيم الزجاج.
4. يجب تنظيف سطح الفرن الخارجي بقطعة قماش رطبة. ولمنع تلف الأجزاء العاملة داخل الفرن، فإنه ينبغي عدم السماح للماء بالتسرب إلى فتحات التهوية.
5. إذا اتسخت لوحة التحكم، فقم بتنظيفها بقطعة قماش ناعمة. لا تستخدم المنظفات القاسية أو المواد الكاشطة على لوحة التحكم. عند تنظيف لوحة التحكم، اترك باب الفرن مفتوحًا لمنع الفرن من التشغيل عن طريق الخطأ. بعد التنظيف اضغط على إيقاف/إعادة تعيين لمحو نافذة العرض أو تأكد من أن قرص تحديد الوقت/الوزن مضبوط على الوضع صفر.
6. في حالة تراكم البخار داخل أو خارج الباب الخارجي للفرن، فامسحه بقطعة قماش ناعمة. قد يحدث هذا عندما يتم تشغيل الفرن في ظروف رطوبة عالية ولا يشير ذلك بأي حال من الأحوال إلى خلل في الوحدة.
7. من الضروري أحيانًا إزالة الصبغة الزجاجية لتنظيفها. اغسل الصينية في ماء صابون دافئ أو في غسالة الصحون.
8. وينبغي تنظيف البكرة الحلقية وأرضية تجويف الفرن بانتظام لتجنب الضوضاء المفرطة. قم ببساطة بمسح السطح السفلي للفرن بمنظفات معتدلة وماء ساخن ثم جففه بقطعة قماش نظيفة. يمكن غسل البكرة الحلقية في ماء صابوني معتدل. تتجمع أبخرة الطهي أثناء الاستخدام المتكرر ولكنها لا تؤثر بأي شكل من الأشكال على أسطح القاع أو الأسطوانة الدائرية. بعد إزالة البكرة الحلقية من أرضية التجويف للتنظيف، فتأكد من استبداله في الموضع الصحيح.
9. لا تستخدم منظف البخار لغرض التنظيف.
10. يجب عدم إجراء أي صيانة للفرن إلا عن طريق موظفين مؤهلين. لصيانة وإصلاح الفرن اتصل بأقرب وكيل معتمد.
11. قد يؤدي عدم الاحتفاظ بالفرن في حالة نظيفة إلى تدهور الأسطح مما قد يؤثر على حياة الجهاز وربما يؤدي إلى وضع خطير.
12. حافظ على نظافة فتحات التهوية في دائمًا. تأكد من عدم وجود أي غبار أو أي مادة أخرى تسد أي فتحة من فتحات التهوية في الجزء العلوي أو السفلي أو الخلفي من الفرن. إذا تم انسداد فتحات التهوية، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة درجة الحرارة مما قد يؤثر على تشغيل الفرن وربما يؤدي إلى وضع خطير.



أسئلة وأجوبة

س: هل يمكنني استعمال ميزان حرارة الفرن التقليدي في الفرن؟
ج: قد يسبب المعدن في بعض موازين الحرارة تقوس في الفرن وبالتالي يجب عدم استعماله في فرن الميكروويف.

نظرات NN-ST34HM فقط

س: لا يقلل الفرن برنامجي، لماذا؟
ج: تم تصميم الفرن لعدم قبول أي برنامج غير صحيح. على سبيل المثال، لا يقلل الفرن المرحلة الرابعة.

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

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

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

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



إرشادات الطبخ وإعادة التسخين

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

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

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

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

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

فطائر اللحم المفروم - تحذير

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

الحساء والسوائل - تحذير

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

ولا تتركها دون مراقبة.

زجاجات إرضاع الأطفال - تحذير

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

لكمية 7-8 أونس سائل من الحليب في درجة حرارة التلابة، فقم بإزالة الجزء العلوي والحلمة. قم بالتسخين على الطاقة المرتفعة لمدة 30-50 ثانية. افحص جيداً قبل التغذية.

لكمية 3 أونس سائل من الحليب في درجة حرارة التلابة، فقم بإزالة الجزء العلوي والحلمة. قم بالتسخين على الطاقة المرتفعة لمدة 15-20 ثانية. افحص جيداً قبل التغذية.

ملحوظة: سوف يكون السائل في الجزء العلوي من الزجاجاة أكثر سخونة بكثير من في السائل في الجزء السفلي. يجب رج الزجاجاة جيداً واختبارها قبل الاستخدام.

إننا لا نوصي باستخدام المايكروويف في تعقيم زجاجات إرضاع الأطفال.

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

وجبات الطعام

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

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

ضع العناصر الأكثر كثافة في الجزء الخارجي من اللوحة.

سوف يعاد تسخين جزء متوسط في غضون 2-4 دقائق على

الطاقة المرتفعة. لا تكس وجبات الطعام.

الأطعمة المعلبة

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

الحساء

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

اليخنة

قم بالتقليب في منتصف الوقت وأعد التقليب في نهاية التسخين.



التعليمات		البرنامج										
<table><tr><th>السمك</th><th>الصلصة والماء الموصى به</th></tr><tr><td>100 جم</td><td>1 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء</td></tr><tr><td>200 جم</td><td>2 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء</td></tr><tr><td>300 جم</td><td>3 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء</td></tr><tr><td>400 جم</td><td>4 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء</td></tr></table>		السمك	الصلصة والماء الموصى به	100 جم	1 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء	200 جم	2 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء	300 جم	3 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء	400 جم	4 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء	الوزن: 400/300/200/100 جرام
السمك	الصلصة والماء الموصى به											
100 جم	1 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء											
200 جم	2 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء											
300 جم	3 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء											
400 جم	4 ملعقة كبيرة من الصلصة والماء											
لطهي السمك الكامل وشرائح السمك. ينبغي ألا يزيد سمك الأسماك عن 3 سم. اختر الأسماك المناسبة للطهي في الميكروويف وضعها في طبقة واحدة في طبق مسطح آمن للاستخدام في الميكروويف، على أن يكون جانب الجلد من الأسفل. إضافة الزبدة أو التوابل أو الأعشاب أو عصير الليمون لإضفاء نكهة. قم بتداخل الحواف الرقيقة للشرائح لمنع النضج المفرط. إذا السمك الكامل محشي بالتوابل، فقد تكون هناك حاجة إلى تمديد زمن الطهي. قم بإضافة الصلصة والمياه الموصى بها أعلاه. قد يكون من الضروري ضبط كمية المياه أو الصلصة حسب تفضيلاتك الشخصية. احمي العين ومنطقة الذيل في الأسماك كلها بكميات صغيرة من رقائق الألومنيوم لمنع النضج المفرط. قم بتغطية الطبق بإحكام باستخدام غلاف بلاستيكي. ضع الطبق على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 7 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. ضع الكميات الكبيرة من الأسماك جانبًا لمدة 3 إلى 5 دقائق بعد الطهي.		8. السمك  7 ضغطات										
الوزن: 800/600/400/200 جرام لطبخ قطع الدجاج مثل الأجنحة أو الدبابيس أو الأوراك أو نصف الصدر وخلافه. قم بثقب قطع الدجاج جيدًا باستخدام شوكة قبل الطهي. ضع قطعة الدجاج المعدة في طبق آمن للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب. قم بإضافة 1-5 ملعقة كبيرة من الزيت حسب الرغبة. قم بوضع غطاء مناسبًا جدًا. ضع الطبق على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 8 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه.		9. الدجاج  8 ضغطات										

NN-ST34HM البرامج التلقائية

التعليمات			البرنامج
الوزن: 375/250/150 جرام			5. المعكرونة الطازجة
الماء المغلي الموصى به	المعكرونة الطازجة		
حجم الطبق			
3 لتر	150 جم	3 أكواب	
3.5 لتر	250 جم	4 أكواب	
4 لتر	375 جم	5 أكواب	
لطهي مجموعة متنوعة من المعكرونة الطازجة. ضعها في كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب مع الماء المغلي المذكور أعلاه. قد يكون من الضروري ضبط كمية المياه حسب تقضيلاتك الشخصية. اترك 1/2 عمق الحجم على الأقل للتبخّر لمنع الغليان. لا تضع الغطاء. تجنب الطهي في أوعية بلاستيكية ما لم تكن مناسبة للطهي لدرجة حرارة مرتفعة. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 4 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه. اترك المعكرونة جانبًا لبضع دقائق بعد الطهي إذا لزم الأمر ثم قم بتصفيّة الماء.			
الوزن: 375/250/150 جرام			4 ضغطات 
الماء المغلي الموصى به			6. المعكرونة المجففة
المعكرونة			
4 أكواب	150 جم		
5 أكواب	250 جم		
6 أكواب	375 جم		
لطهي المعكرونة المجففة. ضع المعكرونة في كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب مع الماء المغلي المذكور أعلاه. قم بإضافة القليل من الزيت قبل الطهي لمنع المعكرونة من الالتصاق ببعضها. قم بوضع الغطاء. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 5 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه.			
الوزن: 300/200/100 جرام			5 ضغطات 
الأرز			7. الرز المعمر
الماء الموصى به			
180 ملم	100 جم		
300 ملم	200 جم		
450 ملم	300 جم		
لطهي الأرز الأبيض بما في ذلك الحبوب القصيرة وطويلة والياسمين والبسمتي. ضع الأرز في كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب. أضف المياه الموصى بها المذكورة أعلاه. اترك 1/2 عمق الحجم على الأقل للتبخّر لمنع الغليان. قم بوضع الغطاء. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 6 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. ضعه جانبًا لمدة 5 دقائق بعد الطهي.			
الوزن: 300/200/100 جرام			6 ضغطات 



القائمة التلقائية



ملاحظة

نظرًا لوجود بعض الاختلافات في الأطعمة، تحقق من أن الطعام قد نضج جيدًا وأنه ساخن للغاية قبل تقديمه.

العربية

البرنامج	التعليمات
2. الخضروات 1 ضغطة 	الوزن: 370/250/180/120 جرام لطهي جميع أنواع الأصناف الورقية والخضراء والناعمة، بما في ذلك القرنبط أو القرع أو القنبيط أو الملفوف أو الهليون أو الفاصوليا أو الكرفس أو الكوسا أو السبانخ أو الفلفل أو خليط من كل هذا. قطع جميع الخضروات في نفس حجم القطع. ضع الخضار في كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب. قم بإضافة 2-4 ملاعق كبيرة من الماء حسب الرغبة. قم بوضع الغطاء. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية مرة واحدة. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه.
3. الخضروات المجمدة 2 ضغطة 	الوزن: 600/450/300/150 جرام لجميع أنواع الخضروات المجمدة، مثل البازلاء المجمدة، والذرة الحلوة أو الخضروات المختلطة. ضع الخضروات المجمدة في كسرولة آمنة للميكروويف بحجم مناسب وقم بإضافة 2-6 ملاعق كبيرة من الماء حسب الرغبة. قم بوضع غطاء مناسبًا جدًا. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية مرتين. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه. في نهاية الطهي، اتركها مغطاة وتوقف لمدة 3 إلى 5 دقائق.
4. البطاطس 3 ضغطة 	الوزن: 600/400/200 جرام لطهي البطاطس. قم بنقش البطاطس جيدًا وقطعها إلى قطع متساوية الحجم. ضع البطاطس في كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب. قم بوضع غطاء مناسبًا جدًا. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على القائمة التلقائية 3 مرات. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه.



NN-ST34HM البرامج التلقائية

6. تؤدي التغطية إلى منع طهي الطعام. وهو يعتبر ضروريًا عند إزالة جليد الدجاج وقطع اللحوم. يذوب الجزء الخارجي أولاً، لذلك قم بحماية الأجنحة/الصدر والدهون بقطع ناعمة من رقائق الألومنيوم المؤمنة بعصى كوكنيل.
7. اسمح بوقت بقاء حتى يذوب وسط الطعام (الحد الأدنى 1 ساعة لقطع اللحوم والدجاج الكامل).



قم بتغطية الدجاج وقطع اللحوم.



قم بلف أو تقليب الطعام في أقرب وقت ممكن.



قم بترتيب الأطعمة في طبقة واحدة.

إعادة التسخين التلقائي



اضغط على زر البدء.
سوف يظهر العد التنازلي
للوقت في الشاشة.



عين الوزن المطلوب للطعام.



اضغط على إعادة تسخين تلقائي.

■ ملاحظة

نظرًا لوجود بعض الاختلافات في الأطعمة، تحقق من أن الطعام قد نضج جيدًا وأنه ساخن للغاية قبل تقديمه.

البرنامج	التعليمات
1. إعادة التسخين التلقائي	الوزن: 800/600/400/200 جرام تتم إعادة تسخين الأطعمة الجاهزة تلقائيًا عن طريق تحديد وزن الطعام. يجب أن تكون الأطعمة في درجة حرارة التلاجة (5-8 درجات مئوية). استخدام كسرولة آمنة للاستخدام في الميكروويف بحجم مناسب، قم بإضافة 1-4 ملاعق كبيرة من الماء حسب الرغبة، وقم بالتغطية بالغطاء. ضع الكسرولة على الصينية الزجاجية. اضغط على إعادة التسخين التلقائي مرة واحدة. عيّن وزن الطعام واضغط على البدء. قم بالتقليب عند سماع أصوات التنبيه. ملاحظة: عند إعادة تسخين عناصر مثل الحساء، والخبنة، والأوعية المقاومة للحرارة، فمن المستحسن أن يتم تقليبها في منتصف وقت إعادة التسخين وعند الانتهاء من إعادة التسخين.
1 ضغطة	



NN-ST34HM

البرامج التلقائية

مع هذه الميزة، يمكنك إذابة ثلج/تسخين/طهي الطعام بحسب الوزن. حدد الفئة وعَيِّن وزن الطعام. يتم برمجة الوزن بالكيلوجرام مع وظيفة إزالة الجليد التريو وبالجرام مع إعادة التسخين التلقائي/القائمة. يحدد الفرن مستوى طاقة الميكروويف ووقت الطهي تلقائيًا. للتحديد السريع، يبدأ الوزن من الوزن الأكثر استخدامًا لكل فئة. لا تدرج وزن أي ماء مُضاف أو وزن الوعاء.

■ ملاحظات

1. قم دائمًا بتشغيل الفرن باستخدام البكرة الحلقية والصينية الزجاجية في مكانها.
2. يجب أن تستخدم البرامج التلقائية فقط للأطعمة الموصوفة.
3. قم بإزالة الجليد/طهي الأطعمة فقط في ضمن نطاقات الوزن الموصوفة.
4. قم بوزن الطعام دائمًا بدلًا من الاعتماد على معلومات العبوة.
5. تستفيد معظم الأطعمة من وقت البقاء. بعد الطهي باستخدام برنامج تلقائي، اترك الحرارة لمواصلة طهي المنتصف.

العربية

إزالة الجليد التريو



الغذاء	الحد الأقصى للوزن
قطع الدجاج والمكعبات واللحم المفروم	2.0 كيلوجرام
الضأن والدجاج الكامل ولحم البقر المشوي	2.0 كيلوجرام
السماك الكامل، الاسكالوب، الجمبري، السمك القليله	1.0 كيلوجرام

■ ملاحظة

سوف يحدد شكل وحجم الطعام الحد الأقصى للوزن الذي يمكن للفرن استيعابه.

إرشادات إزالة الجليد

للحصول على أفضل النتائج:

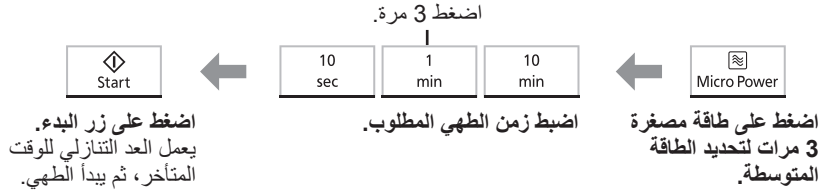
1. ضع الأطعمة في وعاء مناسب. يجب وضع قطع اللحوم والدجاج على صحن مقلوب أو على رف من البلاستيك إذا كان لديك واحدًا.
2. تحقق من الطعام أثناء إزالة الجليد، حيث تختلف الأطعمة في سرعة إزالة الجليد.
3. ليس من الضروري تغطية الطعام بالكامل (انظر النقطة 6).
4. قم دائمًا بتقليب الطعام أو تحريكه خاصة عندما يصدر الفرن "أصوات تنبيه". قم بالتغطية إذا لزم الأمر (انظر النقطة 6).
5. يجب تقسيم اللحم المفروم أو القطع أو العناصر الصغيرة الأخرى أو فصلها في أقرب وقت ممكن ووضعها في طبقة واحدة.



NN-ST34HM استخدام المؤقت

البدء المؤجل

مثال: لبدء الطهي بطاقة متوسطة لمدة 3 دقائق بعد 5 دقائق من وقت البقاء.



ملاحظات

1. يمكن برمجة الطبخ متعدد المراحل بما في ذلك وقت البقاء والبدء المؤجل.
2. حتى في حالة فتح باب الفرن أثناء مؤقت المطبخ، أو وقت البقاء أو البدء المؤجل، فسوف يستمر الوقت في نافذة العرض في العد التنازلي.
3. لا يمكن برمجة وقت البقاء/البدء المؤجل قبل/بعد أي برنامج تلقائي.

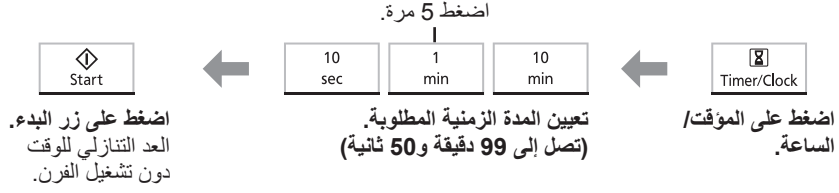


NN-ST34HM استخدام المؤقت

تعمل هذه الميزة كمؤقت للمطبخ أو تسمح لك ببرمجة وقت بقاء/بدء مؤجل.

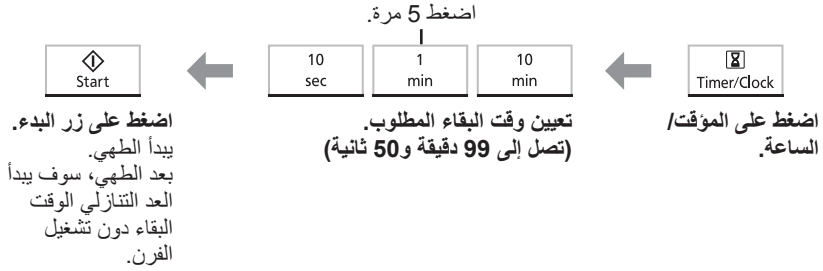
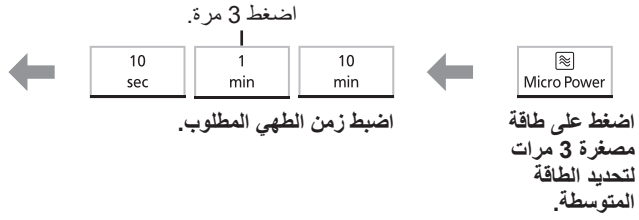
مؤقت المطبخ

مثال: لعد 5 دقائق.



وقت البقاء

مثال: للبقاء لمدة 5 دقائق بعد الطهي في طاقة متوسطة لمدة 3 دقائق.

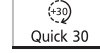




NN-ST34HM

ميزة السريع 30

تتيح هذه الميزة تعيين زمن الطهي بزيادات لمدة 30 ثانية وصولاً إلى 5 دقائق في الطاقة المرتفعة.



اضغط على زر البدء.
سوف يظهر العد التنازلي
للوقت في الشاشة.

اضغط على السريع 30 حتى
يظهر زمن الطهي المطلوب على
الشاشة.

■ ملاحظات

1. إذا رغبت في ذلك، يمكنك استخدام مستويات الطاقة الأخرى. حدد مستوى الطاقة المطلوب قبل الضغط على السريع 30.
2. لن تعمل هذه الوظيفة لمدة دقيقة واحدة بعد الطهي اليدوي.

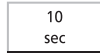
NN-ST34HM

ميزة إضافة الوقت

تتيح لك هذه الميزة إضافة وقت للطهي أثناء الطبخ وفي نهايته.

مثال: لإضافة 5 دقائق في نهاية الطهي.

اضغط 5 مرة.



اضغط على زر البدء.
سوف يظهر العد التنازلي
للوقت في الشاشة.

اضبط زمن الطهي.

اضغط على زر إضافة
وقت بعد الطهي
مباشرة.

■ ملاحظات

1. أثناء الطهي، اضبط زمن الطهي الإضافي (من 1 إلى 10 دقائق) لمدة 5 ثوان بعد الضغط على إضافة الوقت. سيتم إضافة وقت دون الضغط على البدء.
2. بعد الطهي، يمكن ضبط إضافة الوقت يصل إلى 30 دقيقة للطاقة المرتفعة و99 دقيقة و50 ثانية للطاقات الأخرى. سيتم الإلغاء، في حالة عدم إجراء أي عملية لمدة دقيقة بعد الطهي.
3. يمكن استخدام ميزة إضافة الوقت بعد الطهي متعدد المراحل. يعتبر مستوى الطاقة مماثلاً للمرحلة الأخيرة. لن تعمل هذه الوظيفة إذا كانت المرحلة الأخيرة عبارة عن وقت البقاء.
4. لا تتوفر ميزة إضافة الوقت للبرامج التلقائية.



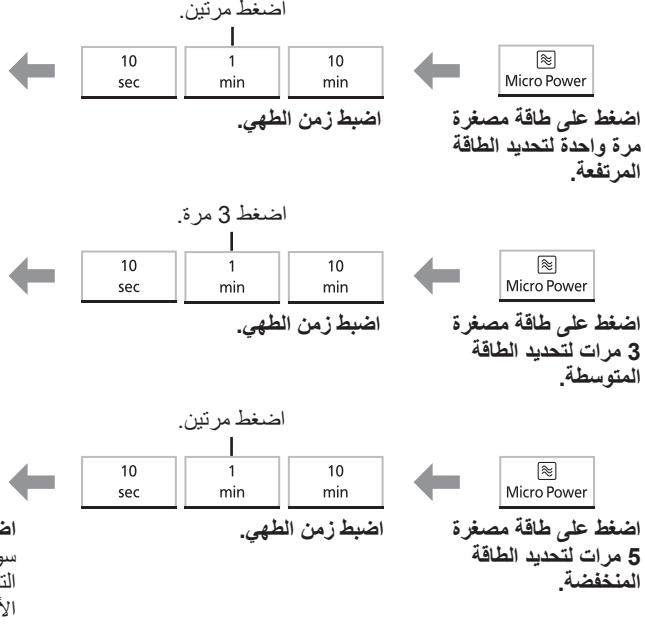


NN-ST34HM

الطبخ متعدد المراحل

تسمح هذه الميزة ببرمجة ما يصل إلى 3 مراحل للطهي بشكل مستمر.

مثال: لضبط الطاقة العالية لمدة 2 دقيقة بشكل مستقل، والطاقة المتوسطة لمدة 3 دقائق والطاقة المنخفضة لمدة 2 دقيقة.



ملاحظات

1. لا يمكن استخدام البرامج التلقائية مع الطبخ متعدد المراحل.
2. عند التشغيل، سوف يصدر تنبيهين بين كل مرحلة، وستصدر 5 تنبيهات بعد انتهاء جميع المراحل.



NN-ST34HM

ميكروويف الطبخ وإذابة الثلج

يجب أن تكون الصينية الزجاجية دائماً في مكانها عند استخدام الفرن.



10
sec

1
min

10
min



اضغط على زر البدء.
سوف يظهر العد
التنازلي للوقت في
الشاشة.

اضبط زمن الطهي.
يمكن برمجة الفرن لديك على مدة تصل
إلى 99 دقيقة و 50 ثانية في المتوسطة -
المرتفعة، والمتوسطة، وإذابة الثلج،
والطاقة المنخفضة. يمكن برمجة الطاقة
العالية لمدة تصل إلى 30 دقيقة.

قم بالضغط على زر طاقة
مصغرة لاختيار مستوى الطاقة
المطلوب.

مثال للاستخدام	مستوى الطاقة	اضغط
غلي الماء وطهي الفواكه الطازجة والخضروات والأرز والمعكرونة والشعيرية.	مرتفعة	مرة واحدة
طهي الدواجن واللحوم والكعك والحلويات. تسخين الحليب.	متوسطة - مرتفعة	مرتان
طهي البيض والجبن والأسماك، واللحم المشوي والخبز وأرغفة اللحوم. تنويع الشوكولاتة.	متوسطة	3 مرات
تنويع الأطعمة المجمدة.	إذابة الثلج	4 مرات
الاحتفاظ بالأطعمة المطبوخة ساخنة، والغلي ببطء.	المنخفضة	5 مرات

■ ملاحظات

1. سوف يعمل الفرن تلقائياً على طاقة الميكروويف المرتفعة إذا تم إدخال زمن الطهي دون تحديد مستوى الطاقة مسبقاً.
 2. أثناء الطهي، قد تهتز الصينية الزجاجية. لن يؤثر ذلك على أداء الطهي.
 3. للطبخ متعدد المراحل، ارجع إلى الوارد بالصفحة 17.
 4. يمكن برمجة وقت البقاء بعد تشغيل الميكروويف وضبط الوقت. ارجع إلى الوارد بالصفحة 19.
 5. لا تطبخ باستخدام أي ملحق معدني في الفرن.
 6. تحقق دائماً من الطعام أثناء إزالة الجليد عن طريق فتح الباب ثم إعادة التشغيل. ليس من الضروري تغطية الطعام أثناء إزالة الجليد. لضمان نتيجة متساوية، قم بتقليب أو لف أو تدوير أو العزل عدة مرات أثناء إزالة الجليد. بالنسبة للقطع الكبيرة والدواجن، قم باللف إلى النصف من خلال إزالة الجليد وحماية النهايات والأطراف بالرقائق.
- ارجع إلى إرشادات إذابة الثلج على الوارد بالصفحة 21 للحصول على التفاصيل.

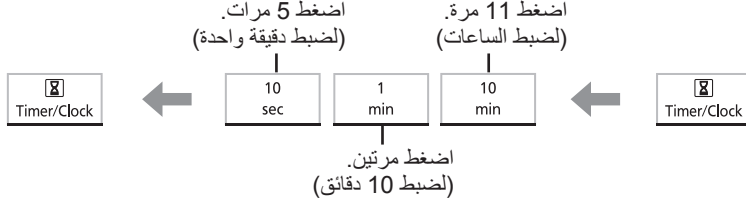


NN-ST34HM

ضبط الساعة

عند توصيل الفرن لأول مرة، سوف يظهر "88.88" على الشاشة.

مثال: لتعيين الساعة 11:25 صباحاً



اضغط على المؤقت/الساعة.
تتوقف النقطتين عن الوميض.
يتم قفل الوقت من اليوم الآن
في الشاشة.

أدخل الوقت من اليوم.

اضغط على المؤقت/الساعة
مرتين.
تبدأ النقطتين في الوميض.

ملاحظات

1. لإعادة تعيين الوقت من اليوم، كرر الخطوة 1 إلى الخطوة 3، كما هو موضح أعلاه.
2. ستحافظ الساعة على الوقت من اليوم طالما يتم توصيل الفرن ويتم الإمداد بالكهرباء.
3. هذه مضبوطة على الساعة 12.

NN-ST34HM

قفل أمان الأطفال

سوف تجعل هذه الميزة عناصر التحكم بالفرن غير قابلة للتشغيل، رغم أنه يمكن فتح الباب. يمكن ضبط قفل الطفل عندما يظهر على الشاشة نقطتين أو الوقت.

للإلغاء:



اضغط إيقاف/إعادة تعيين 3 مرات خلال 10 ثوان.
سوف يظهر الوقت من اليوم في الشاشة.

للضبط:

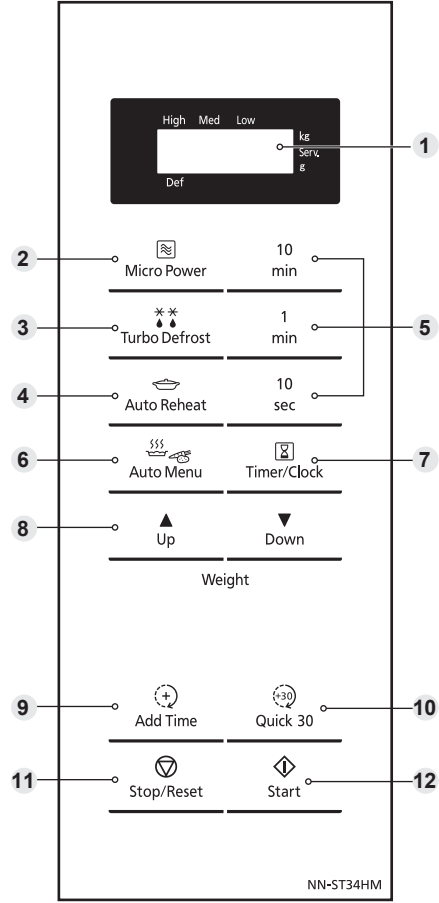


اضغط على بدء 3 مرات في 10 ثوان.
سوف يختفي الوقت من اليوم. لن يضيع الوقت الفعلي.
يُشار إلى "Child" (الطفل) في الشاشة.



NN-ST34HM لوحة التحكم

- 1 نافذة العرض
- 2 لوحة مفاتيح طاقة مصغرة (Micro Power)
- 3 لوحة مفاتيح إزالة الجليد التريبو (Turbo Defrost)
- 4 لوحة إعادة التسخين التلقائي (Auto Reheat)
- 5 لوحات الوقت (Time)
- 6 لوحة القائمة التلقائية (Auto Menu)
- 7 لوحة المؤقت / الساعة (Timer / Clock)
- 8 لوحات أعلى / أسفل (Up / Down) لتحديد الوزن
- 9 لوحة إضافة الوقت (Add Time)
- 10 لوحة السريع 30 (Quick 30)
- 11 لوحة إيقاف / إعادة التعيين (Stop / Reset)
- قبل الطبخ
ضغط واحدة تمحو التعليمات الخاصة بك.
أثناء الطهي
ضغط واحدة توقف عملية الطهي مؤقتاً. ضغطة أخرى تلغي كل التعليمات الخاصة بك وسوف تظهر نقطتين أو الوقت من اليوم على الشاشة.
- 12 لوحة البدء (Start)
- تسمح الضغطة الواحدة للفرن ببدء العمل. إذا تم فتح الباب أو الضغط على إيقاف/إعادة التعيين مرة واحدة أثناء تشغيل الفرن، فإنه يجب الضغط على البدء مرة أخرى لإعادة تشغيل الفرن.



• قد تحتوي لوحة التحكم لديك على اختلافات في المظهر، ولكن الكلمات الموجودة على منصات والوظائف مماثلة.

■ ملاحظة

إذا لم يتم الضغط على بدء لمدة 6 دقائق بعد إعداد برنامج الطهي، فسوف يقوم الفرن بإلغاء برنامج الطهي تلقائياً. وستعود الشاشة إلى الساعة أو النقاط.

■ صوت صفير

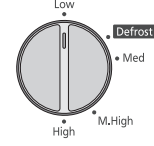
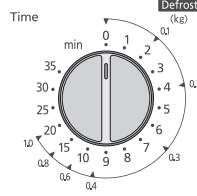
عند الضغط على لوحة مفاتيح الأرقام بشكل صحيح، فسوف يصدر صوت صفير. في حالة الضغط على لوحة المفاتيح ولم يصدر صوت تنبيه، فإن الوحدة لا تقبل التعليمات أو يتعذر عليها تنفيذها. سوف يصدر الفرن تنبيهاً مرتين بين المراحل المبرمجة. في نهاية أي برنامج كامل، سوف يصدر الفرن صوت تنبيه 5 مرات.



NN-SM33HW

ميكروويف الطبخ وإذابة الجليد

يجب أن تكون الصينية الزجاجية دائماً في مكانها عند استخدام الفرن.



العربية

قم بتدوير القرص لتعيين زمن الطهي للميكروويف، أو لتعيين وزن الطعام لإذابة الثلج. لزمن الطهي القصير، قم بلف القرص إلى بعد 5 دقائق ثم اضبط الوقت المطلوب. بالنسبة للوزن الأقل من 0.2 كجم، قم بلف القرص إلى بعد 0.2 كجم ثم اضبط الوزن المطلوب.

قم بلف قرص اختيار مستوى الطاقة المطلوب.

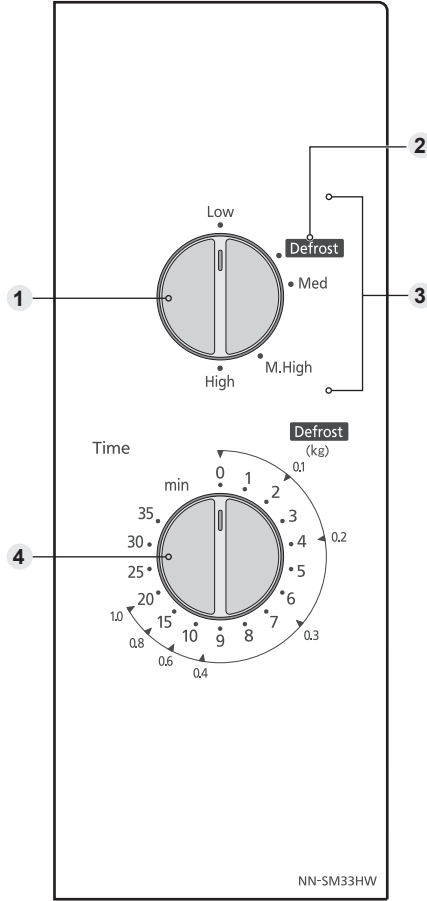
مثال للاستخدام	مستوى الطاقة
غلي الماء وطهي الفواكه الطازجة والخضروات والأرز والمعكرونة والشعيرية.	مرتفعة
طهي الدواجن واللحوم والكعك والحلويات. تسخين الحليب.	متوسطة الارتفاع
طهي البيض والجبن والأسماك، واللحم المشوي واليخنة وأرغفة اللحوم وتذويب الشوكولاتة.	متوسطة
تذويب الأطعمة المجمدة.	إذابة الثلج
الاحتفاظ بالأطعمة المطبوخة ساخنة، والغلي ببطء.	المنخفضة

ملاحظات

1. إذا كان الباب مغلق بالفعل، سيبدا الفرن في الطهي/إذابة الثلج على الفور.
2. إذا كنت ترغب في التحقق من الطعام أثناء الطهي، فقم ببساطة بفتح الباب. سوف يتوقف الفرن تلقائياً عن الطهي. لمواصلة الطهي، أغلق الباب.
3. لإيقاف الطهي، اضبط قرص تحديد الوقت/الوزن على الوضع صفر. يمكن إعادة ضبط زمن الطهي في أي وقت أثناء دورة الطهي عن طريق لف القرص.
4. عند إزالة الطعام من الفرن بعد اكتمال الطهي، تحقق من أن قرص تحديد الوقت/الوزن على الوضع صفر.
5. عند حوالي نصف وقت إزالة التجميد، قم بتقليب الطعام، أو قم بإزالة الجزء/الطعام المذاب تجميده، أو قم بتغطية النهايات/الدهون/العظام لقطعة اللحم الصالحة للشواء بالرقائق. ارجع إلى إرشادات إزالة الجليد على الوارد بالصفحة 21 للحصول على التفاصيل.



NN-SM33HW لوحة التحكم



1 قرص تحديد وضع الطهي

2 طاقة إذابة الثلج

3 طاقة الميكروويف

4 قرص تحديد الوقت/الوزن

• قد تحتوي لوحة التحكم لديك على اختلافات في المظهر،
ولكن الكلمات الموجودة على منصات والوظائف مماثلة.



أجزاء الفرن

1. مقبض الباب

اسحبه لفتح الباب. يؤدي فتح الباب أثناء الطهي إلى إيقاف عملية الطهي بدون إلغاء البرنامج. ومن الأمان تمامًا أن تفتح الباب في أي وقت أثناء برنامج الطهي وليس هناك خطر من التعرض للموجات متناهية الصغر. بالنسبة للطراز NN-SM33HW، فإنه يستأنف الطهي بمجرد إغلاق الباب. وبالنسبة للطراز NN-ST34HM، فإنه يستأنف الطهي بعد إغلاق الباب ويتم الضغط على بدء.

2. نافذة الفرن

3. فتحة التهوية

4. دليل تلقيم الميكروويف (تجنب إزالته)

5. فتحات التهوية الخارجية

6. لوحة التحكم

7. سلك إمدادات الطاقة

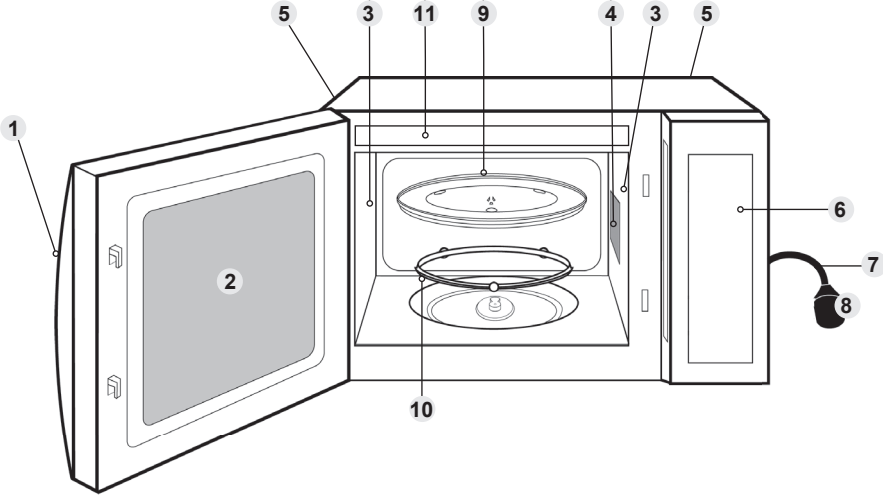
8. القابض

9. الصينية الزجاجية

10. البكرة الحلقية

11. بطاقة القائمة (الطراز NN-ST34HM فقط)

العربية



يتم إلصاق بطاقات التعريف والتحذير على الفرن.

■ ملاحظة

هذا التوضيح للإشارة فقط.



الأوعية المستخدمة

البلاستيكية



تم تصميم العديد من الأوعية البلاستيكية لاستخدام الميكروويف. استخدم الأوعية فقط إذا كانت مصممة للاستخدام في الميكروويف. لا تستخدم الميلامين لأنه سوف يحترق. لا تستخدم الأوعية البلاستيكية لطهي الأطعمة عالية السكر أو الدهون أو الأطعمة التي تتطلب وقتاً طويلاً للطهي مثل، الأرز البني. لا تطبخ أبداً في حاويات السمن أو أواني الزبادي، حيث أنها سوف تذوب مع الحرارة الصادرة من الطعام.

الورق



يمكن استخدام ورق المطبخ الأبيض العادي (منشفة المطبخ) لتغطية أوعية المخبوزات غير النافذة وتغطية النفاذ لمنع الرذاذ وذلك للاستخدام لفترة طبخ قصيرة فقط. لا تعد أبداً استخدام قطعة من منشفة المطبخ. تجنب ورق المطبخ الذي يحتوي على ألياف من صنع الإنسان. تحقق من أن منشفة المطبخ المعاد تدويرها ذات علامات تجارية موصى بها لاستخدام الميكروويف. لا تستخدم أكواب مغلفة بالشمع أو البلاستيك لأن الطبقة النهائية قد تذوب في الفرن. يمكن ورق صامد للشحم لضبط قاعدة الأطباق وتغطية الأطعمة الدهنية. يمكن استخدام ألواح الورق الأبيض لفترات إعادة التسخين القصيرة على الميكروويف فقط.

السلال المصنوعة من الخيزران أو الخشب أو القش



لا تستخدم هذه العناصر في الميكروويف. حيث أنها سوف تشتعل وقد تشتعل مع استمرار استخدامها وتعرضها لفترات طويلة.

رقائق الألمنيوم



يمكن استخدام كميات صغيرة من رقائق الألمنيوم على نحو سلس لقطع اللحم المغطاة أثناء إذابة الجليد. وبما أن الموجات متناهية الصغر لا يمكنها أن تعبر من خلال الرقائق، فسوف تمنع الأجزاء المغطاة من النضج المفرط أو إذابة الجليد المفرط. يجب ألا تلمس الرقائق جانبي أو سقف الفرن، حيث أن هذا قد يسبب تقوس وتلف الفرن لديك.

أكياس التحميص

وهي مفيدة عند شقها من جانب واحد لتغطية قطعة من اللحم عند التحميص حسب الطاقة والوقت. لا تستخدم اللفائف المعدنية المرفقة.



الأوعية المستخدمة

إن اختيار الأوعية الصحيحة يعتبر عاملاً مهماً للغاية في تقرير نجاح أو فشل الطبخ لديك.

زجاج الفرن

يعتبر الزجاج المقاوم للحرارة مثل Pyrex® مثاليًا، ويمكن استخدامه. لا تستخدم الزجاج الحساس الذي قد يتشقق بسبب الحرارة الناجمة عن الطعام. لا تستخدم الكريستال الذي قد يتشقق أو يتقوس.



الخزف الصيني والسيراميك

يمكن استخدام أطباق الخزف الصيني المزجج والصحون والطاسات والأكواب والكؤوس إذا كانت مقاومة للحرارة. كما يعتبر الخزف والسيراميك أيضًا مثاليًا. تجنب استخدام الخزف الصيني المصنوع من العظام الناعمة إلا لإعادة التسخين لفترات قصيرة، وإلا فإن التغيير في درجة الحرارة قد يهشم الطبق أو يجعل الطبقة النهائية تتشقق. لا تستخدم أطباق بحافة أو نمط معدني. لا تستخدم أباريق أو أكواب بها مقابض لاصقة، لأن الغراء قد يذوب في الميكروويف.



الفخار والصلصال والمصنوعات الحجرية

لا تستخدم سوى المزجج بالكامل. لا تستخدمها إلا إذا كانت زجاجية بشكل جزئي أو غير زجاجي، لأن لديها القدرة على امتصاص الماء الذي سوف يمتص طاقة الميكروويف، مما يجعل الوعاء ساخنًا للغاية ويبطئ طهي الطعام.



الأوعية المصنوع من رقائق الألمنيوم/الأوعية المعدنية

لا تحاول أبدًا طهي في أوعية رقائق الألمنيوم أو معدنية - لأن موجات الميكروويف لا يمكنها المرور عبرها، ولن تسخن الطعام بالتساوي - وقد يؤدي ذلك أيضًا إلى تلف الفرن. استخدم عصي الكباب الخشبية بدلاً من أسياخ معدنية.



الشريط البلاستيكي

استخدم الشريط اللاصق الخاص بالميكروويف لتغطية الأطعمة التي يتم إعادة تسخينها، أو المطبوخة، على الميكروويف فقط مع الحرص على تجنب ملامسة الشريط للطعام مباشرة.





إرشادات عامة

الشريط البلاستيكي

يساعد الشريط اللاصق على الحفاظ على الطعام رطبًا ويساعد البخار المحاصر في تسريع زمن الطهي. قم بالتثقيب قبل الطهي للسماح بخروج البخار الزائد. احترس دائماً عندما تزيل الشريط اللاصق عن الطبق لأن البخار المتراكم سوف يكون ساخناً للغاية.

الشكل



الأشكال المتساوية تنتضج بالتساوي. ينضج الطعام بشكل أفضل في الميكروويف عندما تكون في يكون في وعاء مستدير بدلاً من مربع.

درجة حرارة البدء

كلما كان الطعام أبرد، استغرق وقت تسخين أطول. يستغرق الطعام الخارج من الثلاجة وقتاً أطول لتسخين الطعام في درجة حرارة الغرفة. يجب أن تكون درجة حرارة الطعام بين 5 و 8 درجة مئوية قبل الطهي.

السوائل



يجب تقليب جميع السوائل قبل وأثناء وبعد التسخين. ويجب تقليب المياه بشكل خاص قبل وأثناء التسخين، لتجنب الفوران. لا تقم بتسخين السوائل التي سبق غليها. لا تفرط في التسخين.

القلب والتقليب

تتطلب بعض الأطعمة القلب أثناء الطهي. يجب قلب اللحوم والدواجن بعد نصف زمن الطهي.

الترتيب

يجب وضع الأطعمة الفردية مثل أجزاء أو قطع الدجاج، على طبق بحيث تكون الأجزاء الأكثر سمكا نحو الخارج.

فحص الطعام



من الضروري فحص الطعام أثناء وبعد زمن الطهي الموصى به، حتى لو تم استخدام البرامج التلقائية (تماماً كما يمكنك فحص الطعام المطبوخ في فرن تقليدي). قم بإعادة الطعام إلى الفرن لمزيد من الطهي إذا لزم الأمر.

حجم الطبق



اتبع أحجام الطبق المحددة في الوصفات، لأنها تؤثر على الطبخ ومرات إعادة التسخين. تنتضج كمية الطعام الموزعة في طبق أكبر وتسخن بسرعة أكبر.

التنظيف

طالما يعمل الميكروويف على جزيئات الطعام، فيجب الحفاظ على الفرن نظيفاً دائماً. يمكن إزالة بقع الطعام العنيدة باستخدام منظف رذاذ ميكروويف ذو علامة تجارية، يتم رشه على قطعة قماش ناعمة. قم دائماً بمسح الفرن لتجفيفه بعد التنظيف.



إرشادات عامة

محتوى الرطوبة

يتباين محتوى الرطوبة في العديد من الأطعمة الطازجة مثل الخضروات والفواكه الرطبة خلال الموسم. ولهذا السبب قد يكون من الضروري تعديل زمن الطهي. فقد تجف المكونات الجافة مثل الأرز والمعكرونة أثناء التخزين حتى زمن الطهي.

التقّب



سوف يؤدي الجلد أو الغشاء على بعض الأطعمة إلى تكوين البخار أثناء الطهي. يجب تقب هذه الأطعمة أو تقشير الشريط الجلدي قبل الطهي للسماح للبخار بالهروب. البيض والبطاطس والتفاح والنقانق وخلافه، سوف تحتاج جميعاً إلى تقبها قبل الطهي. لا تحاول غلي البيض في قشرته.

التغطية



قم بتغطية الأطعمة بشريط الميكروويف اللاصق أو غطاء. قم بتغطية الأسماك والخضروات والبخنة، والحساء. لا تغطي الكعك أو الصلصات أو البطاطس المشوية بقشرها أو بنود المعجنات.

الكثافة

تسخن الأطعمة المسامية الهوائية بسرعة أكبر من الأطعمة الثقيلة الكثيفة.

وقت البقاء

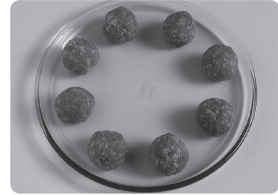
الأطعمة الكثيفة مثل اللحوم والبطاطس، والكعك، تتطلب وقت بقاء (داخل أو خارج الفرن) بعد الطهي، للسماح للحرارة لإكمال التسوية في وسط الطعام لطهي الطعام بشكل شامل تماماً. قم بتغطية قطع اللحم، والبطاطس المشوية بقشرها، برقائق ألومنيوم، أثناء فترة البقاء. تحتاج قطع اللحم إلى 10-15 دقيقة تقريباً، والبطاطس المشوية بقشرها إلى 5 دقائق. إن الأطعمة الأخرى مثل وجبات الطعام والخضروات والأسماك وخلافه تتطلب وقت بقاء من 2-5 دقائق. إذا لم ينضج الطعام بعد وقت البقاء، فقم بإعادته إلى الفرن ونضج لمزيد من الوقت. بعد إزالة الثلج الطعام، ينبغي أيضاً السماح بوقت بقاء.

الكمية



تنضج الكميات الصغيرة أسرع من الكميات الكبيرة، وسوف تسخن الوجبات الصغيرة بسرعة أكبر من الوجبات الكبيرة.

التباعد



تنضج الأطعمة بسرعة أكبر وبشكل متساو إذا كانت متباعدة. لا تكون أبداً الأطعمة فوق بعضها.



تعليمات مهمة من أجل السلامة

الأغطية

قم دائماً بإزالة أغطية الأواني والأوعية وعلب طعام الوجبات الجاهزة قبل وضعها في الميكروويف. وإذا لم تقم بتفريغ البخار بعد ذلك، فقد يتراكم الضغط في الداخل ويسبب انفجار حتى بعد توقف الطهي في الميكروويف.

زجاجات الإرضاع وأوعية الطعام

عند إعادة تسخين زجاجات الإرضاع، قم دائماً بإزالة الجزء العلوي والحلمة. فقد يسخن السائل الموجود في الجزء العلوي أكثر بكثير من ذلك الموجود في الجزء السفلي، ويجب الرج جيداً قبل التحقق من درجة الحرارة. وينبغي القيام بذلك قبل تناول لتجنب الاحتراق. انظر الوارد بالصفحة 26.

البيض المسلوق

يجب عدم تسخين البيض في قشره والبيض المسلوق الناضج في أفران الميكروويف لأنها قد تنفجر حتى بعد انتهاء تسخينها في الميكروويف.

الأطعمة ذات القشور

تعتبر البطاطس والتفاح وصفار البيض والخضروات الكاملة والنفاق أمثلة على المواد الغذائية ذات الجلود غير المسامية. يجب ثقبها باستخدام شوكة قبل الطهي لمنع الانفجار.

الورق والبلاستيك

عند تسخين الطعام في أوعية من البلاستيك أو الورق، ابق عينك على الفرن بسبب احتمالية الاشتعال. لا تستخدم أسلاك روابط ملوية مع أكياس التجميد لأنه قد يحدث تقوس.

لا تستخدم منتجات ورقية معاد تدويرها، على سبيل المثال، لفائف المطبخ ما لم يذكر أنها مصممة خصيصاً للاستخدام في فرن الميكروويف. تحتوي هذه المنتجات على شوائب قد تسبب شرر و/أو حرائق عند استخدامها.

السوائل

قد يؤدي التسخين بالميكروويف للمشروبات إلى تأخير الغليان الانبثاق، وبالتالي ينبغي توخي الحذر عند التعامل مع الوعاء. لمنع احتمالية الغليان المفاجئ يجب اتخاذ الخطوات التالية:

(أ) تجنب استخدام أوعية مستقيمة من الجانب ذات عنق ضيق.

(ب) لا تفرط في التسخين.

(ج) قم بتقليب السائل قبل وضع الوعاء في الفرن ومرة أخرى في منتصف الوقت أثناء وقت التسخين.

(د) بعد التسخين، اترك الفرن لبعض الوقت، وقلب مرة أخرى قبل إزالة الوعاء بعناية.

القلي عميق الدهون

لا تحاول قلي الدهون في الفرن.

التقوس

قد يحدث تقوس عن طريق الخطأ في حالة استخدام وعاء معدني أو استخدام وزن غير صحيح للأغذية. إن التقوس عبارة عن ومضات بالضوء الأزرق يرى في فرن الميكروويف. في حالة حدوث ذلك، قم بإيقاف تشغيل الجهاز على الفور. في حالة عدم ملاحظة الفرن واستمر هذا فقد يسبب تلف للجهاز.

ميزان حرارة للحوم

استخدام ميزان حرارة اللحوم للتحقق من درجة طهي قطع اللحم والدواجن فقط عندما يتم إزالة اللحم من الميكروويف. إذا كانت ناقصة النضج، فقم بإعادتها إلى الفرن واطهيها لبضع دقائق أخرى على مستوى الطاقة الموصى بها. لا تترك مقياس حرارة اللحوم التقليدي في الفرن عند استخدام الميكروويف.



الأطعمة منخفضة الرطوبة

توخ الحذر عند تسخين الأطعمة منخفضة الرطوبة، على سبيل المثال، الخبز، والشوكولاتة، والفشار، والبسكويت والمعجنات. فقد تحترق أو تجف أو تمسك النار بها بسهولة إذا استغرق الطهي وقتًا طويلاً. إننا لا ننصح بتسخين الأطعمة منخفضة الرطوبة مثل الفشار أو البوبادومز. لقد تم تطوير هذا الفرن للاستخدام الغذائي. ولا نوصي باستخدامه لتسخين الأطعمة مثل أكياس القمح أو زجاجات المياه الساخنة.

إعادة التسخين

من الضروري أن يتم تقديم الطعام المعاد تسخينه "ساخنًا للغاية".

قم بإزالة الطعام من الفرن وتحقق من أنه "ساخنًا للغاية"، أي أن البخار ينبعث من جميع أجزائه وهناك فقاعات في الصلصة. (إذا كانت لديك رغبة، يمكنك اختبار التحقق من أن الغذاء قد وصل إلى 72 درجة مئوية بميزان حرارة الغذاء - ولكن تذكر ألا تستخدم ميزان الحرارة داخل الميكروويف).

بالنسبة للأطعمة التي لا يمكن تقليبها، مثل، اللازانيا، وفطيرة الراعي، فإنه ينبغي القطع من المنتصف بسكين للتحقق من خلالها مما إذا كان قد تم تسخينها جيدًا أم لا. حتى إذا كان قد تم اتباع تعليمات عبوة الشركة المصنعة، فتأكد دائمًا من أن الطعام ساخنًا للغاية قبل التقديم وفي حالة الشك، فقم بإعادة الطعام إلى الفرن لمزيد من التسخين.

وقت البقاء

يشير وقت البقاء إلى الفترة في نهاية الطهي أو إعادة التسخين إلى متى يتم ترك الطعام قبل تناوله، أي إنه الوقت المتبقي الذي يسمح بإعادة التسخين في الطعام لاستمرار الإجراء إلى الوسط، وبالتالي القضاء على المناطق الباردة.

هام

إذا تم تجاوز زمن الطهي الموصى به، فسوف يفسد الطعام وقد تشتعل النيران في الظروف القصوى وربما يتلف الجزء الداخلي من الفرن.

زمن الطهي القصير

نظرًا لأن زمن الطهي بالميكروويف أقصر بكثير من طرق الطهي الأخرى، فمن الضروري عدم تجاوز زمن الطهي الموصى به دون فحص الطعام أولاً.

وهناك عوامل تؤثر على زمن الطهي منها: درجة الطهي المفضلة، ودرجة حرارة البدء، والارتفاع، والحجم، والكمية وشكل الأطعمة والأواني المستخدمة. وبينما تصبح أكثر دراية بالفرن، فسوف تكون قادرًا على ضبط هذه العوامل.

فمن الأفضل أن يكون الطعام ناقص النضج وليس مفرط النضج. إذا كان الطعام ناقصًا النضج، فإنه يمكن إعادته إلى الفرن دائمًا لمزيد من الطهي. أما إذا كان مفرط النضج، فلا شيء يمكن القيام به. ابدأ دائمًا بالحد الأدنى لزمن الطهي.

الكميات الصغيرة من الأطعمة

توخ الحذر عند تسخين كميات صغيرة من الطعام حيث يمكن احتراقها أو تجفيفها أو إمساك النار بها بسهولة إذا استغرق الطهي وقتًا طويلاً. قم دائمًا بتعيين زمن الطهي على مدة قصيرة وتحقق من الطعام من أن إلى آخر.



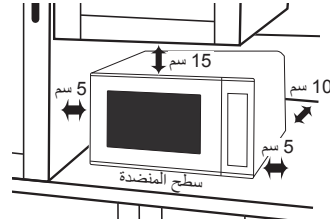
تعليمات مهمة من أجل السلامة

3. للتشغيل السليم، تأكد من دوران الهواء بشكل كافٍ في الفرن.

استخدام سطح المنضدة:

أ. اترك مساحة بمقدار 15 سم من في الجزء العلوي من الفرن و10 سم في الخلف و5 سم في كلا الجانبين.

ب. إذا تم وضع أحد جوانب الفرن ملتصقًا بالجدار، فإنه يجب عدم غلق الجانب الآخر أو العلوي.



4. لا تضع هذا الفرن بالقرب من طاقم مطبخ كهربائي أو غاز.

5. تجنب إزالة القوائم.

6. هذا الفرن ملائم فقط للاستخدام المنزلي.

تجنب استخدامه في بيئات خارجية.

7. تجنب استخدام فرن الميكروويف في رطوبة عالية.

8. يجب ألا يلمس سلك الطاقة الجزء الخارجي للفرن. حافظ على السلك بعيدًا عن الأسطح الساخنة. لا تدع السلك معلقًا على حافة طاولة أو منضدة المطبخ. لا تغمر السلك أو القابس أو الفرن في الماء.

9. لا تغلق فتحات التهوية الموجودة في الجانب الأيسر والجزء الخلفي من الفرن. فقد يسخن الفرن إذا تم غلق هذه الفتحات أثناء التشغيل. وفي هذه الحالة يتم حماية الفرن بجهاز أمان حراري ولا يستأنف التشغيل إلا بعد أن يبرد.

10. عندما يصبح من الضروري استبدال مصباح الفرن، يرجى الرجوع إلى الوكيل.

الملحقات

يحتوي الفرن على مجموعة متنوعة من الملحقات. اتبع دائمًا الإرشادات المقدمة لاستخدام الملحقات.

البكرة الحلقية

■ يجب تنظيف البكرة الحلقية وأرضية الفرن بشكل متكرر لمنع الضوضاء وتراكم الطعام المتبقي.

■ يجب دائمًا استخدام البكرة الحلقية للطبخ مع الصينية الزجاجية.

الصينية الزجاجية

■ قم دائمًا بتشغيل الفرن باستخدام البكرة الحلقية والصينية الزجاجية في مكانها.

■ لا تستخدم سوى الصينية الزجاجية المصممة خصيصًا لهذا الفرن. لا تستبدلها بأي علب زجاجية أخرى.

■ إذا كانت الصينية الزجاجية ساخنة، فدعها تبرد قبل تنظيفها أو وضعها في الماء.

■ يمكن أن تلف الصينية الزجاجية في أي من الاتجاهين.

■ إذا كان وعاء الطعام أو الطهي الموجود في الصينية الزجاجية يلمس جدران الفرن ويوقف لف الصينية، فسوف تلف الصينية تلقائيًا في الاتجاه المعاكس. فهذا امر طبيعي. قم بفتح باب الفرن، وأعد وضع الطعام وأعد التشغيل.

■ لا تطبخ الأطعمة مباشرة في الصينية الزجاجية. ضع الطعام دائمًا في طبق ميكروويف آمن.

■ أثناء الطهي، قد تهتز الصينية الزجاجية. لن يؤثر ذلك على أداء الطهي.



التركيب

فحص فرن الميكروويف

قم بإخراج الفرن من الصندوق، وإزالة جميع مواد التعبئة، وفحص الفرن بحثاً عن أي تلف مثل خدوش، أو كسر أقفال الباب أو شقوق في الباب. إذا وجدت أي تلف، فأبلغ الوكيل على الفور. لا تقم بتركيب فرن ميكروويف تالف.

تعليمات التأريض

هام: يجب تأريض هذه الوحدة على نحو صحيح لسلامتك الشخصية. إذا لم يتم تأريض منفذ التيار المتردد لديك، فسوف تكون مسؤولية العميل الشخصية أن يستبدله بمقبس حائطي مؤرض بشكل صحيح.

فولطية التشغيل

يجب أن تكون الفولطية مماثلة لما هي محددة على البطاقة الملصقة على الفرن. إذا تم استخدام فولطية أعلى من المحددة، فقد يؤدي هذا إلى نشوب حريق أو أضرار أخرى.

وضع الفرن

هذا الجهاز مصمم لاستخدامه في المنازل والتطبيقات المماثلة مثل:

- مناطق مطبخ الموظفين في المحلات التجارية والمكاتب وبيئات العمل الأخرى؛
- بيوت المزارع؛
- عن طريق النزلاء في الفنادق والموتيلات والبيئات السكنية الأخرى؛
- بيئات من نوعية المبيت والإفطار.

1. ضع الفرن على سطح مستو ومستقر، ما يزيد عن 85 سم فوق الأرض. يعتبر الجهاز من النوع القائم الحر ويتعين عدم وضعه في خزانة.

2. عند تركيب هذا الفرن، يجب أن يكون من السهل عزله عن مصدر الكهرباء عن طريق سحب القابس أو تشغيل قاطع الدائرة.

8. عند عدم استخدام الفرن، لا تقم بتخزين أي أشياء بخلاف ملحقات الفرن داخل الفرن تحسباً لتشغيله بالخطأ.

9. يجب عدم تشغيل الجهاز دون طعام في الفرن. فقد يؤدي التشغيل بهذه الطريقة إلى تلف الجهاز.

10. في حالة انبعاث دخان أو حريق في الفرن، اضغط على زر إيقاف/إعادة تعيين واطرك الباب مغلقاً لخنق أي نيران. قم بفصل سلك الطاقة، أو إيقاف تشغيل الطاقة في الصمامات أو لوحة قاطع التيار.

11. يجب استبدال مصباح الفرن عن طريق فني صيانة مدرب من قبل الشركة المصنعة. ولا تحاول إزالة الغلاف الخارجي عن الفرن.



تعليمات مهمة من أجل السلامة

1. تحذير: يجب تنظيف موانع التسرب في الباب ومناطق موانع التسرب بقطعة قماش رطبة. يجب فحص الجهاز بحثاً عن تلف في موانع التسرب في الباب ومناطق موانع التسرب في الباب، وفي حالة تلف هذه المناطق، فلا ينبغي تشغيل الجهاز حتى يتم إصلاحه من قبل فني صيانة مدرب من قبل جهة التصنيع.
2. تحذير: يجب عدم تسخين السوائل والأطعمة الأخرى في أوعية محكمة الغلق حيث أنها تكون عرضة للانفجار.
3. تحذير: عندما يتطلب الفرن الخاص بك صيانة، فاستدعي مهندس Panasonic المحلي (دعم العملاء). إذ أنه من الخطورة على أي شخص آخر غير الشخص المختص أن يقوم بأي صيانة أو عملية إصلاح تتطلب على إزالة الغطاء الذي يمنح الحماية من التعرض لطاقة الميكروويف.
4. هذا الجهاز ليس مخصصاً للاستخدام من قبل أشخاص من ذوي القدرات الجسدية أو الحسية أو العقلية المحدودة (بما في ذلك الأطفال) أو الأشخاص قليلي الخبرة والمعرفة، ذلك ما لم يتم توفير الإشراف أو التعليمات المتعلقة باستخدام هذه الأجهزة وذلك بواسطة فرد مسؤول عن سلامة هؤلاء الأشخاص.
5. يجب مراقبة الأطفال، وذلك لضمان عدم محاولتهم العبث بالجهاز.
6. الميكروويف مخصص لتسخين الأطعمة والمشروبات. قد يؤدي تجفيف الطعام أو المجلات أو الملابس وتسخين حشوات التدفئة، والنعال، والإسفنج، والقماش المبلل وما شابه ذلك إلى خطر الإصابة أو الاشتعال أو النيران.
7. قبل الاستخدام، تحقق من أن الأواني/الأوعية مناسبة للاستخدام في أفران الميكروويف.
8. لن يعمل الفرن إلا والباب مغلق.



المحتويات

- 2.....تعليمات مهمة من أجل السلامة.
- 7.....إرشادات عامة.
- 9.....الأوعية المستخدمة.
- 11.....أجزاء الفرن.

NN-SM33HW

- 12.....لوحة التحكم.
- 13.....ميكروويف الطبخ وإذابة الجليد.

NN-ST34HM

- 14.....لوحة التحكم.
- 15.....ضبط الساعة.
- 15.....قفل أمان الأطفال.
- 16.....ميكروويف الطبخ وإذابة الثلج.
- 17.....الطبخ متعدد المراحل.
- 18.....ميزة السريع 30.
- 18.....ميزة إضافة الوقت.
- 19.....استخدام المؤقت.
- 21.....البرامج التلقائية.
- 21.....إزالة الجليد التبريد.
- 22.....إعادة التسخين التلقائي.
- 23.....القائمة التلقائية.
- 26.....إرشادات الطبخ وإعادة التسخين.
- 27.....أسئلة وأجوبة.
- 28.....العناية بالفرن الخاص بك.
- 29.....المواصفات.

شكراً لك على شرائك جهاز Panasonic.

تعليمات مهمة من أجل السلامة:
قبل تشغيل الفرن، يرجى قراءة هذه التعليمات والاحتياطات بعناية والاحتفاظ بها للرجوع إليها في المستقبل.





Panasonic®

تعليمات التشغيل
دستورات عملياتي

مايكروويف فرن
مايكرو ويو اجاق

للاستخدام المنزلي فقط
صرفاً جهت استفاده خانگی

رقم الطراز / شماره مدل

NN-SM33HW
NN-ST34HM



NN-SM33HW



NN-ST34HM

