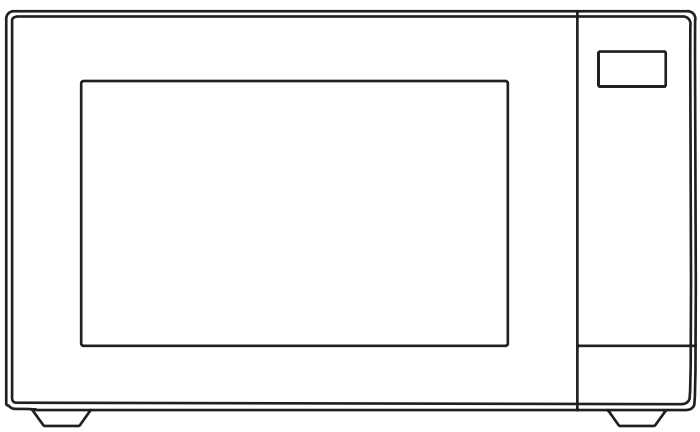
Panasonic®

# Operating Instructions
# 使用說明書
# Panduan
# Hướng Dẫn Sử Dụng
# Petunjuk Pengoperasian

## Microwave/Grill Oven
## 微波/烤爐
## Ketuhar Gelombang Mikro/Gril
## Lò vi sóng/Có nướng
## Tungku Microwave/Grill

## Household Use Only
## 僅家庭用
## Kegunaan Rumah Sahaja
## Chỉ Sử dụng trong Gia đình
## Hanya Untuk Penggunaan Rumah Tangga

**Model No.**
**型號：** **NN-GT65QB**



Important safety instructions
Read carefully and keep for future reference
重要安全措施
仔細閱讀並妥善保存
Panduan keselamatan penting
Baca dengan teliti dan simpan untuk rujukan masa depan
Hướng dẫn an toàn quan trọng
Đọc kỹ và cất giữ để tham khảo lại sau này
Sebelum menggunakan Oven ini,
silahkan baca petunjuk keseluruhan

# Table of Contents

Quick Guide to Operation ..... 2-4
IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS ..... 5-6
Installation and General Instructions ..... 7-8
Feature Diagram ..... 9
Control Panel ..... 10
Cooking Modes ..... 11
Cookware and Utensil Chart ..... 12
Beep Choice ..... 13
Child Safety Lock Setting ..... 13
Clock Setting ..... 13
Micro Power Setting ..... 14
Grill Setting ..... 15
Combination Setting ..... 16
To Cook Using the Quick 30 Feature ..... 17
Using the Add Time Feature ..... 17
Timer Setting (Kitchen Timer/Standing Time/Delay Start) ..... 18
3-Stage Setting ..... 19
To Use Sensor Reheat ..... 20
Turbo Defrost Setting ..... 21
To Use Beverage ..... 22
To Use Auto Menu ..... 23-28
Microwaves and How They Work ..... 29
Food Characteristics ..... 29
Cooking Techniques ..... 30-32
Defrosting Chart ..... 33
Reheating Chart ..... 34
Cooking Chart ..... 35
Before Requesting Service ..... 36-37
Care of your Microwave Oven ..... 38
Technical Specifications ..... 39

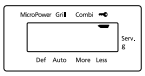
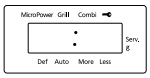
English

© Panasonic Corporation 2025

# Quick Guide to Operation

English

After plugging in, “88 : 88” will appears in the display window, then you can start to operate.

| Feature | How to Operate |
|---|---|
| **To Set Beep Choice On/Off**<br>(☞ page 13) | After plugging in:<br>Start/Set 開始/決定 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Stop/Cancel 停止/取消<br>Press once. Default mode is “On” — Set the mode — Press once |
| **To Set/Cancel Child Safety Lock**<br>(☞ page 13) | **To set** Display<br>Start/Set 開始/決定 ⇨  <br>Press 3 times<br>**To cancel** Display<br>Stop/Cancel 停止/取消 ⇨ or  <br>Press 3 times — Time of day or colon reappears in the display |
| **To Set Clock**<br>(☞ page 13) | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘<br>Press twice — Set time of day (12-hour) — Press once |
| **To Cook / Reheat / Defrost by Micro Power and Time Setting**<br>(☞ page 14) | Micro Power 微波火力 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press once — Select power. — Set the cooking time. — Press once |
| **To Cook using Grill Pad**<br>(☞ page 15) | Grill 燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press once — Select power. — Set the cooking time. — Press once |
| **To Cook using Combination Pad**<br>(☞ page 16) | Combination 微波燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press once — Select power. — Set the cooking time. — Press once |
| **To Cook using Quick 30 Pad**<br>(☞ page 17) | Quick 30 快速翻熱 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press to set the desired cooking time. — Press once |

# Quick Guide to Operation (continued)

English

| Feature | How to Operate |
|---|---|
| **To Use the Add Time Feature** (☞ page 17) | As soon as manual cooking ends, the display will flash "0" ⇨ [10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Add Time by pressing the Time Pads — Press once |
| **To Use Sensor Reheat Pad** (☞ page 20) | [Sensor Reheat 自動感應翻熱] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Press once — Press once |
| **To Use Turbo Defrost Pad** (☞ page 21) | [Turbo Defrost 超速解凍] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Press once — Select the weight. — Press once |
| **To use Beverage Pad** (☞ page 22) | [Beverage 飲料] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Press once — Select the desired menu No. — Press once<br>[Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Select the Serv. — Press once |
| **To use Auto Menu Pad (No. 3-6 Sensor Cook)** (☞ page 23) | [Auto Menu 自動食譜] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Press once — Select the desired menu No. — Press once<br>[Start/Set 開始/決定]<br>Press once |
| **To use Auto Menu Pad (No. 7-22 Auto Cook)** (☞ page 25) | [Auto Menu 自動食譜] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Press once — Select the desired menu No. — Press once<br>[Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Select the Serv/weight — Press once |
| **To Use as a Kitchen Timer** (☞ page 18) | [Timer/Clock 計時/時鐘] ⇨ [10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Press once — Set the kitchen time. — Press once |

# Quick Guide to Operation (continued)

| Feature | How to Operate |
|---|---|
| **To Set Standing Time**<br>(☞ page 18) | **Set the desired cooking programme, up to 2 stages** (see page 19) ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press once　Set the standing time.　Press once |
| **To Set Delay Start**<br>(☞ page 18) | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ **Set the desired cooking programme, up to 2 stages** (see page 19) ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Press once　Set the delay time　Press once |

# IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

## READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE

English

### Precautions to be taken when using Microwave Ovens for Heating Foodstuffs

#### Inspection for damage:

A microwave oven should only be used if an inspection confirms all of the following conditions:

1. The grille is not damaged or broken.
2. The door fits squarely, securely and opens and closes smoothly.
3. The door hinges are in good condition.
4. The metal plates of a metal seal on the door are neither buckled nor deformed.
5. The door seals are neither covered with food nor have large burn marks.

#### PRECAUTIONS:

Microwave radiation from microwave ovens can cause harmful effects if the following precautions are not taken:

1. Never tamper with or deactivate the interlocking devices on the door.
2. Never poke an object, particularly a metal object, between the door and the oven while the oven is operating.
3. Never place saucepans, unopened cans or other heavy metal objects in the oven.
4. Do not let other metallic articles, e.g. fast food foil containers, touch the side of the oven.
5. Details for cleaning door seals, cavities and adjacent parts. Clean the oven cavity, the door and the seals with water and a mild detergent at regular intervals. Never use any form of abrasive cleaner that may scratch or scour surfaces around the door.
6. Always use the oven with the cookware recommended by the manufacturer.
7. Never operate the oven without a load (i.e., an absorbing material such as food or water) in the oven cavity unless specifically allowed in the manufacturer's literature.
8. For horizontally hinged doors, never rest heavy objects such as food containers on the door while it is open.
9. Do not place sealed containers in the microwave oven. Baby bottles fitted with a screw cap or a teat are considered to be sealed containers.
10. 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.
11. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
12. It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation that involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.
13. The surfaces are liable to get hot during use.
14. The appliance must not be installed behind a decorative door in order to avoid overheating.
15. 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 of the glass. A steam cleaner is not to be used.

### Earthing Instructions

This microwave oven must be earthed. In the event of an electrical short circuit, earthing reduces the risk of electric shock by providing an escape wire for the electric current. This microwave oven is equipped with a cord having an earthing wire with an earthing plug. The plug must be plugged into an outlet that is properly installed and earthed.

WARNING—Improper use of the earthing plug can result in a risk of electric shock.

### Fan Motor Operation after Cooking

After using this oven the fan may rotate to cool the electric components. This is perfectly normal, and you can take out the food from the oven while the fan operates.

### Important Instructions

WARNING—To reduce the risk of burns, electric shock, fire, injury to persons or excessive microwave energy:

1. Read all instructions before using the microwave oven.
2. Some products such as whole eggs and sealed containers - (for example, closed glass jars **and sealed baby bottles with teat**) - may explode and should not be heated in the microwave oven.
3. Use this microwave oven only for its intended use as described in this manual.
4. As with any appliance, close supervision is necessary when used by children.
5. Do not operate this microwave oven, if it is not working properly, or if it has been damaged or dropped.
6. Do not store or use this appliance outdoors.
7. Do not immerse cord or plug in water.
8. Keep cord away from heated surfaces.
9. Do not let cord hang over edge of table or counter.

10. To reduce the risk of fire in the oven cavity:
    (a) Do not overcook food. Carefully attend microwave oven if paper, plastic, or other combustible materials are placed inside the oven to facilitate cooking.
    (b) Heating therapeutic wheat bags is not recommended. If heating, do not leave unattended and follow manufacturers' instructions carefully.
    (c) Remove wire twist-ties from bags before placing bag in oven.
    (d) If materials inside the oven should ignite, keep oven door closed, turn oven off at the wall switch, or shut off power at the fuse or circuit breaker panel.
    (e) Never leave microwave unattended while cooking or reheating.
11. Do not remove outer panel from oven.
12. This appliance is not intended to be operated by means of an external timer or separate remote-control system.
13. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.
14. WARNING: Ensure that the cavity does not contain any items or utensils that are not suitable for the use with the microwave oven before you operate the appliance.
15. WARNING: Do not use the cavity for storing combustible products, cooking utensils, or food and similar when the microwave oven is not in use.
16. The appliance shall not be cleaned with a steam cleaner.
17. The appliance must be operated with the decorative door open.

## Circuits

Your microwave ovens should be operated on a separate circuit from other appliances. The voltage used must be the same as specified on this microwave oven. Failure to do this may cause the power board fuse to blow, and/or food to cook slower. Do not insert higher value fuse in the power board.

## Practical Hints:

1. For initial use of GRILL and COMBINATION, if you see white smoke arise, it is not malfunction.
2. The oven has two grill heaters situated in the top of the oven. After using the GRILL and COMBINATION functions, the ceiling will be very hot.
3. During use the appliance becomes hot. Care should be taken to avoid touching heating elements inside the oven. Young children less than 8 years of age should be kept away.
   **WARNING**: Accessible parts may become hot during use. Young children should be kept away.
4. Before using GRILL and COMBINATION function for the first time operate the oven without food and accessories (including glass tray and roller ring) on Grill 3 for 5 minutes. This will allow the oil that is used for rust protection to be burned off. This is the only time that the oven is operated empty.
   **Caution: All inside surfaces of the oven will be hot.**
5. Exterior oven surfaces, including air vents on the cabinet and the oven door will get hot during GRILL and COMBINATION. Use care when opening or closing door and when inserting or removing food and accessories.

**Caution! Hot surfaces**

# WARNING

a) The door seals and door 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 qualified service technician trained by the manufacturer.
b) If the door or door seals are damaged, the oven must not be operated until it has been repaired by a competent person.
c) It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation that involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.
d) If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.
e) Before use, the user should check that whether the utensils are suitable for use in microwave ovens.
f) Liquids or other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode, at the same time, it should avoid the boiling liquids splash.
g) Only allow children to use the oven without supervision when adequate instructions have been given so that the child is able to use the oven in a safe way and understands the hazards of improper use.
h) When the appliance is operated in the grill or combination modes, children should only use the oven under adult supervision due to the temperatures generated.
i) Care should be taken not to displace the glass tray when removing containers from the appliance.

# Installation and General Instructions



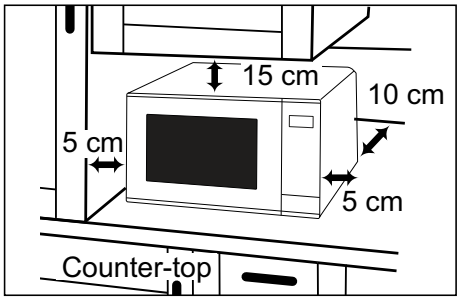
## General Use

1. In order to maintain high quality, do not operate the oven when empty. The microwave energy will reflect continuously throughout the oven if no food or water is present to absorb energy. This can lead to damage to the microwave oven including arcing within the oven cavity.
2. If smoke is observed, switch off or unplug the appliance and keep the door closed in order to stifle any flames.
3. If smoke is observed, press the **Stop/Cancel** Pad and leave door closed order to stifle any flames. Disconnect the power cord, or shut off power at the fuse or circuit breaker panel.
4. The microwave oven is intended for heating food and beverages. Drying of food or clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar can lead to risk of injury, ignition or fire.
5 Do not Use recycled paper products, as they may contain impurities which may cause sparks and/or fires when used.
6. Do not use newspapers or paper bags for cooking.
7. Do not hit or strike control panel. Damage to controls may occur.
8. POT HOLDERS may be needed as heat from food is transferred to the cooking container and from the container to the glass tray. The glass tray can be very hot after removing the cooking container from the oven.
9. Do not store flammable materials next to, on top of, or in the oven. It could be a fire hazard.
10. Do not cook food directly on glass tray unless indicated in recipes. (Food should be placed in a suitable cooking utensil.)
11. DO NOT use this oven to heat chemicals or other non-food products. DO NOT clean this oven with any product that is labeled as containing corrosive chemicals. The heating of corrosive chemicals in this oven may cause microwave radiation leaks.
12. If glass tray is hot, allow to cool before cleaning or placing in water.
13. When using the COMBINATION mode, never place any aluminum or metal container directly on the wire rack. Always insert a heat-proof, grass plate or dish between the wire rack and the aluminum container. This will prevent sparking that may damage the oven.
14. During cooking, some steam will condense inside and/or on the oven door. This is normal and safe. Steam will disappear after the oven is cool down.
15. Do not leave the microwave unattended while reheating or cooking food in disposable containers made of plastic, paper or other combustible materials, as these types of containers can ignite if overheated.
16. Metallic containers for food and beverages are not allowed during microwave cooking.
17. It is recommended not to use the Wire Rack when cooking in the MICROWAVE mode only.
18. Only use utensils that are suitable for use in microwave ovens.

## Placement of the Oven

This oven is intended for Counter-top use only. It is not intended for built-in use or use inside a cupboard.

1. The oven must be placed on a flat, stable surface. The appliance shall not be placed in a cabinet. For correct operation, the oven must have sufficient air flow. Allow 15 cm of space on the top of the oven, 10 cm at back and 5 cm on 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 remove feet.




(a) Do not block air vents. If they are blocked during operation, the oven may overheat. If the oven overheats, a thermal safety device will turn the oven off. The oven will remain inoperable until it has cooled.

(b) Do not place oven near a hot or damp surface such as a gas stove, electric range or sink etc.

(c) Do not operate oven when room humidity is too high.

2. This oven was manufactured for household use only.

## Food

1. Do not use your oven for home canning or the heating of any closed jar. Pressure will build up and the jar may explode. In addition, the microwave oven cannot maintain the food at the correct canning temperature. Improperly canned food may spoil and be dangerous to consume.
2. Do not attempt to deep fat fry in your microwave oven.
3. Eggs in their shell and whole hard-boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they can explode, even after microwave heating has ended.
4. Potatoes, apples, egg yolks, chicken wings, whole squash and sausages are examples of foods with nonporous skins. This type of food must be pierced before cooking, to prevent bursting.
5. When heating liquids, e.g. soup. sauces and beverages in your microwave oven, overheating the liquid beyond boiling point can occur without evidence of bubbling. This could result in a sudden boil over of the hot liquid. To prevent this possibility the following steps should be taken:

   (a) Avoid using straight-sided containers with narrow necks.

   (b) Do not overheat.

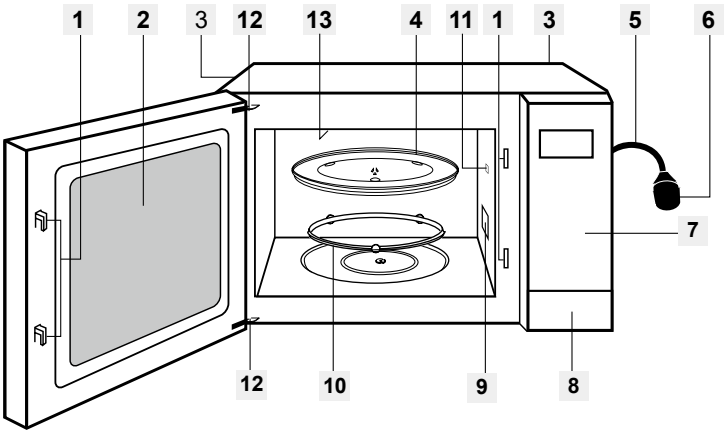
   (c) Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through cooking time.

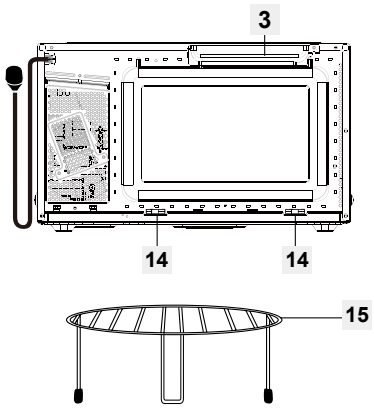
   (d) After heating, allow to stand in the oven for a short time, stirring again before carefully removing the container.

   (e) Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care must be taken when handling the container.

   (f) As a general rule, always cover wet foods,e.g. soups, casseroles and plated meals.
6. **DO NOT USE A CONVENTIONAL MEAT THERMOMETER IN THE MICROWAVE OVEN. To check the degree of cooking of roasts and poultry use a MICROWAVE THERMOMETER**. Alternatively, a conventional meat thermometer may be used after the food is removed from the oven. If undercooked, return meat or poultry to the oven and cook for a few more minutes at the recommended power level. It is important to ensure that meat and poultry are thoroughly cooked.
7. **COOKING TIMES given in the Cooking Guide section are APPROXIMATE.** Factors that may affect cooking time are preferred degree of moisture content, starting temperature, altitude, volume, size, shape of food and utensils used. As you become familiar with the oven, you will be able to adjust for these factors.
8. **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 times recommended
9. Extreme care should be taken when cooking popcorn in a microwave oven. Cook for minimum time as recommended by manufacturer. Use the directions suitable for the wattage of your microwave oven. NEVER leave oven unattended when popping popcorn.
10. When heating food in plastic or paper containers, keep an eye on the oven due to the possibility of ignition.
11. The contents of feeding bottles and baby food jars are to be stirred or shaken and the temperature is to be checked before consumption, in order to avoid burns.

# Feature Diagram




**1 Door Safety Lock System**

**2 Oven Window**

The oven window with vapor barrier film (do not remove)

**3 Oven Air Vent**

**4 Glass Tray**

a. **DO NOT** operate the oven without the Roller Ring and Glass Tray in place.

b. Only use the Glass Tray specifically designed for this oven. Do not substitute any other Glass Tray.

c. If the Glass Tray is hot, allow to cool before cleaning or placing in water.

d. **DO NOT** cook directly on the Glass Tray. Always place food on a microwave-safe dish, or on a rack set in a microwave-safe dish.

e. Always place the container on the center of the glass tray when cooking.

f. If food or utensils on the Glass Tray touch oven walls, causing the tray to stop moving, the tray will automatically rotate in the opposite direction. This is normal.

g. The Glass Tray can rotate in either direction.

**5 Power Supply Cord**

**6 Power Supply Plug**

**7 Control Panel**

**8 Door Release Button**

Push to open the door. Opening the door during cooking will stop the cooking process without cancelling the program. Cooking resumes as soon as the door is closed and **Start/Set** Pad is pressed. It is quite safe to open the door at any time during a cooking program and there is no risk of microwave exposure.

**9 Waveguide Cover** (do not remove)

**10 Roller Ring**

a. The Roller Ring should be cleaned regularly to avoid excessive noise.

b. The Roller Ring and Glass Tray should be used at the same time.

**11 Oven Light**

The oven light will turn on during cooking and also when the door is opened. It will turn off after 1 minute if the door is left open.

**12 Door Hinges**

To prevent injury when opening or closing the door, keep fingers away from the door hinges.

**13 Grill Elements**

**14 Stopper (irremovable)**

The stopper ensures sufficient space at the back of the oven to provide adequate ventilation.

**15 Wire Rack**

a. A Wire Rack is included with the oven in order to facilitate browning of small dishes.

b. Wire Rack should be cleaned regularly.

c. When using Wire Rack in the manual GRILL or COMBINATION cooking modes, be careful to choose heat-proof containers; containers made of plastic or paper may melt or burn when exposed to the heat radiating from the grill.

d. When using the COMBINATION mode, never place any aluminum or metal container directly on Wire Rack. Always insert a glass plate or dish between Wire Rack and the aluminum container. This will prevent sparking that may damage the oven.

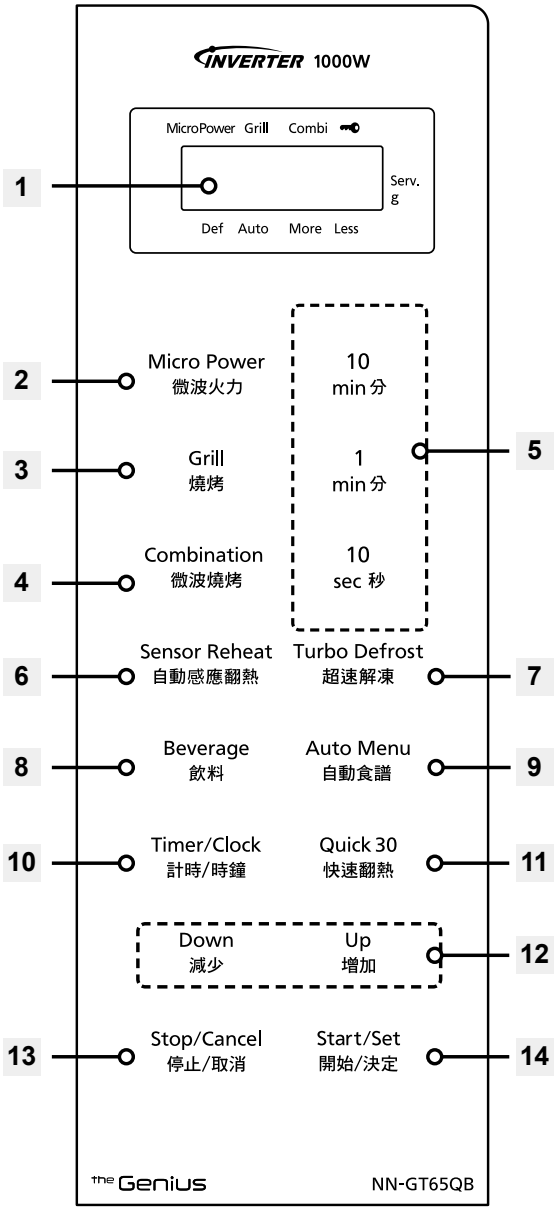
e. Do not use Wire Rack when cooking in the MICROWAVE mode only.

## Note

1. The above illustration is for reference only.
2. The Glass Tray and Wire Rack are the only accessories with this oven. All other cooking utensils mentioned in this manual must be purchased separately.

# Control Panel

English




**1 Display Window**

**2 Micro Power Pad** (see page 14)

**3 Grill Pad** (see page 15)

**4 Combination Pads** (see page 16)

**5 Time Pads**

**6 Sensor Reheat Pad** (see page 20)

**7 Turbo Defrost Pad** (see page 21)

**8 Beverage Pad** (see page 22)

**9 Auto Menu Pads** (see page 23-28)

**10 Timer/Clock Pad** (see page 13, 18)

**11 Quick 30 Pad** (see page 17)

**12 Up/Down Selection Pads**

**13 Stop/Cancel Pad**

**Before cooking:** One press clears all your instructions.
**During cooking:** One press temporarily stops the cooking process. Another press cancels all your instructions and colon or time of day appears in the display window.

**14 Start/Set Pad**

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

## Note

If an operation is set and the **Start/Set** Pad is not pressed, after 6 minutes, the oven will automatically cancel the operation. The display will revert back to clock or colon mode.

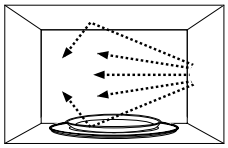
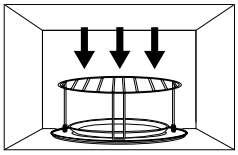
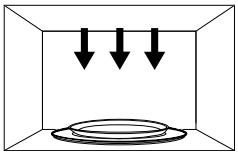
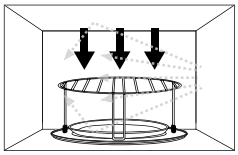
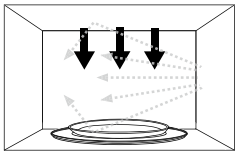
## Beep Sound

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

# Cooking Modes

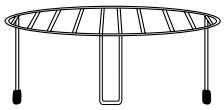
**The diagrams shown below are examples of the accessories. It may vary depending on the recipe/dish used.**

English

| Cooking modes | Uses | Accessories to use | Containers |
|---|---|---|---|
| **Microwave**  | • Defrosting.<br>• Reheating.<br>• Melting: butter, chocolate, cheese.<br>• Cooking fish, vegetables, fruits, eggs.<br>• Preparing: stewed fruits, jam, sauces, custards, pastry, caramel, meat, fish.<br>• Baking cakes without browning. | – | Microwaveable (e.g. Pyrex® dishes, plates or bowls) directly on the glass tray.<br><br>No metal. |
| **Grill**  | • Grilling thin pieces of meat or fish.<br>• Grilling toast | Wire rack | – |
| or  | • Browning of gratin dishes or meringue pies. | – | Metal or heatproof, directly on the glass tray. |
| **Combination**  | • Roasting meat steaks and chicken pieces. | Wire rack | No metal. |
| or  | • Cooking lasagne, meat, potato, or vegetable gratins.<br>• Baking cakes and puddings with browning. | – | Microwaveable and heatproof, directly on the glass tray.<br><br>No metal. |

# Cookware and Utensil Chart

English

| | Microwave | Grill | Combination |
|---|---|---|---|
| **Wire rack** (oven accessories)  | no | yes | yes |
| **Aluminium foil** | no | yes | no |
| **Ceramic Plate** | yes | yes | yes |
| **Browning Dish** | yes | no | no |
| **Brown paper bags** | no | no | no |
| **Dinnerware** oven/microwave safe | yes | yes | yes |
| non-oven/microwave safe | no | no | no |
| **Disposable** paperboard containers | yes* | yes* | yes* |
| **Glassware** oven glassware & ceramic | yes | yes | yes |
| non-heat resistant | no | no | no |
| **Metal cookware** | no | yes | no |
| **Metal twist-ties** | no | yes | no |
| **Oven cooking bag** | yes | yes* | yes |
| **Paper towels and napkins** | yes | no | no |
| **Plastic defrosting rack** | yes | no | no |
| **Plastic dishes** microwave safe | yes | no | no |
| non microwave safe | no | no | no |
| **Microwave safe plastic wrap** | yes | no | no |
| **Straw, wicker, wood** | yes | no | no |
| **Thermometers** microwave safe | yes | no | no |
| conventional | no | yes | no |
| **Waxed paper** | yes | yes | yes |
| **Silicon bakeware** | yes* | yes* | yes* |

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

# Beep Choice

The oven has both “Beep On” and “Beep Off” mode. This unique Feature of your Panasonic microwave oven allows you to establish the initial non-cooking features of your oven.

**1. Press the Start/Set Pad after plugging in.**
"bEEP" appears in the display window. The default mode is "On".

**2. Press Up/Down Selection Pads.**
The mode changes to "OFF".

**3. After setting, tap Stop/Cancel Pad to exit**

## Note

1. The choice can be selected only when you plug-in the oven.
2. Tapping the **Up/Down Selection** Pads again during step 2 will revert back to the initial “On” mode

# Child Safety Lock Setting

This feature allows you to prevent operation of the oven by a young child; however, the door will open.
**This feature can be set when colon or time of day is displayed.**

**To set:**

**Press Start/Set 3 times.**
Colon or time of day will disappear.
Actual time will not be lost.
" " appears in the display window.

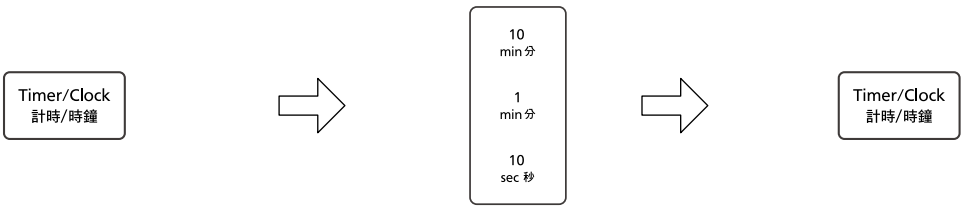
**To cancel:**

**Press Stop/Cancel 3 times.**
Colon or time of day will reappear in the display window.

To set or cancel child safety lock, **Start/Set** Pad or **Stop/Cancel** Pad must be pressed 3 times within 10 seconds.

# Clock Setting

You can use the oven without setting the clock.




**1. Press twice.**
Colon will blink in the display window.

**2. Set the time by pressing the Time Pads.**
Time appears in the display window; colon is blinking.

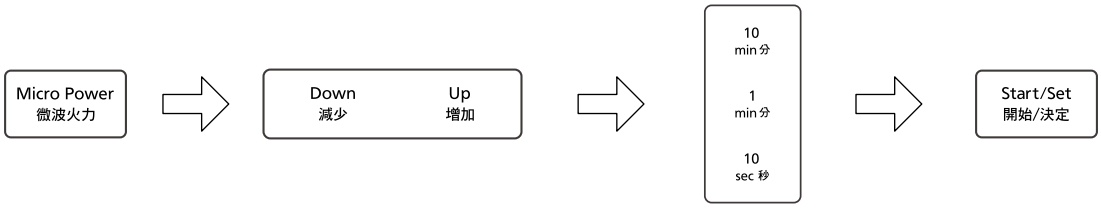
**3. Press once.**
Colon stops blinking; time of day is entered and locked in the display window. Time counts up in minutes.

## Note

1. To reset time of day, repeat steps 1-3.
2. The clock will keep the time of day as long as oven is plugged in and electricity is supplied.
3. Clock is a 12-hour display.
4. The oven will not operate while the colon is blinking.

# Micro Power Setting

English




1. **Press once to select the Micro Power feature.**
2. **Press Up/Down Selection Pads to select power level.** Power will appears in the display window. (see chart below)
3. **Select cooking time by pressing the Time Pads.** (1000 W: up to 30 minutes Other Powers Levels: up to 99 minutes and 50 seconds)
4. **Press Start/Set.** The time in the display window will count down.

| Power Level | Example Of Use |
|---|---|
| 1000 W (HIGH) | Boil water. Reheat. Cook vegetables, rice, pasta and noodles. |
| 800 W (MED-HIGH) | Cook poultry, meat, cakes, desserts. Heat milk. |
| 600 W (MEDIUM) | Cook beef, lamb, eggs, fish and seafood. Melt butter. |
| 440 W (MED-LOW) | Simmer soups, stews and casseroles (less tender cuts). |
| 300 W (DEFROST) | Thaw foods. |
| 100 W (LOW) | Keep cooked foods warm, simmer slowly. |

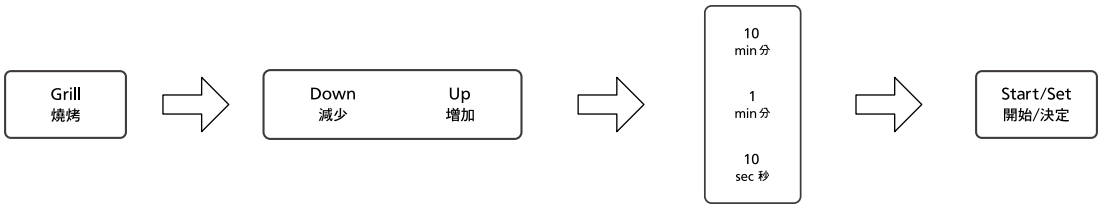
## Note

1. You can select the power level by pressing the **Micro Power** Pad as well.
2. It is possible to programme no more than 3 stages of cooking as one cooking set. For 2 or 3 stage cooking, repeat steps 1-3 above before pressing the **Start/Set** Pad. When selecting 1000 W on the first stage, you can skip step 1-2. When operating, two beeps will be heard between each stage. (Please refer to page 19 for details).
3. You can increase the cooking time during cooking if required. Time can be increased in 1 minute increments, up to 10 minutes. Press **1 min** Pad to a maximum of 10 minutes. Cooking time can not be decreased during cooking.
4. Do not use metal containers on microwave mode.
5. Standing time can be programmed after Micro Power and time setting.
   Refer to using the timer page 18.

# Grill Setting



There are three power levels for grill. When grilling, heat is radiated from the two heater. The oven door must be kept closed to prevent cooking odours from spreading in the kitchen and so as not to waste energy. The grill is especially suitable for thin slices of meat and seafood as well as bread and meals.
Select Grill setting, set the time and start the oven. The food being grilled should normally be turned over after half the grilling time. When the oven door is opened, the program is interrupted. Turn the food over, place it back the oven, close the door and restart oven. While grilling, the oven door can be opened at any time to check the food.




1. **Press once to select the Grill feature.**
2. **Press Up/Down Selection Pads to select power level.** Power will appears in the display window. (see chart below)
3. **Select cooking time by pressing the Time Pads.** (up to 99 minutes and 50 seconds)
4. **Press Start/Set.** The cooking time appears in the display window and begins to count down.

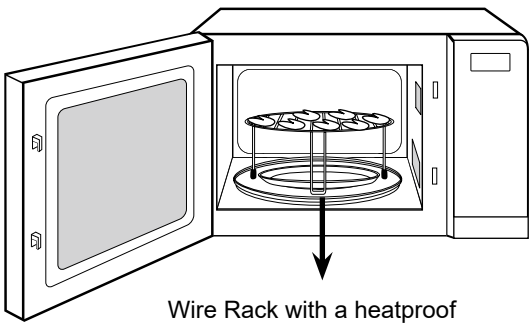
| Power Level | Example Of Use |
|---|---|
| Grill 3 (HIGH) | Slice meat or poultry pieces |
| Grill 2 (MEDIUM) | Seafood |
| Grill 1 (LOW) | Garlic bread, toast |

## Guidelines

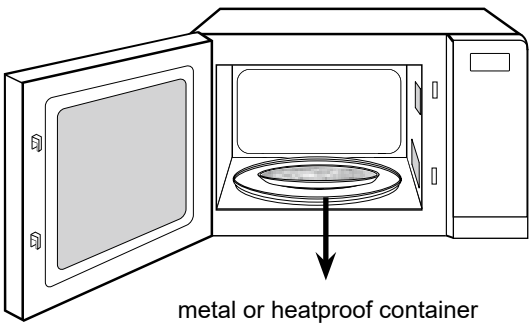
1. You can select the power level by pressing the **Grill** Pad as well.
2. Use the Wire Rack provided.
3. Do not attempt to preheat the grill.
4. Most meat items e.g. sausages, chops can be cooked on the hottest setting **Grill 3**. This setting is also suitable for toasting bread, muffins and tea cakes etc.
5. **Grill 2** is used for those that require a longer grill time e.g. fish or chicken portions.
6. Never cover the food when grilling.
7. Always use oven gloves when removing the food and Wire Rack after grilling as they will be very hot.
8. After grilling it is important that the Wire Rack is removed for cleaning before reuse and that the oven walls and floor are wiped with a cloth squeezed in hot soapy water to remove any grease.
9. You can increase the cooking time during cooking if required. Time can be increased in 1 minute increments, up to 10 minutes. Press **1 min** Pad to a maximum of 10 minutes. Cooking time can not be decreased during cooking.

## Accessories to use

When grilling, you can place foods directly on Wire Rack with a heatproof dish underneath. Or you can place food directly onto a metal or heatproof container, then placed on the glass tray.



Wire Rack with a heatproof dish underneath

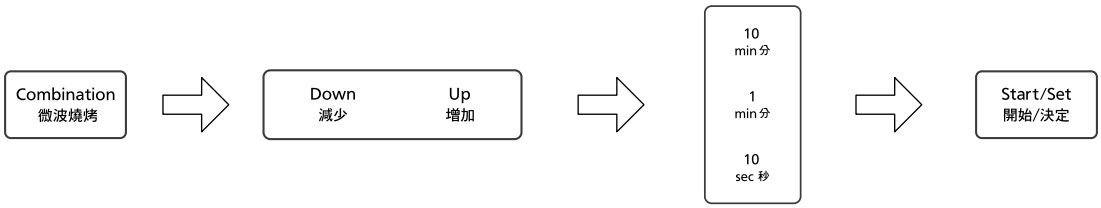


metal or heatproof container

# Combination Setting

English

There are three power levels for this feature. It's a good way for roasting foods by combining microwave and grill effectively.
It's suitable for roasting poultry, meat and seafood. This function can ensure the foods even cooking and keep the crispness of certain foods. Please open the door and turn over the foods when half of the cooking time, then continue cooking.




1. **Press once to select the Combination feature.**
2. **Press Up/Down Selection Pads to select power level.** Power will appears in the display window. (see chart below)
3. **Select cooking time by pressing the Time Pads.** (up to 99 minutes and 50 seconds)
4. **Press Start/Set.** The cooking time appears in the display window and begins to count down.

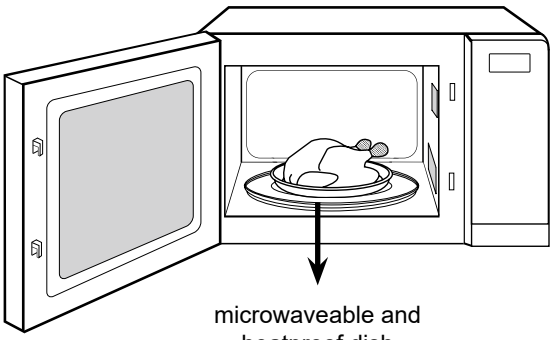
| Power Level | Example Of Use |
|---|---|
| Combination 3 (300 W + Grill 3) | Whole poultry |
| Combination 2 (300 W + Grill 2) | Beef, lamb, seafood |
| Combination 1 (300 W + Grill 1) | Baked potatoes, puddings |

## Guidelines

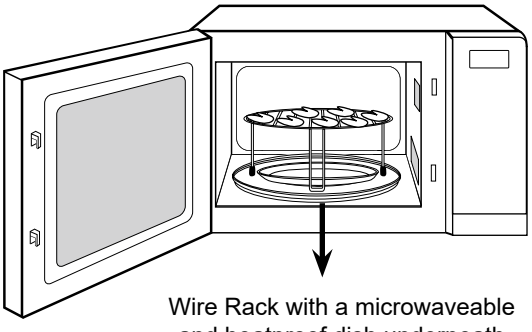
1. You can select the power level by pressing the **Combination** Pad as well.
2. Never cover the food when cooking.
3. Always use oven gloves when taking out the food.
4. Do not use if operating the oven with less than 200 g of food on a manual program. For small quantities do not cook by combination mode, cook by grill only for best results.
5. Do not preheat on combination mode.
6. You can increase the cooking time during cooking if required. Time can be increased in 1 minute increments, up to 10 minutes. Press **1 min** Pad to a maximum of 10 minutes. Cooking time can not be decreased during cooking.

## Accessories to use

When cooking, you can place foods directly on the base of the oven in a microwaveable and heatproof dish. Or you can place foods directly on Wire Rack with a microwaveable and heatproof dish underneath.



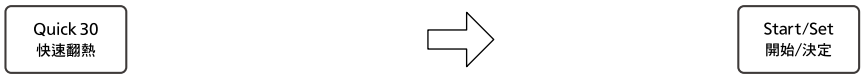
microwaveable and heatproof dish



Wire Rack with a microwaveable and heatproof dish underneath

# To Cook Using the Quick 30 Feature

This feature allows you to quickly set cooking time in 30 second increments.




1. **Press Quick 30 to set the desired cooking time (up to 5 minutes).**
   Each press is 30 seconds. Time appears in the display. Power level is pre-set at 1000 W.

2. **Press Start/Set.**
   The cooking will start and the time in the display will count down. At the end of cooking, five beeps will sound.

English

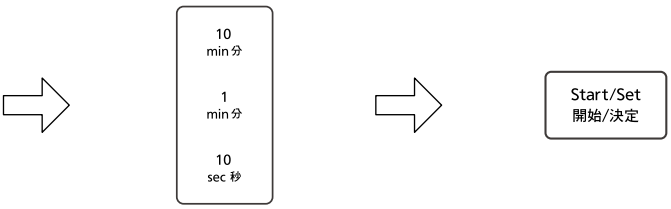
## Note

1. This feature is only available for **Micro Power** mode. If desired, you can use other power levels. Select desired micro power level before pressing **Quick 30**.
2. After setting the time by **Quick 30**, you cannot use **Time** Pads.

# Using the Add Time Feature

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

1. **As soon as manual cooking ends, the display will flash "0"**




2. **Add cooking time by pressing the Time Pads.**
   Maximum cooking time:
   Microwave: 1000 W up to 30 minutes; other powers levels up to 99 minutes and 50 seconds.
   Grill, Combination: up to 99 minutes and 50 seconds.

3. **Press Start/Set.**
   Time will be added. The time in the display window will count down.

## Note

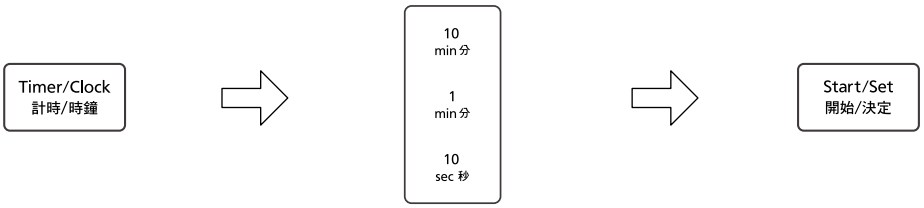
1. This feature is only available for Micro Power, Quick 30, Grill, Combination and Timer features and it is not available for Auto programs.
2. The Add Time feature is only available within 1 minute after cooking.
3. The Add Time feature can be used after 3-stage cooking. The power level is the same as the last stage.

# Timer Setting (Kitchen Timer/Standing Time/Delay Start)

English

This feature allows you to program standing time after cooking is complete, program the oven as a minute or a second timer, or to program a delayed start.

## To Use as a Kitchen Timer



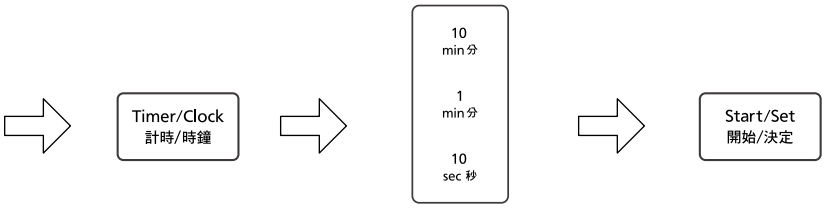

**1. Press once.**

**2. Select desired time by pressing the Time Pads.**
(up to 99 minutes and 50 seconds)

**3. Press Start/Set.**
Time will count down without oven operating.

## To Set Standing Time

**1. Set the desired cooking programme, up to 2 stages.**
(see page 19)

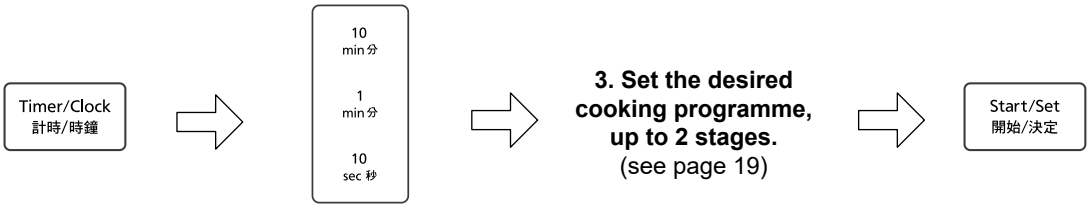



**2. Press once.**

**3. Select desired Standing time by pressing the Time Pads.**
(up to 99 minutes and 50 seconds)

**4. Press Start/Set.**
Cooking will start. After cooking, standing time will count down without the oven operating.

## To Set Delay Start




**3. Set the desired cooking programme, up to 2 stages.**
(see page 19)

**1. Press once.**

**2. Select desired delay time by pressing the Time Pads.**
(up to 99 minutes and 50 seconds)

**4. Press Start/Set.**
Delayed time will count down without the oven operating. Cooking will then start.

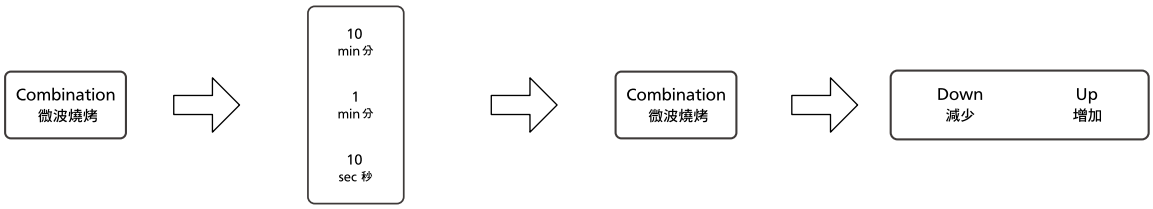
## Note

1. If the oven door is opened during the Standing Time, Delay Start or Kitchen Timer, the time in the display window will continue to count down.
2. Delay Start and Standing Time cannot be programmed together with Turbo Defrost, Beverage, Sensor Reheat and Auto Menu. This is to prevent the standing temperature of the food from rising before defrosting or cooking begins. A change in the starting temperature could cause inaccurate results.
3. When using Standing Time or Delay Start, it's up to 2 Power stages.

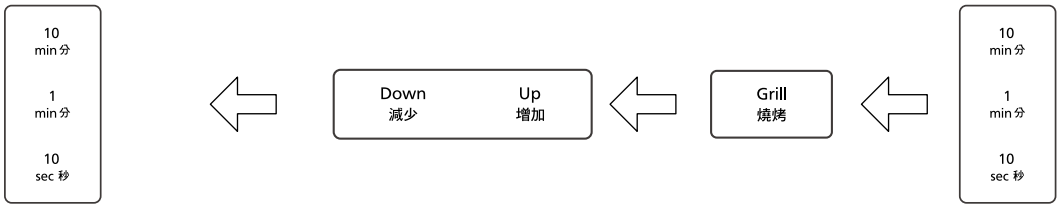
# 3-Stage Setting

This feature allows you to program 3 stages of cooking continuously.

**Example: Continually set [Combination 3] 9 minutes, [Combination 1] 13 minutes and [Grill 2] 2 minutes.**




1. Press once to select **"Combination 3".**
2. Set as 9 minutes by using **Time** Pads.
3. Press once to select **"Combination 3".**
4. Press **Down Pad** twice to select **"Combination 1".**




5. Set as 13 minutes by using **Time** Pads.
6 Press once to select **"Grill 3".**
7. Press **Down Pad** once to select **"Grill 2".**
8. Set as 2 minutes by using **Time** Pads.

9. Press once.
   The time will count down at the first stage in the display window.

## Example to use

| | Cook 300 g fish fillets | Roast 1 kg whole chicken |
|---|---|---|
| 1-stage | 600 W 3'00" | Combination 3 9'00" |
| 2-stage | 440 W 2'00" | Combination 1 13'00" |
| 3-stage | 300 W 2'00" | Grill 2 2'00" |

## Note

1. When operating, two beeps will sound between each stage.
2. This feature is not available for Turbo Defrost, Beverage, Sensor Reheat and Auto Menu.

# To Use Sensor Reheat

English

This feature allows you to reheat foods without selecting times and power levels. The sensor detects the heat and humidity generated by the food and reheats your food automatically.

**1. Press once to select the Sensor Reheat feature.**

**2. Up/Down Selection Pads (Optional*):**
Preferences for food doneness vary with each individual. After having using Sensor Cook a few times, you may decide you would prefer your food cooked to a different doneness. By using the **Up/Down Selection** Pads, the programs can be adjusted to cook food for a longer or shorter time. *If you are satisfied with the result of the Sensor program, you don't have to use this pad.

**3. Press Start/Set.**
After the heat and humidity is detected by the Genius Sensor, the remaining time appears in the display window and begins to count down.

## Note

1. Reheating using the Genius Sensor is suitable for pre-cooked foods from refregerated or room temperature (below 35 °C). It is suitable for casseroles, plated meals, soup, stews, pasta dishes (except lasagne) and canned foods. Foods should be stored in refrigerator or at room temperature. Do not reheat frozen foods on this setting. Food being reheated should weigh between 125 g and 1 kg. For foods weighing less than 125 g and more than 1 kg, use a manual micro power setting.
2. Do not reheat bread or pastry products (raw or uncooked), or beverages.
3. Be sure the glass tray, the outside of the cooking containers and the inside of the microwave are dry before placing food in the oven. Residual beads of moisture turning into steam can mislead the sensor.
4. Food should always be covered loosely, but completely, with plastic warp. (Do not use any snap closing lids.)
5. The door should not be opened before the time appears in the display window.
6. All foods should have a covered standing time of at least 3 to 5 minutes.
7. If cavity is overheated, "HOt" appears in the display window, then cannot use this function. Operate again after "HOt" disappear. If in a hurry, cook food manually by selecting the correct cooking mode and cooking time yourself.

# Turbo Defrost Setting

This feature allows you to defrost meat, poultry and seafood automatically by setting the weight.
The serving/weight is 100 g to 3000 g.

**1. Press once.**
(default weight is 100 g)

**2. Select the weight of food by pressing Up/Down Selection Pads.**

**3. Press Start/Set.**
Defrosting time appears in the display window and begins to count down.

| Food | Maximum Weight |
|---|---|
| Minced meat, chicken pieces, chops | 3000 g |
| Beef roast, lamb, whole chickens | 3000 g |
| Whole fish, scallops, prawns, fish fillets | 1000 g |

## Note

You can select the weight by pressing the **Turbo Defrost** Pad as well.

## Tips for Turbo Defrost

Care must be taken when defrosting meat with bones. For example, if the meat with bones has the same weight as boneless meat, the meat in the former one is lighter than the latter one. So, subtracting 500 g for 2000 g meat with bones is better for defrosting. Subtract 250 g when defrosting meat with bones that weighs less than 2000 g.

## When Two Beeps Sound

Turn over the meat, chicken, fish and shellfish. Separate the stewed meat, chicken pieces and meat loaf. Apart the meat loaf from the hamburger.

## Key to defrosting

For even defrosting, turn over the foods or move the position of the foods in the containers during the progress of defrosting.

Remove the package of the raw meat and place it on the plate.

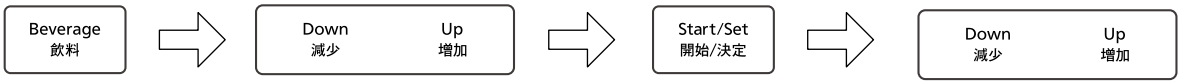
Remove the package of the fish fillet and place it on the plate.

English

# To Use Beverage

This feature allows you to reheat coffee/milk without setting micro power and time.

English




**1. Press once to select the Beverage feature.**

**2. Select the desired menu number by pressing Up/ Down Selection Pads.** (see chart below)

**3. Press once to confirm.**

**4. Select the serving of food by pressing Up/ Down Selection Pads.**

**5. Press Start/Set.**
The reheating time appears in the display window and begins to count down.

| Menu No. | Menu | Serving | | Recommended containers |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Coffee | 1-1 (1 cup coffee) | 1-2 (2 cups coffee) | Microwave safe cup |
| 2 | Milk | 2-1 (1 cup milk) | 2-2 (2 cups milk) | |

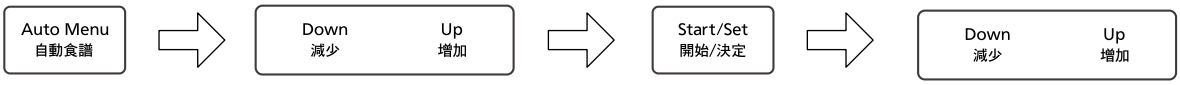
## Note

1. You can select the Menu No. by pressing the **Beverage** Pad as well.
2. Use a microwave safe cup. Heated coffee/milk can erupt if not mixed with air. Do not heat coffee/ milk in your microwave oven without stirring before and halfway through heating.
3. Care must be exercised not to overheat coffee/milk when using the **Beverage** feature. It is programmed to give proper results when heating 1 cup or 2 cups of coffee/milk, starting from room temperature for coffee and refrigerator temperature for milk. Overheating will cause an increased risk of scalding, or liquid eruption.
4. 1 cup of milk is 200 ml to 250 ml and 1 cup of coffee is 150 ml to 200 ml.

# To Use Auto Menu

## To Use Sensor Cook Menus

This feature allows you to cook foods without selecting a time and power level. Just select the desired menu numbe, and the oven will cook your food automatically.




**1. Press once to select the Auto Menu feature.**

**2. Select the desired menu number by pressing Up/ Down Selection Pads.** (see chart below)

**3. Press once to confirm.**

**4. Up/Down Selection Pads (Optional*):**
Preferences for food doneness vary with each individual. After having using Sensor Cook a few times, you may decide you would prefer your food cooked to a different doneness. By using the **Up/Down Selection** Pads, the programs can be adjusted to cook food for a longer or shorter time. *If you are satisfied with the result of the Sensor program, you don't have to use this pad.

**5. Press Start/Set.**
After the heat and humidity is detected by the Genius Sensor the oven will beep twice, the remaining time appears in the Display Window and begins to count down.

## Note

1 You can select the Menu No. by pressing the **Auto Menu** Pad as well.

2. The room temperature surrounding the oven should be below 35 °C.

3. Be sure the glass tray, the outside of the cooking containers and the inside of the microwave are dry before placing food in the oven. Residual beads of moisture turning into steam can mislead the sensor.

4. Food should always be covered loosely, but completely, with plastic warp. (Do not use any snap closing lids.)

5. DO NOT open the oven door until 2 beeps sound and cooking time appears in the display Window. Doing so will cause inaccurate cooking since the steam from food is no longer contained within the oven cavity. Once the cooking time begins to count down, the oven door may be opened to stir, turn, or rearrange foods.

6. All food should have a covered stand time of at least 3 to 5 minutes.

7. If cavity is overheated, "HOt" appears in the display window, then cannot use this function. Operate again after "HOt" disappear. If in a hurry, cook food manually by selecting the correct cooking mode and cooking time yourself.

| Menu No. | Menu | Recommended Weight Range |
|---|---|---|
| 3 | Vegetables | 125 g - 500 g |
| 4 | Root Vegetables | 125 g - 1.0 kg |
| 5 | Fish | 125 g - 500 g |
| 6 | Chicken | 400 g - 1.0 kg |

### 3. Vegetables

It is suitable 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 vegetable in a suitable size microwave safe casserole. Add 1 tablespoon to ¼ cup water if you prefer a softer cooked texture. Butter, herbs etc. may be added before heating, but do not add salt until serving. Cover with lid or plastic wrap. Select the program then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.

### 4. Root Vegetables

Suitable for cooking root vegetables such as potatoes, sweet potatoes, pumpkin, onions, swede, carrots, turnip and beetroot. All vegetables should be trimmed or prepared and cut into even sized pieces. Place vegetable in a suitable size microwave safe casserole. Add 1 tablespoon to ¼ cup of water to vegetables if you prefer a softer cooked texture. Cover with lid or plastic wrap. Select the program then press **Start/Set**. If desired, butter, herbs etc. may be added but do not add salt until after cooking. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue. At the completion of cooking, stir larger quantities of vegetables. Let stand, covered, for 2 to 3 minutes.

### 5. Fish

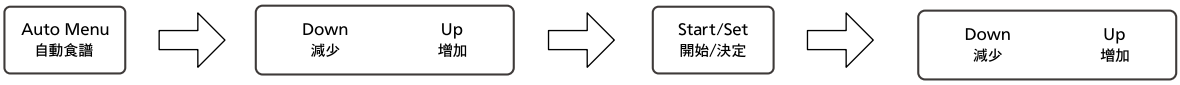
It is suitable for cooking whole fish and fish fillets. Put the prepared fish in a microwave safe dish. Add sauce and water. Cover with plastic wrap. Select the program then press **Start/Set**. After cooking large portions of fish, allow the fish to stand 3 to 5 minutes before serving. (It may be necessary to adjust the amount of water or sauce to your personal preference.)
**Note:** Thickness of fish should not be more than 3 cm.

### 6. Chicken

It is suitable for cooking chicken pieces, such as wings, drumsticks, thighs, half breasts etc. Chicken pieces should be thawed completely before cooking. Pierce the chicken pieces and marinate with gravy or vegetables if needed. Put the prepared chicken pieces in a microwave safe casserole. Add oil if you prefer a softer cooked texture. Cover dish securely with lid or plastic wrap. Select the program then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.

## To Use Auto Cook Menus

This feature allows you to cook foods without selecting a time and power level. Just select the desired menu number and weight/serving, and the oven will cook your food automatically.




**1. Press once to select the Auto Menu feature.**

**2. Select the desired menu number by pressing Up/ Down Selection Pads.**
(See the chart on next page)

**3. Press once to confirm.**

**4. Select the weight/ serving of food by pressing Up/Down Selection Pads.**

**5. Press Start/Set.**
The cooking time appears in the display window and begins to count down.

### Note

1 You can select the Menu No. by pressing the **Auto Menu** Pad as well.

2. When you select an Auto Menu program, the menu number shows in the display.

3. Only 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 Menu Program, to allow heat to continue conducting to the centre.

6. To allow for some variations that occur in food, check that food is thoroughly cooked and piping hot before serving.

# To Use Auto Menu (continued)

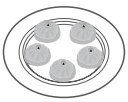
| Menu No. | Menu | Serving/Weight | | | | | | Recommended containers |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Bread | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Microwave safe dish |
| 8 | Chinese Bun | 70 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Microwave safe dish with plastic wrap |
| 9 | Sausages | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Microwave safe dish |
| 10 | Frozen Vegetables | 120 g | 180 g | 250 g | 370 g | - | - | Casserole with a lid or plastic wrap |
| 11 | Casserole Rice | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Casserole with a lid |
| 12 | Congee | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Casserole with a lid |
| 13 | Instant Noodles | 1 serv. | 2 servs. | - | - | - | - | Casserole with a lid |
| 14 | Double Boil | 4-6 servs. | 1-3 serv. | - | - | - | - | Casserole with a lid |
| 15 | Roast Chicken | 600 g | 900 g | 1200 g | 1500 g | - | - | Microwave safe container with upturned dish |
| 16 | Roast Beef/Lamb | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Wire rack with dish underneath |
| 17 | BBQ Meat Pieces | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Wire rack with dish underneath |
| 18 | Reheat Fried Foods | 50 g | 150 g | 350 g | 500 g | - | - | Wire rack with dish underneath |
| 19 | Cream Cheese | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Microwave safe bowl/dish with plastic wrap |
| 20 | Chocolate | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Microwave safe dish |
| 21 | Butter | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Microwave safe dish with plastic wrap |
| 22 | Ice Cream | 300 g | 600 g | 900 g | 1200 g | - | - | - |

## 7. Bread

It is suitable for reheating bread at freezing temperature (-18 °C). Put the bread on a suitable size microwave safe dish in the center of the glass tray. Cook without cover. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **TURN WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.
Note: 50 g = one standard slice of bread.

## 8. Chinese Bun

It is suitable for reheating buns such as frozen creamy custard bun, etc., Place food on a microwave safe dish in a radial pattern, sprinkle with some water. Wrap with the plastic wrap, and put the food on a suitable size microwave safe dish in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. See the illustration below.



Note: 35-40 g = one standard piece of bun.

## 9. Sausages

It is suitable for reheating frozen sausages, put the food on a microwave safe dish in a radial pattern, without cover and put the dish in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **TURN OVER WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue. See the illustration below.

## 10. Frozen Vegetables

Suitable for all types of frozen vegetables, like frozen peas, sweet corn or mixed vegetables. Place prepared vegetables into an appropriately sized microwave safe casserole, add 1 tbsp. of water per 100 g of vegetables. Cover with plastic wrap or lid. Do not add salt/butter until after cooking. (Not suitable for vegetables in butter or sauce.) Put the casserole in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue. Add salt and other seasonings after cooking (do not use vegetables with salt or butter).

## 11. Casserole Rice

It is suitable for cooking white rice including short, long grain, jasmine and basmati. Place rice in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed below. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Partially cover with a lid, and put the casserole in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. Stand 5 minutes covered after cooking. Rice will boil over if the casserole is too small. This setting is not suitable for cooking brown rice.

| Rice | Recommended Water | Recommended casserole volume |
|---|---|---|
| 100 g | 200 ml | 2.5 L |
| 200 g | 380 ml | 3 L |
| 300 g | 550 ml | 4 L |

## 12. Congee

It is suitable for cooking congee. Place the rice in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed below. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Partially cover with a lid, and put the casserole in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue. Stand 5-10 minutes covered after cooking.

| Rice | Recommended Water | Recommended Containers |
|---|---|---|
| 100 g | 750 ml | 3.25 L |
| 200 g | 1200 ml | 3.5 L |
| 300 g | 2100 ml | 5 L |

## 13. Instant Noodles

It is suitable for cooking instant noodles. Place the instant noodles and seasonings in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended boiling tap water listed below. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Partially cover with a lid, and put the casserole in the center of the glass tray. Select the program and Serv. then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue. Stand 1-2 minutes after cooking.

| Serving | Recommended boiling tap water | Recommended Containers |
|---|---|---|
| 1 serv | 500 ml | 3 L |
| 2 servs | 800 ml | 4 L |

## 14. Double Boil

It is suitable for cooking traditional soups; herbal soup, bird nest soup, etc., that requires slow simmer or “double boil”. This method ensures food remains tender without losing its shape. It also extracts and retains the aromatic flavor of the food. Place all ingredients in a microwave safe casserole. Add recommended ingredients listed below. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Cover with a lid, and put the casserole in the center of the glass tray. Select the program and Serv. then press **Start/Set**. Open the door to **STIR WHEN TWO BEEPS ARE HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue, add salt at the end of cooking.

| Serving | Meat | Vegetables | Tap Water |
|---|---|---|---|
| 4-6 servs | 500 g | 400 g | 900 ml |
| 1-3 servs | 250 g | 200 g | 500 ml |

## 15. Roast Chicken

It is suitable for roasting whole chicken. Pierce and marinate the chicken before roasting. Put the prepared chicken onto an upturned saucer in a microwave safe dish with chicken breast side down. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **TURN OVER WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.

## 16. Roast Beef/Lamb

It is suitable for cooking beef and lamb. Meat may be cooked with gravy and vegetables. Place prepared beef/lamb on a wire rack with dish underneath. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **TURN OVER WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.
**Note:** Meat should be thawed completely. Thickness of meat should not be more than 2 cm.

## 17. BBQ Meat Pieces

It is suitable for cooking meat pieces. Cut the meat into thin pieces. Pierce the meat pieces and marinate with gravy or vegetables if needed. Place prepared meat pieces on a wire rack with dish underneath. Select the program and weight then press **Start/Set**.Open the door to **TURN OVER WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.

## 18. Reheat Fried Foods

It is suitable for reheating most kinds of fried foods, like fried chicken, curry puffs, fried spring rolls and etc. All foods must be pre-cooked and at refrigerator temperature approx.+5 °C. Arrange fried foods on a wire rack with dish underneath. Select the program and weight then press **Start/Set**. Open the door to **TURN OVER WHEN TWO BEEPS HEARD** during cooking, press **Start/Set** Pad to continue.

## 19. Cream Cheese

Remove wrapper, cut cheese into 3 cm cube, and place in a microwave safe bowl/dish. Cover with plastic wrap, and put the container in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. If food needs more time cooking or weight exceeds range, cook using Defrost for melting.

## 20. Chocolate

Remove wrapper, separate chocolate into small pieces, and place into a microwave safe dish. Leave uncovered, and put the dish in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. After heating, stir until completely melted. If food needs more time cooking or weight exceeds range, cook using Defrost for melting.

Note: Chocolate holds its shape even when softened.

## 21. Butter

Remove wrapper, cut butter into 3 cm cube, and place into a microwave safe dish. Cover with plastic wrap, and put in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. Stir after cooking. If food needs more time cooking or weight exceeds range, cook using Defrost for melting.

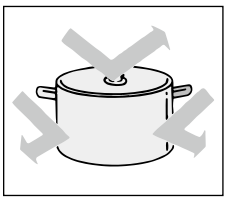
## 22. Ice Cream

Soften slightly uncovered and put in the center of the glass tray. Select the program and weight then press **Start/Set**. If food needs more time cooking or weight exceeds range, cook using Defrost for melting.

# Microwaves and How They Work

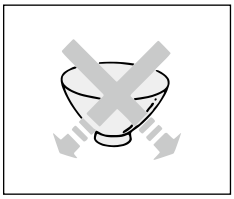
Microwaves are a form of high frequency electromagnetic waves (app. 12 cm wave length) similar to those used by a radio. Electricity is converted into microwave energy by the magnetron tube. The microwaves travel from the magnetron tube to the oven cavity where they are reflected, transmitted or absorbed.

### Reflection



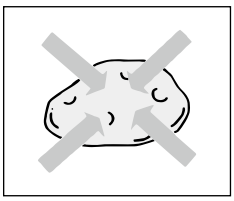
Microwaves are reflected by metal just as a ball is bounced off a wall. A combination of stationary (interior walls) and rotating metal (glass tray or stirrer fan) helps assure that the microwaves are well distributed within the oven cavity produce even cooking.

### Transmission



Microwaves pass through some materials such as paper, glass and plastic much like sunlight shining through a window. Because these substances do not absorb or reflect the microwave energy, they are ideal materials for microwave oven cooking containers.

### Absorption



Microwaves are absorbed by food. They penetrate to a depth of about 2-4 cm. Microwave energy excites the molecules in the food (especially water, fat and sugar molecules), and causes them to vibrate very quickly.

The vibration causes friction and heat is produced. In large foods, the heat which is produced by friction is conducted to the center to finish cooking the food.

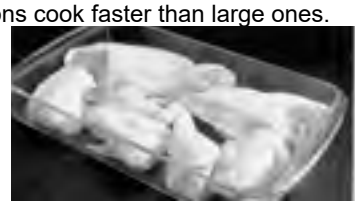
English

# Food Characteristics

## FOOD CHARACTERISTICS

Food characteristics which affect conventional cooking are more pronounced with microwave heating.

**Size** — Small portions cook faster than large ones.



**Shape** — Uniform sizes heat more evenly. To compensate for irregular shapes, place thin pieces toward the centre of the dish and thicker pieces toward the edge of dish.

**Starting Temperatures** — Room temperature foods take less time to heat up than refrigerator frozen foods.

**Bone and Fat** — Both affect heating. Bones may cause irregular heating. Large amounts of fat absorb microwave energy and meat next to these areas may overcook.

**Density** — Porous, airy foods take less time to heat than heavy, compact foods.

# Cooking Techniques

English

## Timing

A range in heating time is given in each recipe. The time range compensates for the uncontrollable differences in food shapes, starting temperature and regional preferences. Always cook food for the minimum cooking time given in the recipe and check for doneness. If the food is undercooked, continue cooking. It is easy to add time to an undercooked product. Once the food is overcooked, nothing can be done!

## Spacing

Individual foods, such as baked potatoes, cupcakes and hors d'oeuvres, will heat more evenly if placed in the oven equal distance apart. When possible, arrange foods in a circular pattern.

Similarly, when placing foods in a baking dish, arrange around the outside of dish, not lined up next to each other. Food should NOT be stacked on top of each other.

## Piercing

The skin or membranes on some foods will cause steam to build up during microwave cooking. Foods must be pierced, scored or have a strip of skin peeled off before cooking to allow steam to escape.

## Eggs:

Pierce egg yolk twice and egg white several times with a toothpick.

## Whole Clams and Oyster:

Pierce several times with a toothpick.

**Whole Potatoes and Vegetables**: Pierce with a fork.

**Frankfurters and Sausages**: Score smoked polish sausage and frankfurters. Pierce fresh sausage with a fork.

## Browning

Foods will not have the same brown appearance as conventionally cooked foods or those foods which are cooked utilizing a browning feature. Meats and poultry may be coated with browning sauce, Worcestershire sauce, barbecue sauce or shake-on browning sauce. To use, combine browning sauce with melted butter or margarine; brush on before cooking.

For quick breads or muffins, brown sugar can be used in the recipe in place of granulated sugar, or the surface can be sprinkled with dark spices before baking.

## Covering

As with conventional cooking moisture evaporates during microwave cooking. Because microwave cooking is done by time and not direct heat, the rate of evaporation cannot be easily controlled. This, however, can be easily corrected by using different materials to cover dishes. However, unless specified, a recipe is heated uncovered. Casserole lids or cling film are used for a tighter seal. Various degrees of moisture retention are also obtained by using wax paper or paper towels.

## Stirring

Stirring is usually necessary during microwave cooking. We have noted when stirring is helpful, using the words once, twice, frequently or occasionally to describe the amount of stirring required. Always bring the cooked outside edges toward the centre and the less cooked centre portions toward the outside.

## Turning and Rearranging

It is not possible to stir some foods to redistribute the heat. At times, microwave energy will concentrate in one area of a food. To help ensure even cooking, some foods need to be turned or rearranged. Turn over large foods such as roasts or turkeys. Generally, they are turned over once halfway through heating.

Rearrange small items such as chicken pieces, shrimp or hamburger patties. Rearrange pieces from the edge to the centre and pieces from the center to the edge of the dish.

## Standing Time

Most foods will continue to cook by conduction after the microwave oven is turned off. In meat cookery, the internal temperature will rise 5 °C if allowed to stand, covered, for 10-20 minutes.

Casseroles and vegetables need a shorter amount of standing time, but this standing time is necessary to allow foods to complete cooking in the center without overcooking on the edges.

## Testing for Results

The same test for doneness used in conventional cooking may be used for microwave cooking.

Cakes are done when a wooden stick comes out clean and cake pulls away from side of the pan.

Chicken is done when juices are clear yellow and drumstick moves freely.

Meat is done when fork tender or splits at fibres.

Fish is done when it flakes and is opaque.

## Converting Favorite Recipes

Select recipes that convert easily to microwave cooking such as casseroles, stews, baked chicken, fish and vegetable dishes. The results from foods such as cooked soufflles or two-crust pies would be less than satisfactory. Never attempt to deep fat fry in your microwave oven. A basic rule, when converting conventional recipes to microwave recipes, is to cut the suggested cooking time to a quarter. Also, find a similar microwave recipe and adapt that time and power setting. Season meats with herbs and spices (and half the salt) before cooking; the rest of the salt after cocking.

Stews are not browned before cooking. Omit any oil or fat that would be used for browning. Cut stew meat into 2.5 cm pieces. Cut carrots, potatoes and other firm vegetables into small pieces. Carrots should be thinly sliced and potatoes cut into dice.

Cover with glass lid and cook at 1000 W to bring liquid to a boil and cook at 100 W until tender. Stir occasionally. Note: A small plate placed on top of the meat and vegetables will help stop the meat overcooking.

Casseroles microwave cook well. Cut foods into uniform pieces. Condensed soup makes a good base for casseroles.

Select a dish that is large enough to allow for stirring. Cooking covered with a glass lid or cling film reduces cooking time. Stir occasionally during cooking. To keep crumb topping crisp sprinkle on before stand time.

## Heating Frozen Foods

Most frozen convenience foods have microwave heating directions on the back of the package. Refer to these directions for recommended power levels, heating times and general instructions.

## General Directions for Heating Frozen Convenience Foods

Pierce pouch vegetables or entrees with a fork or knife. Place pouch in a dish before heating.

Frozen foods in **metal containers deeper than 2 cm** such as lasagna or baked stuffed potatoes, must be removed from the foil container and placed in an appropriately sized microwave-safe container. Heat covered with a lid or plastic wrap.

**NOTE**: If food is difficult to be removed from container, rinse the bottom of the container with hot water.

English

## DEFROST

### Preparing Foods for Freezing

The finished quality of the prepared food will depend on the original quality before freezing, the care the food receives during freezing, and the techniques and times used for defrosting. Select fresh, good quality food and freeze as soon as possible after purchasing.

Heavy-duty plastic wraps and bags, and freezer wrap are suitable for use in the freezer. Meats may also be frozen in their store packaging for short periods of time.

Notes: If aluminum foil is used for wrapping, all pieces of foil must be removed before defrosting prevent arcing.

When WRAPPING FOR FREEZING, arrange meat, poultry, fish and seafood in thin uniform layers. Package minced meat in 2.5-5 cm thick rectangular, square or round shapes.

Remove giblets from fresh whole poultry. (The giblets may be frozen separately, if desired.) Clean and dry poultry. Tie legs and wings with string.

Remove all air before sealing plastic bags. LABEL package with type and cut of meat, date and weight.

FREEZE foods in a freezer which is maintained at - 18 °C or lower. Defrosting time given in the charts on page 33 are for thoroughly frozen foods. (i.e. foods should be frozen at least 24 hours before defrosting)

## DEFROST

To use, select 300 W and program the defrosting time. Follow defrosting times and directions given in this section and page 33.

### Techniques for Defrosting

1) Foods should be frozen in moisture and vapor proof wrapping materials. Small items such as chops, hamburger patties, fish fillets, poultry pieces etc. should be frozen in 1 or 2 pieces layers.

2) Remove original wrapper. Set meat on a microwave roasting rack placed in a dish. Set 300 W and heat for the time recommended in the chart on page 33.
3) Turn over meat or poultry two or three times during defrost.
4) Halfway through the defrost cycle, break apart ground beef, shrimp, scallops or crab meat. Separate chops or poultry pieces and remove meat that is defrosted.

5) Large roast, or whole poultry may still be icy in center. Allow to stand.

# Defrosting Chart

The times given below are a guideline only. Always check the progress of the food by opening the oven door and then re-starting. For larger quantities adjust times accordingly. Food should not be covered during defrosting.

| Food | Weight/Quantity | Time & Mode | Method |
|---|---|---|---|
| Beef/Lamb/Joint (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 mins | Standing time 30 mins |
| Steaks (1) (3) | 2 pcs 250 g | 300 W 3-4 mins | Standing time 3 mins |
| Minced beef (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-7 mins | Standing time 5 mins |
| Stewing steak (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 mins | Standing time 10 mins |
| Whole chicken (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-7 mins | Standing time 10 mins |
| Chicken portions (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 mins | Standing time 5 mins |
| Whole Fish (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 mins | Standing time 5 mins |
| Fish Fillets (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-6 mins | Standing time 5 mins |
| Prawns (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 4-6 mins | Standing time 5 mins |
| Fruits, Soft (1) | 250 g | 300 W 2-3 mins | Standing time 2 mins |
| Margarine (3) | 250 g | 300 W 1-2 mins | Standing time 2 mins |
| Cheese (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 2-4 mins | Standing time 2 mins |
| Plated Meals Homemade Adult Size (2) | 350 g | 300 W 5-6 mins | Standing time 3-5 mins |
| Cooked Fruit (2) | 540 g | 300 W 4-5 mins | Standing time 3-5 mins |
| Cooked Meat (2) | 520 g | 300 W 6-8 mins | Standing time 3-5 mins |
| Quiche (3) | 1 pc 65 g | 300 W 1-2 mins | Standing time 2 mins |
| Casseroles (1) | 750 g | 1000 W 6-7 mins | Standing time 3-5 mins |
| Bread rolls (1) | 1 pc 85 g | 1000 W 20-30 secs | Standing time 5 mins |
| Brioche large (1) (3) (4) | 1 pc 400 g | Combination 2; 3 mins 30 secs | Standing time 5 mins |
| Croissants (1) (4) | 2 pcs 100 g | Combination 2; 1 min-1 min 30 secs | Add 1 min Grill 3 for more crispness |
| Pastry puff (1) (3) | 1 roll 375 g | 300 W 2 mins-2 mins 30 secs | Standing time 20 mins in refrigerator |
| Pastry shortcrust (1) (3) | 1 roll 500 g | 300 W 4-5 mins | Standing time 20 mins in refrigerator |
| Pizza dough (1) (3) | 1 ball 240 g | 300 W 2 mins-2 mins 30 secs | Standing time 10 mins |
| Doughnuts (1) (4) | 2 pcs 100 g | Combination 2; 1 min-1 min 30 secs | Standing time 3 mins in oven |
| Waffles (1) (4) | 2 pcs 40 g | Combination 2; 1 min-1 min 30 secs | Add 1 min Grill 3 for more crispness |
| Fruit tarte (3) | 470 g | 300 W 4-5 mins | Standing time 5 mins |

(1) Turn or stir at half time.
(2) Separate and turn several times.
(3) Remove packaging and place on a heat resistant plate.
(4) Place on wire rack, if required in a heatproof dish.

# Reheating Chart

English

The times given in the charts below are a guideline only, and will vary depending on starting temperature, dish size etc.

| Food | Weight/Quantity | Time & Mode | Method |
|---|---|---|---|
| **Drinks-Coffee-Milk** | | | |
| Coffee | 1 mug 235 ml | 1000 W 1 min 30 secs | Stir before, and after reheating. |
| Coffee | 2 mugs 470 ml | 1000 W 2 mins 30 secs-3 mins | |
| Milk | 1 mug 235 ml | 1000 W 1 min 20 secs-1 min 30 secs | |
| **Breads-chilled** | | | |
| Croissants | 1 pc 50 g | 1000 W 10-20 secs or Grill 3; 3 mins-3 mins 30 secs | Place on microwave safe plate on glass tray. Do not cover. If using grill mode, use wire rack or heatproof plate. Turn at half time. |
| | 2 pcs 100 g | 1000 W 30-40 secs or Grill 3; 4 mins | |
| Rolls | 1 pc | 1000 W 10-20 secs or Grill 3; 3 mins-3 mins 30 secs | |
| | 4 pcs | 1000 W 30-40 secs or Grill 3; 4-5 mins | |
| Naan Bread | 225 g | 1000 W 30-40 secs | Do not cover. Turn at half time. |
| Pitta Bread | 2 pcs | 1000 W 20-30 secs | |
| **Plated meals-Homemade** | | | |
| Vegetables (cooked) | 300 g | 1000 W 2 mins-2 min 30 secs | Cover. Stir at half time. |
| | 700 g | 1000 W 5 min-5 mins 30 secs | |
| Potato puree | 500 g | 1000 W 3-4 mins | |
| Rice, quinoa, couscous | 300 g | 1000 W 2 mins-2 mins 20 secs | |
| Babyfood | 120 g | 600 W 30-40 secs | |
| **Canned Food** | | | |
| Baked Beans | 225 g | 1000 W 1 min 30 secs-2 min | Place in a microwave safe bowl on glass tray. Cover. Stir halfway. |
| Spaghetti in tomato sauce | 200 g | 1000 W 1 min 30 secs | |
| Cream of tomato soup | 400 g | 1000 W 2 mins 30 secs | |
| Chicken soup | 425 g | 1000 W 3 mins 30 secs | |
| **Pastry Products-frozen** | | | |
| Quiche | 400 g | 1000 W 2-3 mins or Combination 2; 4-6 mins | Place on microwave safe plate on glass tray. Do not cover. If using combination mode, use heatproof plate. |
| Samosas/spring rolls | 4 pcs 240 g | 1000 W 1-1 min 30 secs or Combination 2; 5-6 mins | |
| **Purchased Convenience Foods** | | | |
| Cottage pie (chilled) | 450 g | 1000 W 5-6 mins or Combination 2; 12-15 mins | Place on microwave safe plate on glass tray. Do not cover. If using combination mode, use heatproof plate. |
| Lasagne (chilled) | 400 g | 1000 W 7-8 mins or Combination 2; 10-12 mins | |
| Shepherd's pie (Frozen) | 450 g | 1000 W 3-4 mins then Combination 2; 22-25 mins | |

# Cooking Chart

| Food | Weight/Quantity | Time & Mode | Method |
|---|---|---|---|
| **Beans & Pulses-should be pre-soaked (except lentils)** | | | |
| Chickpeas | 225 g | 1000 W 8 mins then 440 W 35-40 mins | Use 1000 ml (1 L) boiling water in a large bowl. Cover. Stir halfway. |
| Lentils | 225 g | 440 W 15-20 mins | |
| Red kidney beans | 225 g | 1000 W 15 mins then 440 W 35-40 mins | |
| **Fruit-Peel, slice, chop into even sized pieces. Place in shallow microwave safe dish.** | | | |
| Asparagus | 200 g | 1000 W 4-5 mins | Add 30 ml (2 tbsp) of water, cover. Stir halfway. |
| Broccoli | 250 g | 1000 W 3-4 mins | |
| Potatoes | 250 g | 1000 W 4-5 mins | |
| **Lamb/Beef-from raw-Caution: Hot Fat! Remove dish with care.** | | | |
| Chops | 450 g (1 lb) | Combination 2 10 mins | Place on wire rack with heatproof plate underneath. Turn halfway. |
| Joint | 450 g (1 lb) | 600 W 10-13 mins then Combination 3; 6-10 mins | Place on upturned saucer in microwave safe dish or rack on glass tray. Cover and turn joint over halfway. Drain off fat during cooking. Uncover when using Combination mode. |
| **Pasta-Place in a large 3-litre (6 pints) microwave safe bowl** | | | |
| Macaroni | 450 g | 1000 W 13-15 mins | Use 1 litre boiling water. Cover. Stir halfway. |
| Spaghetti, Tagliatellie | 225 g | 1000 W 11-12 mins | |
| **Pizza-Fresh chilled- N.B. Remove all packaging. Pizza will have a soft base.** | | | |
| Thin & Crispy | 300 g | 1000 W 2-3 mins or Combination 2; 10-12 mins | Place on heatproof plate on glass tray. Do not cover. If using combination mode, please use wire rack. |
| Deep Pan | 400 g | 1000 W 4-6 mins or Combination 2; 10-12 mins | |
| **Potato Products Part Cooked-Frozen** | | | |
| Croquettes | 300 g | Combination 2; 12-13 mins | Place on wire rack on glass tray. Turn halfway. |
| Waffles | 2 pcs 120 g | Grill 3; 14 mins | |
| **Sausages-from raw-Caution: Hot Fat! Remove dish with care.** | | | |
| Thick | 4 pcs 240 g | 1000 W 2-3 mins or Combination 2; 8-10 mins | Place on microwave safe plate on glass tray. Cover. If using combination/grill mode, use wire rack. Do not cover. Turn halfway. |
| Thin | 4 pcs 120 g | 1000 W 1 min 30 secs- 2 mins 30 secs or Grill 3; 7-8 mins | |

## Note

Always check that food is piping hot after reheating in the microwave. If unsure, return to oven. Foods will still require a stand time, especially if they cannot be stirred. The denser the food the longer the stand time.

# Before Requesting Service

| ALL THESE THINGS ARE NORMAL: | |
|---|---|
| The oven causes interference with my TV. | Some radio, TV, Wi-Fi, cordless telephone, baby monitor, bluetooth or other wireless equipment interference might occur when you cook with the microwave 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. |
| Steam accumulates in the oven cavity and on the oven door, and warm air comes from the oven vents. | During cooking, steam and warm air are given off from the food. Most the steam and warm air are removed from the oven vents, but some steam will condense on cooler surfaces such as in the oven cavity and on the oven door. This is normal. Always wipe to dry after cooling down. |
| Steam accumulates inside the oven door. | During cooking, some steam will condense on cooler surfaces such as inside the oven door. It is normal and safe to use the product. |
| I accidentally operate my microwave oven without any food in it. | Operating the oven empty for a short time will not damage the oven. However, we do not recommend this to be done. |
| There are humming and clicking noises from my oven when I cook by Combination. | These noise occur as the oven automatically switch the Grill. This is normal. |
| The oven has an odor and generates smoke when using Combination and Grill function. | It is essential that your oven is wiped out regularly particularly after cooking by Combination or Grill. Any fat and grease that builds up on the roof and walls of the oven will begin to smoke if not cleaned. |
| Some smoke will be given off from the cavity when using Grill, Combination, for the first time. | It caused by the excessive oil in the cavity and oil used for rust protection volatilizing. |

# Before Requesting Service (continued)



| PROBLEM | POSSIBLE CAUSE | REMEDY |
|---|---|---|
| Oven will not turn on. | The oven is not plugged in securely. | Remove plug from outlet, wait 10 seconds and re-insert. |
| | Circuit Breaker or fuse is tripped or blown. | Contact the specified service Centre. |
| | There is a problem with the outlet. | Plug another appliance into the outlet to check if the outlet is working. |
| Oven will not start cooking. | The door is not closed completely. | Close the oven door securely. |
| | **Start/Set** Pad was not pressed after programming. | Press **Start/Set** Pad. |
| | Another program has already been entered into the oven. | Tap **Stop/Cancel** Pad to cancel the previous program and program again. |
| | The program has not been entered correctly. | Program again according to the Operating Instructions. |
| | **Stop/Cancel** Pad has been tapped accidentally. | Program oven again. |
| When the oven is turning on, there is noise coming from Glass Tray. | The roller ring and oven bottom are dirty. | Clean these parts according to 'Care of Your Microwave Oven' (See next page). |
| "[ ]" appears in the display window. | The Child Lock was activated by tapping **Start/Set** Pad 3 times. | Deactivate Lock by tapping **Stop/ Cancel** Pad 3 times. |
| "H + number (eg. H98)" appears in the Display Window. | This display indicates a problem with the microwave generation system. | Contact the authorised service centre. |
| "HOt" appears in the display window. | The cavity is overheated. | Operate again after it cools down. If in a hurry, cook food manually by selecting the correct cooking mode and cooking time yourself. |

If it seems there is a problem with the oven, contact an authorized Service Centre.

# Care of Your Microwave Oven

English

1. Turn the oven off and remove the power plug from the wall socket before cleaning, if possible.
2. Keep the oven cavity clean. When food splatters or spilled liquids adhere to oven walls, wipe with a damp cloth. Mild detergent may be used if the oven gets very dirty. The use of harsh detergent or abrasives is not recommended.
3. The outside oven surfaces 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.
4. Do not allow the Control Panel to become wet. Clean with a soft, damp cloth. Do not use detergents, abrasives or spray-on cleaners on the Control Panel. When cleaning the Control Panel, leave oven door open to prevent oven from accidentally turning on. After cleaning press **Stop/ Cancel** Pad to clear display window.
5. If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe with a soft cloth. This may occur when the microwave oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates malFeature of the unit.
6. It is occasionally necessary to remove the glass tray for cleaning. Wash the tray in warm sudsy water or in a dishwasher.
7. 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, water or window cleaner and dry.
   The roller ring may be washed in mild sudsy water or dish washer. Cooking vapors collect during repeated use but in no way affect the bottom surface or roller ring wheels. When removing the roller ring from cavity floor for cleaning, be sure to replace in the proper position.
8. When using the GRILL or cooking in the COMBINATION mode, some foods may inevitably splatter grease on to the oven walls. If the oven is not cleaned, occasionally it may start to “smoke” during use. These marks will be more difficult to clean later.
9. After GRILL or COMBINATION cooking the ceiling and walls of the oven should be cleaned with a soft cloth squeezed in soapy water. Particular care should be taken to keep the window area clean particularly after cooking by GRILL or COMBINATION. Stubborn spots inside the oven can be removed by using a small amount of microwave oven cleaner sprayed onto a soft damp cloth. Wipe onto problem spots, leave for recommended time and then wipe off. Avoid cleaning oven door and the microwave feed guide area situated on the right hand side of the cavity wall.

   DO NOT SPRAY DIRECTLY INSIDE THE OVEN. A steam cleaner is not to be used for cleaning.
10. When it becomes necessary to replace the oven light, please consult a dealer to have it replaced.
11. The oven should be cleaned regularly and any food deposits removed.

# Technical Specifications

| Model name: | | NN-GT65QB | NN-GT65QB | |
|---|---|---|---|---|
| Power Supply: | | 230 - 240 V~ 50 Hz | 220 V~ 50 Hz | |
| Country: | | For Malaysia | For Indonesia | For Vietnam |
| Power Consumption: | Microwave | 5.3 A 1250 W | 5.7 A 1230 W | |
| | Grill | 4.8 A 1140 W | 5.2 A 1140 W | |
| | Combination | 5.8 A 1350 W | 6.2 A 1350 W | |
| Cooking Power: | Microwave* | 1000 W | | |
| | Grill | 1100 W | | |
| Outside Dimensions (W × H × D): | | 525 mm × 310 mm × 401 mm | | |
| Oven Cavity Dimensions (W × H × D): | | 359 mm × 247 mm × 362 mm | | |
| Overall Cavity Volume: | | 31 L | | |
| Glass Tray Diameter: | | Ø340 mm | | |
| Operating Frequency: | | 2450 MHz | | |
| Uncrated Weight: | | Approx. 12.7 kg | | |

* IEC Test Procedure
Specifications subject to change without notice.
As for the voltage requirement, manufactory and serial number, please refer to the name plate on the microwave oven.

# 目 錄

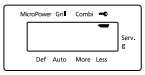
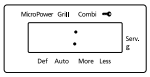
簡易操作指南 ..... 2-4
重要安全指引 ..... 5-6
安裝及一般說明 ..... 7-8
功能指示 ..... 9
控制面板 ..... 10
烹調模式 ..... 11
烹調用具使用指南 ..... 12
蜂鳴聲選擇 ..... 13
兒童安全鎖設置 ..... 13
時鐘設定 ..... 13
微波火力設定 ..... 14
燒烤設定 ..... 15
微波燒烤設定 ..... 16
快速翻熱設定 ..... 17
追加烹調設定 ..... 17
計時設定（計時 / 放置時間 / 延時啟動） ..... 18
三階段連續烹調程序設定 ..... 19
自動感應翻熱設定 ..... 20
超速解凍設定 ..... 21
翻熱飲料功能 ..... 22
自動食譜設定 ..... 23-28
微波爐的原理 ..... 29
食物的特徵 ..... 29
烹調的方法 ..... 30-32
微波解凍建議時間 ..... 33
翻熱食譜建議時間 ..... 34
常用食譜烹調建議時間 ..... 35
要求修理服務之前 ..... 36-37
微波爐的保養 ..... 38
規格 ..... 39

中文

© Panasonic Corporation 2025

# 簡易操作指南

當您插上微波爐的電源插頭後，顯示窗顯示“88 : 88”，即可開始使用微波爐。

| 功能 | 使用方法 |
|---|---|
| **蜂鳴聲設定**<br>( ☞ 第 13 頁 ) | 插上電源後：<br>Start/Set 開始/決定 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Stop/Cancel 停止/取消<br>按一次。 選擇模式。 按一次。<br>初始模式為“開啟（On）” |
| **兒童安全鎖設定 / 取消**<br>( ☞ 第 13 頁 ) | **設定：** 顯示：<br>Start/Set 開始/決定 ⇨  <br>按三次。<br>**取消：** 顯示：<br>Stop/Cancel 停止/取消 ⇨ 或  <br>按三次。 時間或冒號在顯示窗上顯示 |
| **時鐘設定**<br>( ☞ 第 13 頁 ) | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘<br>按兩次。 預設時間。（12- 小時） 按一次。 |
| **微波火力設定**<br>**( 烹調 / 加熱 / 解凍 )**<br>( ☞ 第 14 頁 ) | Micro Power 微波火力 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定火力 設定所需烹調時間。 按一次。 |
| **燒烤設定**<br>( ☞ 第 15 頁 ) | Grill 燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定火力 設定所需烹調時間。 按一次。 |
| **微波燒烤設定**<br>( ☞ 第 16 頁 ) | Combination 微波燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定火力 設定所需烹調時間。 按一次。 |
| **快速翻熱功能設定**<br>( ☞ 第 17 頁 ) | Quick 30 快速翻熱 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按此鍵設定所需烹調時間。 按一次。 |

中文

| 功能 | 使用方法 |
|---|---|
| **追加烹調設定**<br>（☞ 第 17 頁） | 料理結束後，“0”在顯示窗上閃爍。 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按時間鍵設定追加的烹調時間。 按一次。 |
| **自動感應翻熱設定**<br>（☞ 第 20 頁） | Sensor Reheat 自動感應翻熱 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 按一次。 |
| **超速解凍設定**<br>（☞ 第 21 頁） | Turbo Defrost 超速解凍 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 選擇重量。 按一次。 |
| **飲料設定**<br>（☞ 第 22 頁） | Beverage 飲料 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定 ⇨<br>按一次。 選擇所需食譜編號。 按一次。<br>Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>選擇份量。 按一次。 |
| **自動食譜設定**<br>**（編號 3-6 感應烹調）**<br>（☞ 第 23 頁） | Auto Menu 自動食譜 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定 ⇨<br>按一次。 選擇所需食譜編號。 按一次。<br>Start/Set 開始/決定<br>按一次。 |
| **自動食譜設定**<br>**（編號 7-22 自動烹調）**<br>（☞ 第 25 頁） | Auto Menu 自動食譜 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定 ⇨<br>按一次。 選擇所需食譜編號。 按一次。<br>Down 減少 / Up 增加 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>選擇份量 / 重量。 按一次。 |
| **計時設定**<br>（☞ 第 18 頁） | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定計時時間。 按一次。 |

中文

| 功能 | 使用方法 |
|---|---|
| **放置時間設定**<br>（☞ 第 18 頁） | **設定所需烹調程序，最多 2 段。**（第 19 頁） ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定放置時間。 按一次。 |
| **延時啟動設定**<br>（☞ 第 18 頁） | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ **設定所需烹調程序，最多 2 段。**（第 19 頁） ⇨ Start/Set 開始/決定<br>按一次。 設定延時啟動時間。 按一次。 |

中文

# 仔細閱讀並妥善保存

## 使用微波烹調應注意之事項

### 檢查有否損壞：

使用微波爐前應先檢查下列各項：

1. 燒烤保護網柵有否損裂。
2. 爐門是否妥當，可暢順開關。
3. 門鉸是否妥當。
4. 爐門的金屬邊緣不可弄曲或變形。
5. 爐門的邊緣不可沾上食物或積聚油污。

### 預防事項：

請注意以下事項。（否則可能會導致微波外洩）：

1. 切勿損壞爐門的安全鎖。
2. 當微波爐運作時，請勿使用任何物件，特別是金屬物件，強行打開爐門。
3. 切勿放置任何金屬物體於爐內，包括金屬容器，罐頭或任何金屬物品等。
4. 不可讓其他金屬物體如速食食品之錫紙包裝，碰觸爐壁。
5. 清潔爐門及其邊緣位置、爐腔和相鄰部件的詳細資訊。清潔爐腔，應使用溫和洗潔液清理爐門及其邊緣位置。不可使用具腐蝕性的清潔劑，以免損壞爐腔。
6. 使用微波爐時必須應用附設的轉盤。
7. 使用微波爐時，爐內應放有可吸收能量的物質。（例如：食物，水）。除本説明書特別許可的情況外。
8. 爐門開啟時，請勿在爐門上置重物。
9. 微波爐內切勿使用密封的容器。嬰兒用的奶樽亦算密封容器。
10. 本微波爐不能由身體虛弱（包括未成年人）或缺乏經驗和相關知識的人來操作，除非在監護人的監督指導下安全使用。
11. 要看顧兒童以免兒童把微波爐當成玩具。
12. 除受過專業培訓的合資格的維修人員外，其他人員拆下機殼來進行檢修操作是非常危險的，如在檢修過程中錯誤拆下防止微波能量洩漏的機件等操作。
13. 微波爐在使用過程中，表面可能會變得很燙。
14. 本產品不能安裝於裝飾性門後，以免過熱。
15. 不要使用粗糙磨料清洗劑或鋒利的金屬刮刀清潔產品門的玻璃，因為其會擦傷玻璃表面，從而可能導致玻璃破碎。請勿使用蒸氣清潔器清潔微波爐。

### 接地説明

本設備必須接地。萬一漏電，接地可以提供電流回路以避免觸電。本設備配有一個接地插頭。這插頭必須接插在確實接地的插座上。

注意 - 錯誤地使用接地插頭會有觸電的危險。

### 電動風扇的操作

在使用某些功能食譜後，電動風扇會繼續開動。這是正常情況，此時也可隨意取出食物。

### 使用要點説明

注意 - 使用本微波爐時，為避免發生著火，漏電，傷人或微波外泄等意外，必須注意以下安全要點：

1. 在使用本設備前，請參閱重要安全指引。
2. 生雞蛋及密封盒之類的東西，例如：密封的玻璃器皿**及嬰兒用奶樽**容易引起爆裂，故不能放入爐內加熱烹調。
3. 本設備隻適用於本説明書所指示之用途。
4. 小孩使用本設備時必須有監管人監管。
5. 當微波爐操作不正常，或受損及跌撞時，應停止繼續使用。
6. 不可用於室外。
7. 不可將電線或插頭浸入水中。
8. 不可將電線接近高溫處。
9. 不可將電線掛在桌子或櫃台邊。

10. 為避免微波爐起火：
    (a) 不可過度烹調食物。注意放入爐內的材料如：紙，塑膠或其他易燃物品等。
    (b) 不建議加熱醫用袋，如果要加熱，請勿離開並仔細參照製造商的指示。
    (c) 放盒子入微波爐時，請取走金屬包裝。
    (d) 萬一爐內的東西著火，請保持爐門緊閉，然後拔去電源插頭，或關掉屋內電源總開關。
    (e) 烹調或加熱進行時，請勿離開。
11. 切勿拆開爐身。
12. 請勿通過外接計時器或獨立遙控系統操作本微波爐。
13. 未能保持微波爐清潔可能導致微波爐表面損壞，這將影響微波爐的使用壽命或導致其有所損壞。
14. 警告：在操作設備之前，請確保爐腔中無任何不適合與微波一起使用的物品或器具。
15. 警告：不使用微波爐時，請勿將爐腔用於存放可燃物品、炊具或食物等。
16. 不得使用蒸汽清潔器清潔設備。
17. 設備必須在裝飾門打開的情況下工作。

## 電源：

Panasonic 微波爐需以獨立電源運作，而所用的電壓應與標籤上提供的資料一致。否則電路保險線有機會被溶斷或會延長所需烹調時間。禁止插入高容量的電線板。

## 操作要點：

1. 首次使用**燒烤**及**微波燒烤**功能時，如有白煙冒出，並非故障現象。
2. 微波爐頂部有兩根加熱器。使用**燒烤**及**微波燒烤**功能後，加熱器部件將處於高溫狀態。
3. 使用過程中，電器會變熱。 應注意避免接觸顱腔內的加熱元件。8 歲以下的幼兒應遠離。
   **警告：**可接觸的部位在使用過程中可能會變熱。幼兒應遠離。
4. 在第一次使用**燒烤**及**微波燒烤**功能之前，請在沒有放置任何食物及配件（需要放置玻璃轉盤和轉環）的情況下選擇燒烤 3 運作 5 分鐘。這樣可以燃燒掉燒烤管上的保護油。只有此情況下微波爐才可在沒有負載情況下啟動。
   **注意：微波爐內壁會變得很熱。**
5. 使用**燒烤**及**微波燒烤**功能的過程中，爐身、排風口及爐門亦會受熱，請小心開關爐門及取放食物和器皿。

**警告！高溫表面**

# 警告

a) 門縫範圍應以濕布清潔。若本產品的門邊及線縫，若有損壞，必須停止使用，並交由維修人員修理。
b) 如果門或門邊線縫有損壞，請勿使用微波爐，並交由維修人員修理。
c) 必須由指定製造商所訓練的維修人員做調整或修理服務，讓他人修理，會有危險。
d) 如電源線損壞，必須由維修人員或有相關維修資格的人員進行維修，以避免危險。
e) 使用前，使用者必須檢查清楚所用的烹調用具是否適用於微波爐。
f) 液體食品或其他食品一定不要放在密封的容器裏加熱，因為這樣有可能會發生爆炸，同時應預防被沸騰液體噴濺，以防燙傷。
g) 兒童要單獨使用微波爐，父母必須給予正確指導，並清楚讓兒童知道使用方法不正確所帶來的危害。
h) 微波爐運行燒烤及微波燒烤功能時，由於會產生高溫，兒童必須在成人監護下使用。
I) 從本產品中取出容器時應注意不要移動玻璃轉盤 。

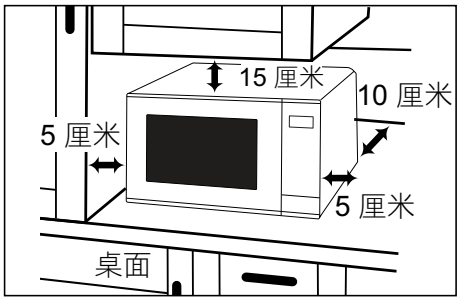
## 一般使用

1. 為保持高質素的烹調效果，切勿讓微波爐空著操作，因為當沒有食物或水份在爐內吸收能量的情況下，微波能量會不停地在爐內反射。這會導致爐腔損壞。
2. 如發現微波爐起煙，請緊閉爐門並切斷電源，以熄滅爐內之火焰。
3. 如發現微波爐起煙，請緊閉爐門，並按**停止 / 取消**鍵，以熄滅爐內的火焰。然後中斷電源或關閉電路板及保險絲。
4. 本產品主要用來加熱食物和飲料。切勿用來烘乾食物或衣物，或加熱電熱器，拖鞋，海綿，濕布和其他類似產品，否則可能引起受傷，著火或者火災。
5. 不可使用再生紙製品，因其含有容易引起火花和火種的雜質。
6. 不可將報紙或紙盒用於微波爐。
7. 不可敲打控製面板以免損壞控製器。
8. 取出已煮完的食物時必須使用鍋夾，因為熱力會從高溫的食物傳至烹調容器，然後再由烹調容器傳至玻璃轉盤，當烹調容器從爐內取出，玻璃轉盤會非常熱。
9. 不可將易燃物放在爐內或爐頂以免導致起火。
10. 如非食譜所指定，不可直接在玻璃轉盤上烹調食物。（食物必須放入適合的烹調器皿中。）
11. 請勿使用該微波爐加熱化學劑或其他非食物製品。不可用含有腐蝕性化學劑的製品清洗微波爐。在爐內加熱腐蝕性化學劑可能會引起微波外洩。
12. 當玻璃轉盤仍很熱時，請待其冷卻後方清洗或置於水中。
13. 當使用**微波燒烤**功能烹調時，切勿將任何鋁或金屬容器直接置於燒烤架上。必須在其與燒烤架之間放置微波安全及耐熱容器如玻璃盤或碟。這樣可防止打火花，避免微波爐損壞。
14. 烹調時，蒸氣會在爐門上及 / 或爐門內會少量凝聚，這是正常現象，微波爐仍可安全使用，冷卻後蒸氣將會自動消散。
15. 在使用紙，塑料或其他易燃材料製成的容器加熱或烹調食物時，請勿離開，因過度加熱此類製品可能會引起火災。
16. 在使用微波功能時，請不要將食物或飲料放在金屬容器內。
17. 當僅使用微波功能烹調時，建議您不要使用燒烤架。
18. 僅使用微波爐適用容器。

## 微波爐的放置

該產品僅供桌面使用。它不能放置於櫥櫃內。

1. 微波爐必須平穩地擺放在平面上。正常地使用，爐的周圍必需保持空氣流通。爐的頂端需留 15 厘米及左右兩壁需留 5厘米空隙，後壁需留 10 厘米。若微波爐有一側緊靠著牆壁，另一側或頂端必須留出規定的空間。不可取去爐腳。




(a) 不可堵塞通氣口。如在使用過程中被堵塞，會使微波爐過熱，安全鍵會自動關閉微波爐。並待微波爐冷卻後才可使用。

(b) 不可放置微波爐於高溫潮濕地方，例如煤氣爐，電爐或水槽等。

(c) 如室內溫度過高則不能使用微波爐。

2. 本微波爐只適用於家庭使用。

中文

## 食物

1. 不可將密封罐裝食物或瓶子放入微波爐，當氣壓增加，瓶子可能會爆炸，而且微波爐不能使食物維持在適當的溫度，微波可能會引致罐裝食物變質及進食後可能會對身體有害。
2. 不可用微波爐煎炸食物。
3. 不可煮帶殼蛋，因壓力會使蛋爆裂。
4. 馬鈴薯、蘋果、蛋黃、板栗、紅腸、雞翼等帶皮的食物在烹調前必須用叉或刀穿孔以防止燒焦。
5. 當加熱湯，醬汁或飲品等液體食物時，若加熱過度便會有滾瀉的現象出現。要避免這種情況發生，請留意以下各點：

   (a) 避免使用直身及開口窄的容器。

   (b) 不要加熱過度。

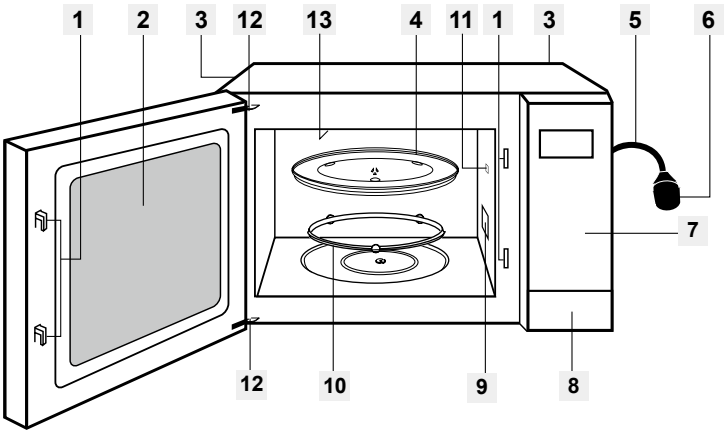
   (c) 加熱前以及加熱中途略加攪拌。

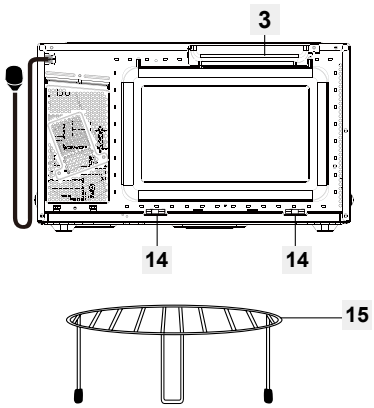
   (d) 加熱後先讓食物於爐內放置片刻，略加攪拌才將之取出。

   (e) 微波加熱飲料會導致延遲噴濺沸騰，因此取出時必須小心謹慎。

   (f) 一般情況下，在烹調湯，砂鍋，或者肉類的時候，需要加蓋。
6. **不可使用一般的測肉溫度計於微波爐。若檢查肉類的烹調溫度，請使用微波爐專用測肉溫度計。**當食物從微波爐拿出後，可以使用一般的測肉溫度計。若烹調不足，則再放入微波爐內用適當的火力和時間多煮數分鐘。確認肉類和禽類完全煮熟是非常重要的。
7. **烹調指南所提供的烹調時間為大約時間。**影響烹調時間的因素有：所喜歡的生熟程度，開始溫度、海拔高度、份量、大小、 食物形狀和盛載器皿。若您熟悉爐的操作，則可以適當參照以上這些因素加以修正烹調時間。
8. **烹調食物時最好是寧可烹調不足也不要烹調過度。**若食物烹調不足則可重新再加以烹調，但若烹調過度則無法補救。請時常選用最短時間。
9. 爆米花必須用微波爐專用的爆米花器皿盛載。另外一些紙袋包裝的微波爆米花亦適用於微波爐烹調。請依照食品製造商的說明指示及用法。烹調爆米花時，請加倍注意，切勿離開。
10. 當使用所購食品包裝的塑膠、紙或其他易燃材料的容器加熱或烹調時，請時常留意加熱情況，以免容器過熱而燃燒。
11. 在使用奶樽或其他容器餵食嬰兒前，要對這些食品進行攪拌或搖晃並試一試溫度以防止燙傷嬰兒。

# 功能指示




**1 爐門安全鎖**

**2 爐門窗**
此爐門窗帶有防潮膜（切勿移除）

**3 通風口**

**4 玻璃轉盤**

a. 未放入轉環和玻璃轉盤時**不得**操作微波爐。

b. 本微波爐只能使用專用玻璃轉盤，不能使用代用品或其他玻璃轉盤。

c. 應等玻璃轉盤冷卻後，再清掃或放入水中。

d. 不得將食物直接放在玻璃轉盤上。應始終將食物放在微波安全容器中或容器支架上。

e. 烹調時請將容器置於玻璃轉盤的中央。

f. 當玻璃轉盤上的容器中的食物或容器本身接觸微波爐內壁，使玻璃轉盤停止轉動時，玻璃轉盤將自動向相反方向轉動。這是正常現象。

g. 玻璃轉盤可向兩個方向轉動。

**5 電源線**

**6 電源插頭**

**7 控制面板**

**8 爐門開關鍵**

按此鍵打開爐門。當你在烹調過程中打開爐門，預定的模式會暫時保留。把爐門再次關上並按下**開始 / 決定**鍵，程序會恢復運行。烹調時開啟爐門，亦十分安全，不會出現微波外洩的情況。

**9 波導蓋**（切勿移去）

**10 轉環**

a. 經常清掃轉環和爐底部，以防止產生噪聲。

b. 轉環必須與玻璃轉盤同時使用。

**11 顱內燈**

爐內燈在烹飪過程中以及門打開時會亮起。保持門開狀態 1 分鐘後爐內燈會熄滅。

**12 門鉸鏈**

門開或門關時，切勿把手指伸入。

**13 燒烤管**

**14 制動架（切勿拆卸）**
制動架有阻隔作用，確保微波爐背部與後壁之間留有適當的距離，從而保證風路暢通。

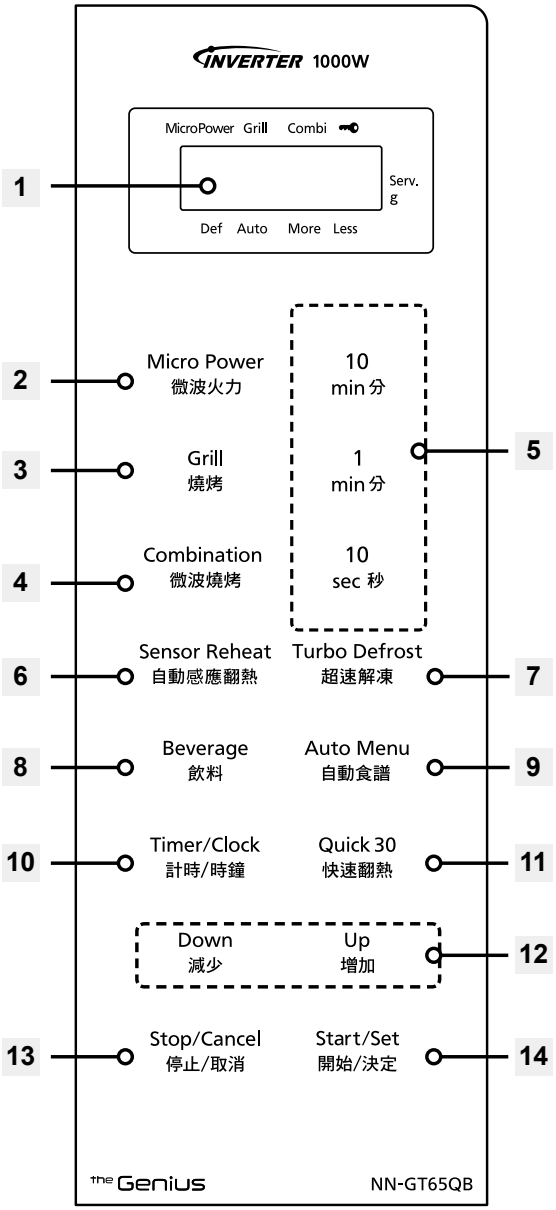
**15 燒烤架**

a. 使用微波爐附送的燒烤架可以燒烤小份量食物。
b. 燒烤架需經常清洗。
c. **燒烤和微波燒烤**功能時可以使用燒烤架。請選擇使用耐熱容器。塑膠容器或紙制容器會引起燃燒。
d. 使用**微波燒烤**功能時，燒烤架上切勿直接放置金屬容器或鋁制器皿。如需使用金屬容器或鋁制容器，必須在其與燒烤架之間放置耐熱的微波安全盤或碟，以免火花損壞微波爐。
e. 當僅使用微波功能烹調時，請勿使用燒烤架。

## 備註：

1. 圖示僅供參考，請以實際產品為準。
2. 玻璃轉盤和燒烤架是微波爐的配件。說明書中提到的其他所有料理器具必須單獨購買。

# 控制面板




**1 顯示窗**

**2 微波火力鍵**（第 14 頁）

**3 燒烤鍵**（第 15 頁）

**4 微波燒烤鍵**（第 16 頁）

**5 時間鍵**

**6 自動感應翻熱鍵**（第 20 頁）

**7 超速解凍鍵**（第 21 頁）

**8 飲料鍵**（第 22 頁）

**9 自動食譜鍵**（第 23-28 頁）

**10 計時 / 時鐘鍵**（第 13，18 頁）

**11 快速翻熱鍵**（第 17 頁）

**12 增加 / 減少鍵**

**13 停止 / 取消鍵**

**烹調前**：按一次可消除已輸入的指示。
**烹調時**：按一次可暫時中止烹調程序。再按一次即將所輸的指示消除，而時鐘設定的時間或冒號則會出現在顯示窗上。

**14 開始 / 決定鍵**

按一次，微波爐即自動運轉。如烹調時曾打開爐門或曾按**停止 / 取消**鍵，則須再次按動**開始 / 決定**鍵令微波爐繼續運轉。

## 備註：

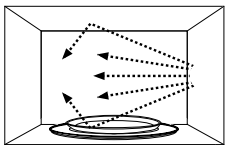
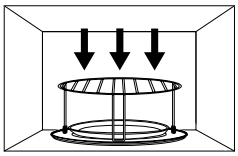
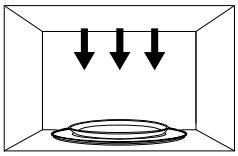
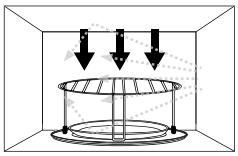
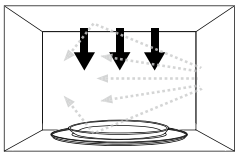
若您設置完烹調程序後，沒有按**開始 / 決定**鍵開始進行烹調，6 分鐘後，電腦程序將自動取消此次設置，恢復到時鐘或冒號狀態。

## 蜂鳴器聲訊號：

正確按動微波爐按鍵時，便會聽到蜂鳴器聲響。如聽不到的話，則表示未能接收指示或蜂鳴聲被關閉。若在烹調過程中，微波爐發出兩次蜂鳴器聲，則是提示一個烹調階段的結束。當整個烹調程序完成後，則會發出五次蜂鳴器聲。

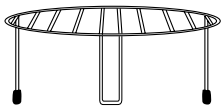
# 烹調模式

**以下表格顯示各功能下所使用的附件，效果會因食品種類和容器條件而異。**

| 烹調模式 | 使用 | 建議配件 | 容器 |
|---|---|---|---|
| **微波**<br>  | • 解凍。<br>• 再加熱。<br>• 熔化：牛油、朱古力、芝士。<br>• 烹調魚類，蔬菜、水果、蛋類。<br>• 準備食材：燉水果、果醬、醬汁、蛋奶、酥皮、焦糖、肉和魚等。<br>• 烘烤無需上色的蛋糕。 | – | 將碟子或碗或微波專用容器直接放在玻璃轉盤中央。<br><br>鐵製容器除外。 |
| **燒烤**<br>  <br>或<br>  | • 烤製肉類或魚類。<br>• 烤多士。 | 燒烤架 | – |
| | • 為烘烤類菜肴或批類增加烤色。 | – | 將耐熱容器，金屬容器放在玻璃轉盤上。 |
| **微波燒烤**<br>  <br>或<br>  | • 烹調肉串及雞塊。 | 燒烤架 | 鐵製容器除外。 |
| | • 烹調千層麵、肉類、脆皮馬類薯或蔬菜。<br>• 烘烤需上色的蛋糕及布丁。 | – | 將耐熱微波安全容器放在玻璃轉盤上。<br><br>鐵製容器除外。 |

中文

# 烹調用具使用指南

| | 微波 | 燒烤 | 微波燒烤 |
|---|---|---|---|
| **燒烤架**<br>（微波爐配件）<br>  | 不可 | 可 | 可 |
| 錫紙 | 不可 | 可 | 不可 |
| 陶瓷盤 | 可 | 可 | 可 |
| 微波碟 | 可 | 不可 | 不可 |
| 牛皮紙袋 | 不可 | 不可 | 不可 |
| **快餐用紙碟**<br>耐熱 / 微波安全 | 可 | 可 | 可 |
| 非耐熱 / 微波安全 | 不可 | 不可 | 不可 |
| **一次性**<br>紙容器 | 可 * | 可 * | 可 * |
| **玻璃器皿**<br>耐熱玻璃 / 陶瓷 | 可 | 可 | 可 |
| 非耐熱玻璃 / 陶瓷 | 不可 | 不可 | 不可 |
| 金屬器皿 | 不可 | 可 | 不可 |
| 金屬線 | 不可 | 可 | 不可 |
| 耐熱烹飪袋 | 可 | 可 * | 可 |
| 廚房紙巾及餐紙 | 可 | 不可 | 不可 |
| 塑料解凍架 | 可 | 不可 | 不可 |
| **塑膠碟子**<br>微波安全 | 可 | 不可 | 不可 |
| 不可用於微波 | 不可 | 不可 | 不可 |
| 微波安全保鮮紙 | 可 | 不可 | 不可 |
| 草、柳及木製容器 | 可 | 不可 | 不可 |
| **溫度計**<br>微波安全 | 可 | 不可 | 不可 |
| 常規市售 | 不可 | 可 | 不可 |
| 蠟紙 | 可 | 可 | 可 |
| 矽膠烤盤 | 可 * | 可 * | 可 * |

* 請嚴格按照廠商的建議溫度及食譜操作使用。

中文

# 蜂鳴聲選擇

微波爐具有“蜂鳴聲開啟”和“蜂鳴聲關閉”兩種模式。Panasonic 微波爐的這一獨特功能可讓您設定微波爐的非料理初始功能。

**1. 插上電源後按下開始 / 決定鍵。**
顯示窗中顯示“bEEP”。默認模式為“開啟（On）”。

**2. 按增加 / 減少鍵。**
模式改為“關閉（Off）”。

**3. 設置完成後，按停止 / 取消鍵退出。**

## 備註：

1. 此功能僅只有在插入電源時才能操作。
2. 在第二步再次按**增加 / 減少**鍵，它將恢復到初始模式“開啟（On）”。

# 兒童安全鎖設置

此功能可防止兒童胡亂開動微波爐，以免發生意外。**請在顯示窗呈現冒號或時鐘狀態時進行設定**

**設定：**

**按開始 / 決定鍵三次。**
時間或冒號於顯示窗消失。 其實時間並不會丟失。
顯示窗中顯示“ ”。

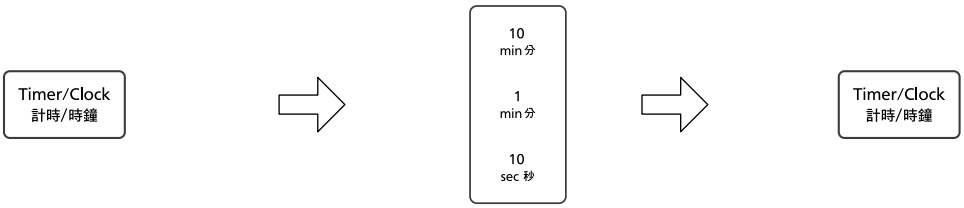
**取消：**

**按停止 / 取消鍵三次。**
冒號或時鐘出現在顯示窗上。

要啟動或取消兒童安全鎖，**開始 / 決定**鍵或**停止 / 取消**鍵必須在 10 秒內按三次。

# 時鐘設定

您可在不設置時鐘功能的情況下操作微波爐。




**1. 按兩次。**
冒號開始在顯示窗上閃爍。

**2. 通過按時間鍵設定時間。**
時間出現在顯示窗上，冒號閃爍。

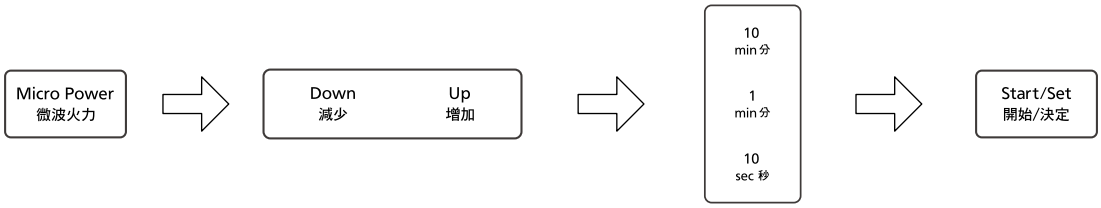
**3. 按一次。**
冒號停止閃爍。時間已設定在顯示窗。時鐘以分鐘計時。

## 備註：

1. 若你想要重新輸入時間，請重複步驟 1-3。
2. 只要不拔掉電源，時鐘會連續運轉。
3. 這是 12 小時制的時鐘。
4. 冒號在閃動時，微波爐無法操作。

中文

# 微波火力設定




**1. 按此鍵設置微波火力功能。**

**2. 按增加 / 減少鍵設置所需的火力。**
火力將在顯示窗上顯示。（參考下表）

**3. 通過按時間鍵設置所需烹調時間。**
（1000 W：最長設定時間為 30 分鐘
其他火力：最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**4. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

中文

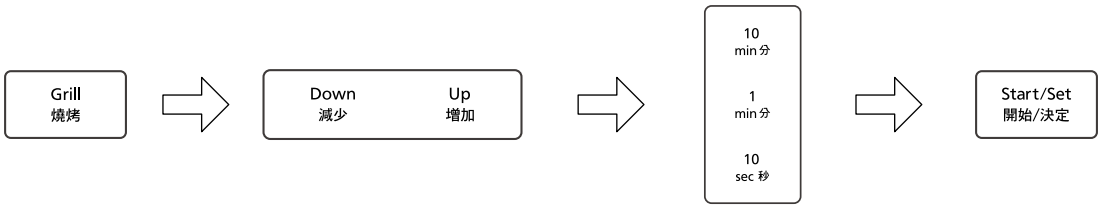
| 微波火力 | 適用類型 |
|---|---|
| 1000 W（高火） | 沸煮清水。再加熱。烹調蔬菜、米飯及各種麵食。 |
| 800 W（中高火） | 烹調家禽、肉類、蛋糕及甜品。加熱牛奶。 |
| 600 W（中火） | 烹調牛肉，羊肉，雞蛋及魚、貝殼類。融化牛油。 |
| 440 W（中低火） | 燉湯，燉菜和砂鍋。 |
| 300 W（解凍） | 解凍食品。 |
| 100 W（低火） | 食物保溫及煨煮。 |

## 備註：

1. 您也可以通過按**微波火力**鍵來選擇火力。
2. 此微波爐可進行三階段連續烹調模式設定。如需設定第二階段或第三階段烹調，只需重複輸入步驟 1 至步驟 3，然後按**開始 / 決定**鍵即可。當第一階段為 1000 W 時，可以跳過步驟 1-2。在程序切換時，會有兩次蜂鳴聲響。（請參閱本説明書第 19 頁。）
3. 烹調過程中可根據需要增加烹調時間。時間會以 1 分鐘為單位逐漸增加，最長 10 分鐘。按**“1 分”時間**鍵進行設定，最長時間為 10 分鐘。烹調過程中不能減少烹調時間。
4. 請不要在微波功能下使用任何金屬容器。
5. 微波功能設置完後可再設置放置時間。參照第 18 頁。

# 燒烤設定

燒烤可設定三種燒烤方式。燒烤時，熱量由爐頂處兩個加熱器發出。為防止烹調的氣味在廚房裏擴散及節省能源，需把爐門緊閉。燒烤特別適用於薄的肉類與海鮮，同樣也適用於烤麵包。
選擇燒烤的強度，然後設定時間啟動程序。當程序進行到一半時間後，通常需要翻轉食物。當打開爐門時，程序即被中斷，翻轉好食物放回爐內，關好爐門重新啟動程序。在燒烤過程中，可隨時打開爐門查看食物燒烤效果。




**1. 按此鍵設置燒烤功能。**

**2. 按增加 / 減少鍵設置所需的火力。**
火力將在顯示窗上顯示。（參考下表）

**3. 通過按時間鍵設置所需烹調時。**
（最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**4. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

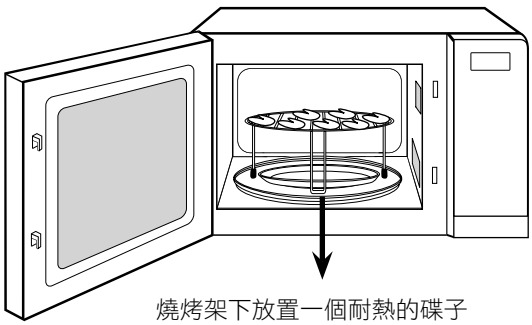
| 燒烤火力 | 適用種類 |
|---|---|
| 燒烤 3（高火） | 肉片，禽肉片 |
| 燒烤 2（中火） | 海鮮類 |
| 燒烤 1（低火） | 蒜香麵包，吐司 |

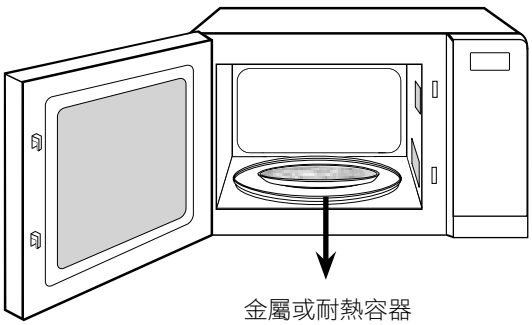
## 操作指南

1. 您也可以通過按**燒烤**鍵來選擇火力。
2. 請根據説明使用提供的燒烤架。
3. 此功能不可預熱。
4. 大多數的肉類如：香腸、肉排等都可以在**燒烤 3** 下進行烹調。此火力同樣適用於烤麵包、鬆餅和茶餅等食物。
5. **燒烤 2** 適用於烹調需長時間燒烤的食物如：魚和雞。
6. 燒烤過程中切勿蓋住食物。
7. 使用燒烤功能後，請使用隔熱手套取出食物和燒烤架，以免燙傷。
8. 使用燒烤功能後，請用熱肥皂水清洗燒烤架並用熱肥皂水沾濕的布輕輕擦拭爐腔內部擦去油污。
9. 烹調過程中可根據需要增加烹調時間。時間會以 1 分鐘為單位逐漸增加，最長 10 分鐘。按 **“1 分” 時間**鍵進行設定，最長時間為 10 分鐘。烹調過程中不能減少烹調時間。

## 微波爐附件的使用

在使用燒烤時，可以將食物放置在燒烤架上並在燒烤架下放置一個耐熱的碟子。或者將食物放入一個金屬或耐熱容器中，然後將容器直接放在玻璃轉盤上。

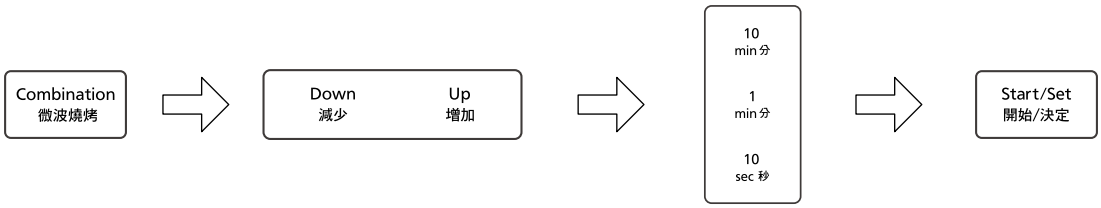

燒烤架下放置一個耐熱的碟子


金屬或耐熱容器

中文

# 微波燒烤設定

微波燒烤功能有三段火力可供選擇。此功能是把微波和燒烤功能有效結合起來的燒烤方式。
適用於燒烤肉質較厚實的家禽類、肉類及海鮮等。既可確保食物熟透，又可達到烘烤類食物特有的脆性。當程序進行到一半時間時，請打開爐門小心翻轉食物，翻轉好食物再放回爐內，關好爐門繼續烹調。




**1. 按此鍵設置微波燒烤功能。**

**2. 按增加 / 減少鍵設置所需的火力。**
火力將在顯示窗上顯示。（參考下表）

**3. 通過按時間鍵設置所需烹調時。**
（最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**4. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

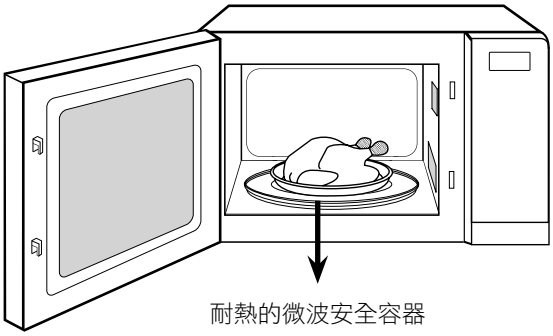
| 微波燒烤火力 | 適用種類 |
|---|---|
| 微波燒烤 3（300 W + 燒烤 3） | 家禽類 |
| 微波燒烤 2（300 W + 燒烤 2） | 牛肉，羊肉，海鮮類 |
| 微波燒烤 1（300 W + 燒烤 1） | 烤馬鈴薯，布丁 |

## 操作指南

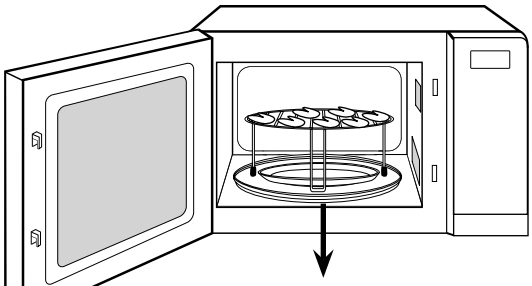
1. 您也可以通過按**微波燒烤**鍵來選擇火力。
2. 烹調過程中切勿蓋住食物。
3. 拿取食物時請使用隔熱手套。
4. 此功能不適用於烹調重量少於 200 克的食物。對於重量較小的食物請使用燒烤功能以達到最好的料理效果。
5. 此功能不可預熱。
6. 烹調過程中可根據需要增加烹調時間。時間會以 1 分鐘為單位逐漸增加，最長 10 分鐘。按**“1 分”時間**鍵進行設定，最長時間為 10 分鐘。烹調過程中不能減少烹調時間。

## 微波爐附件的使用

在使用微波燒烤時，可以將食物放入一個耐熱的微波安全容器，然後將容器直接放在玻璃轉盤上。或者將食物放置在燒烤架上並在燒烤架下放置一個耐熱的微波安全碟子。



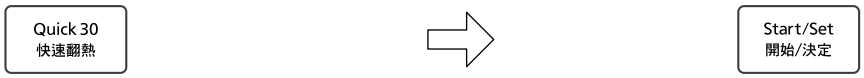
耐熱的微波安全容器



燒烤架下放置一個耐熱的微波安全碟子

# 快速翻熱設定

此功能允許您以 30 秒為增量快速設置烹調時間。




**1. 按快速翻熱鍵設置您所需烹調的時間。（最多 5 分鐘）**
每按一下追加 30 秒。顯示窗顯示烹調時間。預設火力為 1000 W。

**2. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。烹調結束後，微波爐會發出五次蜂鳴聲。

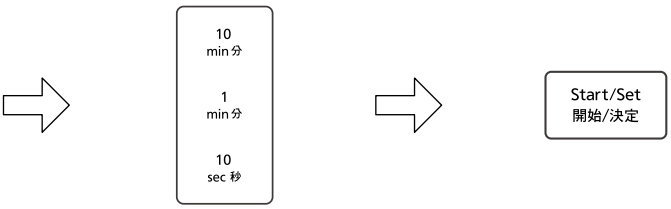
## 備註：

1. 此功能僅適用於**微波火力**功能。如果需要，可自行設定火力。在按**快速翻熱**鍵前請選擇您所需要的微波火力。
2. 在使用**快速翻熱**功能之後，**時間**鍵無法選擇時間。

# 追加烹調設定

此功能允許您在烹調結束時，用上階段的火力添加烹調時間。

**1. 手動烹飪結束後，“0”將顯示窗上閃爍。**




**2. 通過按時間鍵設定追加的烹調時間。**
最長設定時間：
1000 W：最長設定時間為 30 分鐘；其他火力：最長設定時間為 99 分鐘 50 秒
燒烤，微波燒烤：最長設定時間為 99 分鐘 50 秒。

**3. 按開始 / 決定鍵。**
時間已被追加。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

## 備註：

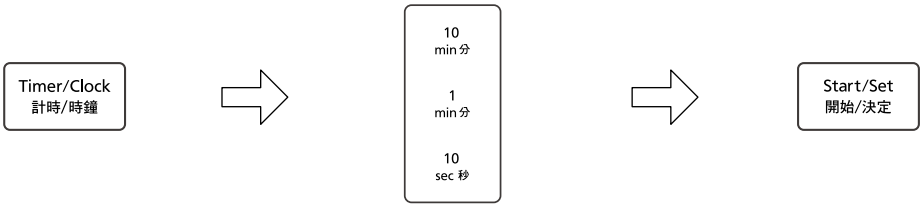
1. 此功能僅適用於微波火力，快速翻熱及計時功能，並不適用自動程序。
2. 烹調結束 1 分鐘後追加烹調功能將不能使用。
3. 追加烹調功能可以用於三階段連續烹調程序設定之後。追加烹調功能的火力與最後一個程序的火力一致。

中文

# 計時設定（計時 / 放置時間 / 延時啟動）

此功能可設定烹飪後放置時間，也可設定為一個以分鐘和秒的計時器，還可設定延時啟動。

## 計時設定



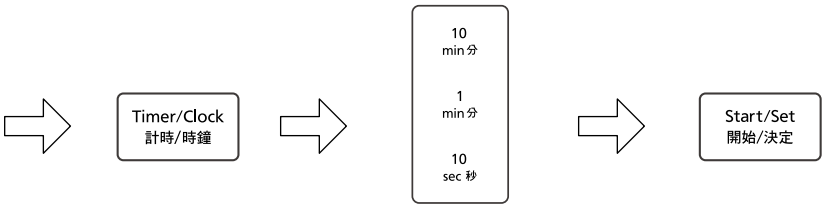

**1. 按一次。**

**2. 通過按時間鍵選擇所需的時間。**
（最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**3. 按開始 / 決定鍵。**
微波爐不會運作，但顯示窗上將倒數計時。

## 放置時間設定

**1. 設定所需的烹調程序。最多 2 個階段。**
（參照第 19 頁）

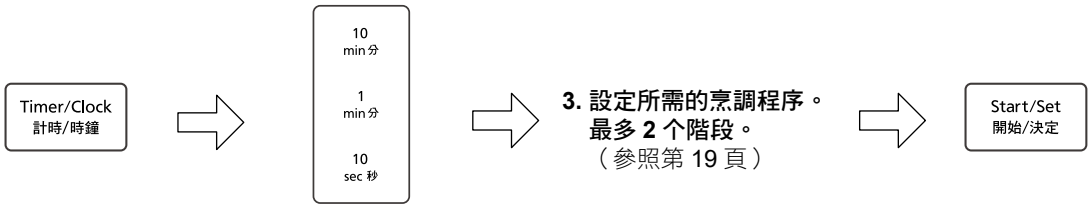



**2. 按一次。**

**3. 通過按時間鍵選擇所需的時間。**
（最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**4. 按開始 / 決定鍵。**
開始烹調。烹調完畢後，微波爐不會運轉，但顯示窗上將倒數計時。

## 延時啟動設定




**1. 按一次。.**

**2. 通過按時間鍵選擇所需的時間。**
（最長設定時間為 99 分鐘 50 秒）

**3. 設定所需的烹調程序。最多 2 個階段。**
（參照第 19 頁）

**4. 按開始 / 決定鍵。**
開始倒數計時延時時間，然後烹調。

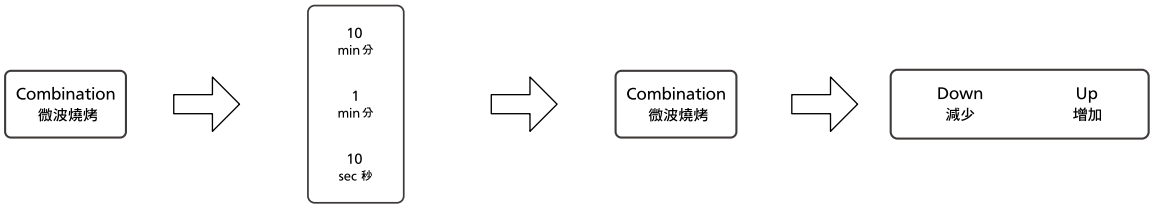
## 備註：

1. 當使用計時、放置時間及延時啟動功能時，中途若開啟爐門，設定的時間仍會在顯示窗繼續倒數。
2. 放置時間或延時啟動不能與超速解凍、飲料、自動感應翻熱及自動食譜功能同時使用。這是避免在開始烹調或解凍前，爐內食物的溫度有所改變而影響烹調效果。
3. 當使用放置時間或延時啟動時，最多設定 2 個階段的烹調程序。

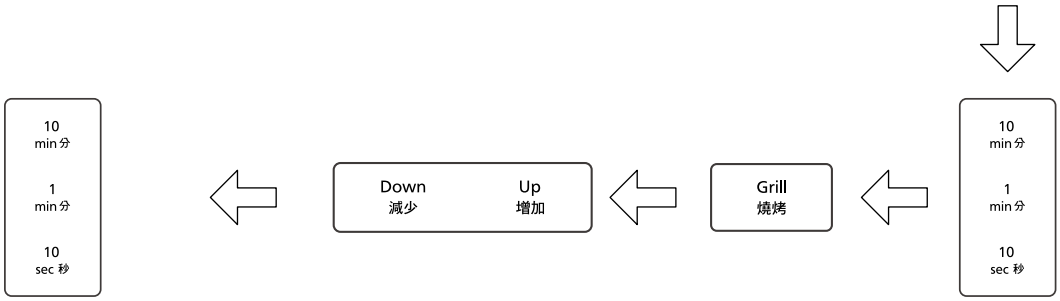
# 三階段連續烹調程序設定

此功能可設定 3 段連續烹調。

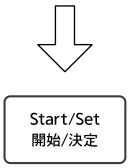
**例如：設定【微波燒烤 3 】9 分鐘，【微波燒烤 1】13 分鐘，【燒烤 2】2 分鐘。**




1. 按一次選擇“**微波燒烤 3**”。
2. 通過按**時間**鍵選擇 9 分鐘。
3. 按一次選擇“**微波燒烤 3**”。
4. 按**減少**鍵 2 次選擇“**微波燒烤 1**”。




5. 通過按**時間**鍵選擇 13 分鐘。
6. 按一次選擇“**燒烤 3**”。
7. 按**減少**鍵 1 次選擇“**燒烤 2**”。
8. 通過按**時間**鍵選擇 2 分鐘。




9. 按一次。
   顯示窗開始從第一段連續烹調功能倒數計時。

**舉例**

| | **烹調 300 克魚片** | **烤 1 千克全雞** |
|---|---|---|
| 第一段 | 600 W　3 分鐘 | 微波燒烤 3　9 分鐘 |
| 第二段 | 440 W　2 分鐘 | 微波燒烤 1　13 分鐘 |
| 第三段 | 300 W　2 分鐘 | 燒烤 2　2 分鐘 |

## 備註：

1. 在火力切換時，微波爐會發出兩次蜂鳴器聲。
2. 此功能不適用於超速解凍，飲料，自動感應翻熱及自動食譜功能。

中文

# 自動感應翻熱設定

此功能可在不設定加熱時間和火力的情況下翻熱食物。感應器會偵測食物產生的熱度和濕氣，並自動加熱食物。

**1. 按一次選擇自動感應翻熱功能。**

**2. 增加 / 減少鍵（可選 *）**
不同烹飪方法出現不同的烹飪效果，當使用感應烹調功能後，你或許需要食物煮熟一點或生一點，可在按**開始 / 決定**鍵前使用**增加 / 減少**鍵，感應烹調程序會相應延長或縮短烹飪食物時間。
如果您認為**自動感應翻熱**鍵的程序適合您的口味，您就無需使用**增加 / 減少**鍵。

**3. 按開始 / 決定鍵。**
在感應器檢測到熱度和濕度後，顯示窗顯示剩餘翻熱時間，並開始倒計時。

## 備註：

1. 自動翻熱功能適用於從冰箱或室溫（低於 35℃）的熟食。適用於燉菜、套餐、湯、燉煮菜、義大利麵料理（千層麵除外）及罐頭食品。食物應儲存在冰箱或室溫。不要使用此設定加熱冷凍食品。加熱的食物重量應在 125 克到 1 公斤之間。對於重量低於 125 克或高於 1 公斤的食物，請使用手動自行加熱。
2. 切勿翻熱麵包、糕點（生的或未煮熟的）或飲料。
3. 使用感應烹調時，需確保玻璃盤和容器外壁乾燥。殘留水會影響蒸氣探測。
4. 烹調時，保鮮膜應扣緊封口邊緣，但請注意不要繃緊整張保鮮膜（切勿使用密封容器）。
5. 在顯示窗顯示時間之前，不應開門。
6. 烹調結束後，食物加蓋擱置至少 3-5 分鐘。
7. 當爐腔溫度過高時，顯示屏出現“HOt”，此時不能使用自動感應翻熱功能。請在“HOt”消失后再次操作。如果急著用餐，請自行選擇正確的烹飪模式和烹飪時間來手動烹煮食物。

# 超速解凍設定

此功能可使您在僅設定食物重量的情況下，自動解凍肉類，禽類和海鮮類。重量從 100 克～ 3000 克。

**1. 按一次。**
（初始重量為 100 克）

**2. 通過按增加 / 減少鍵選擇所需重量。**

**3. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗顯示解凍時間，並開始倒計時。

| 食物 | 最高重量 |
|---|---|
| 肉餡、雞塊、肉排 | 3000 克 |
| 牛肉、羊肉、全雞 | 3000 克 |
| 整條魚、貝殼類海鮮、蝦及魚塊 | 1000 克 |

## 備註：

你也可以通過按**超速解凍**鍵選擇食物的重量。

## 解凍技巧

相等重量的連骨肉類和無骨肉類相比，連骨肉類中肉的份量輕。所以，設定超過 2000 克連骨肉類的重量宜減少 500 克；設定不到 2000 克連骨肉類重量，則應減少 250 克。

## 聽到兩聲蜂鳴聲時

翻轉所有的肉、雞、魚及貝殼類。分開燉肉、雞塊和肉餡；取出漢堡包的肉餅。

## 解凍方法

為了均勻地解凍，請在解凍過程中將食物翻轉，或移動食物在盛器皿中的位置。

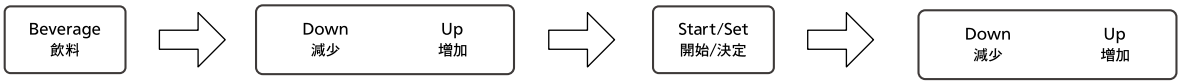
冷藏的生肉要除去包裝放在盤子上解凍。

切片的魚要除去包裝放在盤子上解凍。

中文

# 翻熱飲料功能

不需要設定火力或者時間，可以直接加熱咖啡或牛奶。




**1. 按一次選擇飲料功能。**

**2. 通過按增加 / 減少鍵來選擇食譜編號。**（參考下表）

**3. 按一次確認。**

**4. 通過按增加 / 減少鍵來選擇飲料的份量。**

**5. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗上出現翻熱時間後開始倒數。

| 食譜編號 | 食譜名 | 份量 | | 建議烹調器具 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 咖啡 | 1-1（1 杯咖啡） | 1-2（2 杯咖啡） | 微波安全杯 |
| 2 | 牛奶 | 2-1（1 杯牛奶） | 2-2（2 杯牛奶） | |

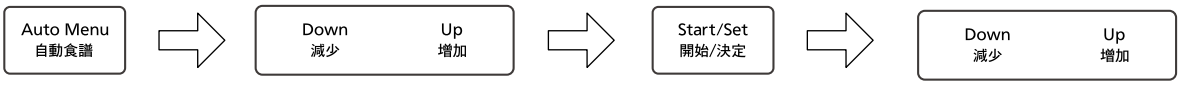
## 備註：

1. 你也可以通過按**飲料**鍵選擇食譜編號。
2. 使用一個微波安全杯。 如果不與空氣混合，加熱咖啡可能會沸騰溢出。用微波爐加熱咖啡或牛奶，加熱之前和中途都需要攪拌。
3. 當使用**飲料**鍵的時候，一定要注意不能過度加熱咖啡 / 牛奶，建議加熱 1 杯或者 2 杯的咖啡 / 牛奶時，咖啡起始溫度為室溫，牛奶為冷藏。過度加熱會造成燙傷或有溢出的風險。
4. 一杯牛奶在 200 毫升到 250 毫升之間，一杯咖啡在 150 毫升到 200 毫升之間。

# 自動食譜設定

## 自動感應食譜

此功能可在不設定時間和火力的情況下烹調食物。僅需設置食譜編號，即可自動烹飪您的食物。




**1. 按一次選擇自動食譜功能。**

**2. 通過按增加 / 減少鍵來選擇食譜編號。**
（參考下表）

**3. 按一次確認。**

**4. 增加 / 減少鍵（可選 *）**
不同烹飪方法出現不同的烹飪效果，當使用感應烹調功能後，你或許需要食物煮熟一點或生一點，可在按**開始 / 決定**鍵前使用**增加 / 減少**鍵，感應烹調程序會相應延長或縮短烹飪食物時間。如果您認為**自動感應翻熱**鍵的程序適合您的口味，您就無需使用**增加 / 減少**鍵。

**4. 按開始 / 決定鍵。**
在感應器檢測到熱度和濕度後，會發出兩聲蜂鳴，顯示窗顯示剩餘烹調時間，並開始倒計時。

## 備註：

1 你也可以通過按**自動食譜**鍵選擇食譜編號。

2. 使用感應烹調時，室溫不超過攝氏 35 度。

3. 使用感應烹調時，需確保玻璃盤和容器外壁乾燥。殘留水會影響蒸氣探測。

4. 烹調時，保鮮膜應扣緊封口邊緣，但請注意不要繃緊整張保鮮膜（切勿使用密封容器）。

5. 在聽到兩聲蜂鳴聲並且烹調時間顯示在顯示窗之前，切勿開門。這樣做會導致烹調不準確，因為食物釋放的蒸氣不再封閉。一旦烹調時間開始倒數，便可以開門來攪拌、翻動或重新排列食物。

6. 烹調結束後，食物加蓋擱置至少 3-5 分鐘。

7. 當爐腔溫度過高時，顯示屏出現“HOt”，此時不能使用自動感應翻熱功能。請在“HOt”消失后再次操作。如果急著用餐，請自行選擇正確的烹飪模式和烹飪時間來手動烹煮食物。

| 食譜編號 | 食譜名 | 建議份量 |
|---|---|---|
| 3 | 蔬菜 | 125 克 - 500 克 |
| 4 | 根莖類蔬菜 | 125 克 - 1.0 千克 |
| 5 | 蒸魚 | 125 克 - 500 克 |
| 6 | 蒸雞 | 400 克 - 1.0 千克 |

中文

### 3. 蔬菜

適合烹調各種葉類、綠葉菜以及軟組織蔬菜，包括花椰菜、南瓜、花菜、捲心菜、蘆筍、蠶豆、芹菜、菠菜、辣椒或以上之混合物。所有的蔬菜都應清潔乾淨切放。若想使蔬菜鬆軟可以加 1 湯匙至 ¼ 杯的水。將食物放置在合適的微波安全燉鍋中，如有需要，可加入牛油、調味料等，但在烹調結束前不要加鹽。烹調時加蓋或保鮮膜。選擇程序按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

### 4. 根莖類蔬菜

適用於烹調根莖類蔬菜，如馬鈴薯和胡蘿蔔等。將蔬菜洗淨切塊後放入微波安全燉鍋裏，想使蔬菜鬆軟可以加 1 湯匙至 ¼ 杯的水。食物需加蓋或使用保鮮膜。選擇程序按**開始 / 決定**鍵。可加入牛油、調味料等，但在烹調結束前不要加鹽。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。烹調結束後，進行攪拌，請等待 2-3 分鐘後再開始食用。

### 5. 蒸魚

適合烹調整條魚或魚片。把準備好的魚放入一個合適的微波安全碟中，加入調料及水。覆上保鮮膜。選擇程序按**開始 / 決定**鍵。烹煮數量較多的魚時，請在烹調結束後放置 3-5 分鍾。（根據個人喜好添加水或醬汁）

**備註：**魚身不要超過 3 厘米的厚度。

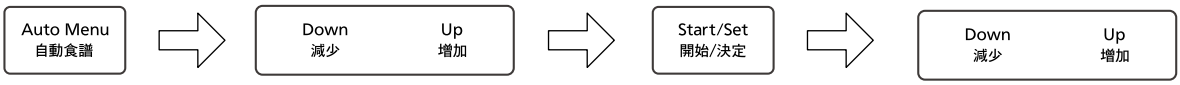
### 6. 蒸雞

適合烹調雞塊，如雞翅，雞腿，雞胸等大塊雞肉。烹調前，先解凍並用叉刺穿數次，可加醬料同蔬菜一起醃制。將準備好的雞肉放在微波安全燉鍋裡。可加入食用油使肉質更鮮嫩，並加蓋或覆上保鮮膜。選擇程序按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

中文

## 自動烹調食譜

此功能可在不設定時間和火力的情況下烹調食物。僅需設置重量 / 份量，即可自動烹飪您的食物。




**1. 按一次選擇自動食譜功能。**

**2. 通過按增加 / 減少鍵來選擇食譜編號。**
（參考下一頁的表格）

**3. 按一次確認。**

**4. 通過按增加 / 減少鍵來選擇食物的重量 / 份量。**

**5. 按開始 / 決定鍵。**
顯示窗上出現烹調時間後開始倒數。

## 備註：

1 你也可以通過按**自動食譜**鍵選擇食譜編號。

2. 當選擇一個自動食譜後，其食譜編號在顯示窗上顯示。

3. 只能烹調在所述的重量範圍內的食物。

4. 始終須量度食物重量而不是依賴包裝上的信息。

5. 在自動食譜程序結束後，靜置是對大多數食物都有益處，因能讓熱力繼續傳導到中心。

6. 為了適應食物中的某些變化，請檢查食物是否已經徹底煮熟並在上菜前加熱。

| 食譜編號 | 食譜名 | 份量 / 重量 | | | | | | 建議烹調器具 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 翻熱麵包 | 50 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | - | - | 微波安全碟 |
| 8 | 中式包子 | 70 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | - | - | 微波安全碟覆上保鮮膜 |
| 9 | 香腸 | 50 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | - | - | 微波安全碟 |
| 10 | 冷凍蔬菜 | 120 克 | 180 克 | 250 克 | 370 克 | - | - | 微波安全燉鍋（加蓋）或覆上保鮮膜 |
| 11 | 煲仔飯 | 100 克 | 200 克 | 300 克 | - | - | - | 微波安全燉鍋（加蓋） |
| 12 | 粥 | 100 克 | 200 克 | 300 克 | - | - | - | 微波安全燉鍋（加蓋） |
| 13 | 即食麵 | 1 人份 . | 2 人份 . | - | - | - | - | 微波安全燉鍋（加蓋） |
| 14 | 清燉 | 4-6 人份 . | 1-3 人份 . | - | - | - | - | 微波安全燉鍋（加蓋） |
| 15 | 烤全雞 | 600 克 | 900 克 | 1200 克 | 1500 克 | - | - | 微波安全容器加倒扣的耐熱盤 |
| 16 | 烤牛肉 / 羊肉 | 200 克 | 400 克 | 600 克 | 800 克 | - | - | 燒烤架下麵用盤子盛底 |
| 17 | BBQ 烤肉 | 200 克 | 400 克 | 600 克 | 800 克 | - | - | 燒烤架下麵用盤子盛底 |
| 18 | 翻熱煎炸食品 | 50 克 | 150 克 | 350 克 | 500 克 | - | - | 燒烤架下麵用盤子盛底 |
| 19 | 奶油芝士 | 50 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | 250 克 | 300 克 | 微波安全碟覆上保鮮膜 |
| 20 | 巧克力 | 50 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | 250 克 | 300 克 | 微波安全碟 |
| 21 | 牛油 | 50 克 | 100 克 | 150 克 | 200 克 | 250 克 | 300 克 | 微波安全碟覆上保鮮膜 |
| 22 | 雪糕 | 300 克 | 600 克 | 900 克 | 1200 克 | - | - | - |

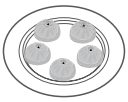
中文

## 7. 翻熱麵包

適用於翻熱處於冷凍狀態 (-18 °C) 的麵包。選擇合適的微波爐安全碟，把容器放置在玻璃轉盤中央。請勿使用保鮮膜或蓋子。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻面，關門後按開始 / 決定鍵繼續烹調。
備註：50 克 = 每片麵包的標準重量

## 8. 中式包子

適用於蒸煮冷凍包子例如奶黃包等。將包子從冰箱裏拿出後直接放在微波安全碟上，灑少許水。包子排放時盡可能保持一定距離，並沿著盤子邊緣擺放。覆上保鮮膜，將微波安全碟放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。請按以下圖示擺放。



備註：35-40 克 = 每個包子的標準重量。

## 9. 香腸

適用於翻熱香腸，無需解凍，直接將香腸取出放置在微波安全碟中，並呈射線狀排列。將微波安全碟放在玻璃轉盤中央，無需加蓋，選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻面，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。請按以下圖示擺放。

## 10. 冷凍蔬菜

適用於烹調各種冷凍蔬菜例如冷凍青豆，甜玉米或混合蔬菜。將蔬菜放入微波安全燉鍋裏，每 100 克蔬菜加一湯匙水，食物需加蓋或覆保鮮膜。烹調結束後再加鹽及其它調味品（不要烹調有鹽或牛油的蔬菜）。將微波安全燉鍋放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。烹調結束後再加鹽及其它調味品（不要使用加了鹽或牛油的蔬菜）。

## 11. 煲仔飯

適合烹調各類白米飯，包括長米，短米，香米等。將洗好的米放入一個合適的微波安全燉鍋中，加入如下表所示的水並保留一半的空間以防滾瀉。煮時請加蓋（加蓋的時候請留出少許空隙），將微波安全燉鍋放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。烹調結束後，請等待 5 分鐘後再開始食用。

如果使用的燉鍋太小，會發生滾寫。此功能不適用於烹調糙米。

| 米 | 建議加水量 | 建議容器大小 |
|---|---|---|
| 100 克 | 200 毫升 | 2.25 L |
| 200 克 | 380 毫升 | 3 L |
| 300 克 | 550 毫升 | 4 L |

## 12. 粥

適合烹調粥。把米放入一個合適的微波安全燉鍋中，加入如下表所示的水並保留一半的空間以防滾瀉、煮時請加蓋（加蓋的時候請留出少許空隙），將微波安全燉鍋放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。烹調結束後，請等待 5~10 分鐘後再開始食用。

| 米 | 建議加水量 | 建議容器大小 |
|---|---|---|
| 100 克 | 750 毫升 | 3.25 L |
| 200 克 | 1200 毫升 | 3.5 L |
| 300 克 | 2100 毫升 | 5 L |

## 13. 即食麵

適用於煮各種即食麵。將麵條和所有調味料一起放入微波爐安全燉鍋，注入沸水（可參考下表）並保留一半的空間以防滾瀉、煮時請加蓋（加蓋的時候請留出少許空隙），將微波安全燉鍋放在玻璃轉盤中央。選擇程序及份量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。烹調結束後，請等待 1-2 分鐘後再開始食用。

| 份量 | 建議沸水量 | 建議容器大小 |
|---|---|---|
| 1 人份 | 500 毫升 | 3 L |
| 2 人份 | 800 毫升 | 4 L |

## 14. 清燉

適用於煮傳統例湯，如蔘茸湯、 燕窩等，需要用“清燉”這方法使您的食物保持口感不破壞外形，也使您的食物保持原味。把所有的用料放入一個合適的微波安全燉鍋中，注入水（可參考下表），水的容量不可超過器皿容量的一半，以防滾瀉。烹調時請加蓋，將微波安全燉鍋放在玻璃轉盤中央。選擇程序及份量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物攪拌，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。請在烹調結束後加入鹽。

| 份量 | 肉 | 蔬菜 | 建議加水量 |
|---|---|---|---|
| 4-6 人份 | 500 克 | 400 克 | 900 毫升 |
| 1-3 人份 | 250 克 | 200 克 | 500 毫升 |

## 15. 烤全雞

適用於烤全雞。在烤雞之前用叉子把雞皮刺穿並腌製。將準備好的雞胸朝下放在倒扣的微波安全碟上 , 安全碟放置在微波安全容器裡，選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻身，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

中文

### 16. 烤牛肉 / 羊肉

適用於烤牛肉及羊肉，也可以把醃好的肉混合著蔬菜一起烤。把準備好的肉放在燒烤架上，下面用盤子盛底。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻身，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

備註：肉需要完全解凍。肉的厚度不能超過 2 厘米。

### 17. BBQ 烤肉

適用於烘烤肉片。將肉切成薄片。可把醃好的肉混合蔬菜一起烤。將肉片擺放在燒烤架上，下麵用盤子盛底。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻身，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

### 18. 翻熱煎炸食品

適用於翻熱多種煎炸食品，例如炸雞，咖喱包，傳統春捲等。所有的食物必須是事先煮熟的且在 5 °C 左右的環境儲存。將煎炸食品擺放在燒烤架上，下面用盤子盛底。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。在烹調中途，聽到“嗶嗶”兩次蜂鳴聲後打開爐門將食物翻身，關門後按**開始 / 決定**鍵繼續烹調。

### 19. 奶油芝士

去除包裝，切成 3 厘米立方塊，放在微波安全碟中，覆上保鮮膜，將微波安全碟放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。如食物重量超出選擇範圍或需要烹調更多時間，可選擇手動操作的解凍功能。

### 20. 巧克力

去除包裝，把巧克力掰成小塊，放在微波安全碟中，無需加蓋，將微波安全碟放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。融化後充分攪拌直至完全融化。如食物重量超出選擇範圍或需要烹調更多時間，可選擇手動操作的解凍功能。

備註：當巧克力融化時仍然保持其形狀。

### 21. 牛油

去除包裝，切成 3 厘米立方塊，放在微波安全碟中，覆上保鮮膜，將微波安全碟放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵，烹調後攪拌。如食物重量超出選擇範圍或需要烹調更多時間，可選擇手動操作的解凍功能。

### 22. 雪糕

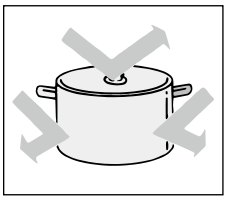
軟化時去除蓋子，放在玻璃轉盤中央。選擇程序及重量按**開始 / 決定**鍵。如食物重量超出選擇範圍或需要烹調更多時間，可選擇手動操作的解凍功能。

# 微波爐的原理

微波是一種高頻率的電磁波（波長約 12 厘米），和無線電採用的電波相似，電流是通過磁控管而變為微波，電磁控管發射的微波被傳送到微波爐內的四周，然後反射，傳導及被吸收。

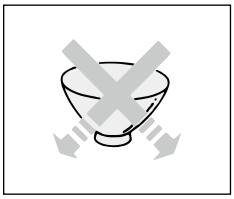
## 反射

微波會被金屬反射，正如打中牆壁的球會反彈一樣，一個固定（內壁）和旋轉的金屬（玻璃轉盤或攪動天線）組合，幫助將爐內的微波分佈至每個角落，而發揮均勻的烹調效能。



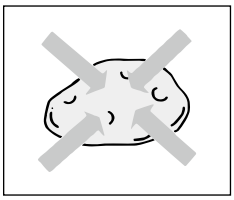
## 傳導

微波能夠透過一些物質，如紙、玻璃和塑膠，就好像太陽光能透射門窗一樣，由於這些物質不會吸收或反射微波能，所以是理想的微波烹調廚具。



## 吸收

微波能被食物吸收，所滲入的深度約 2 至 4 厘米，微波能刺激食物的分子（尤其是水，脂肪和糖的分子），而引起它們很快速的振動。



此振動引起磨擦， 進而產生熱能。對於大塊的食物，經由磨擦而產生的熱能傳導至中心，而將食物煮熟。

中文

# 食物的特徵

## 食物的特徵

食物的特徵影響普通烹調法的話，那麼在微波烹調法下，它會更加的明顯。

**體積與數量** — 小份的食物比大的快熟。

**形狀** — 體積相同的食物比較容易均勻的燒熱。為了補償大小不同的形狀，將薄的放在盤中間而厚的放向盤邊。

**開始的溫度** — 煮或加熱室內溫度的食物比冷藏的食物時間較短。

**骨頭和脂肪** — 以上兩種都影響熱度。骨頭將會造成食物的溫度不平均。原因是太多的脂肪能夠更快速的吸收微波能而使附近的肉過度熟透。

**密度** — 煮或加熱多孔又鬆軟的食物比實心又沉重的食物時間較短。

# 烹調的方法

## 時間

每份食譜都有提供烹調時間。食物的形狀，開始烹調溫度和位置的相差都必須在時間上補償差距。常依照食譜上所指示最短的烹調時間，然後試看食物的煮熟程度，如果食物還沒有熟，繼續再煮。這樣比較容易多加時間再煮。若是食物過度煮熟，那就無藥可救了。

## 空間距離

假如將一個完整的食物如烘馬鈴薯、杯形蛋糕等排放相等的距離，將會烘得比較平均。如果可能的話，把食物排成為圓形。

同樣的，將食物順著烘盤的外形排列，而不是一個接著一個排列，不要將食物疊放在一起。

## 穿刺

在微波烹調期間，有些食物的表皮或膜會阻止蒸氣向外流。在沒有烹調之前，將這些食物的皮剝掉，或穿刺些洞和切縫，以便讓蒸氣蒸發。

## 蛋：

用牙籤穿刺蛋黃兩次，蛋白數次。

## 蛤和蠔：

用牙籤穿刺數次。
**馬鈴薯和蔬菜：**用叉刺穿。
**法國香腸和臘腸：**將熏過的香腸和臘腸劃痕。用叉刺穿新鮮的香腸。

## 食物上色

食物不會產生如同用傳統方法燒或烤相同的顏色效果。肉類和家禽可以在未燒之前用深色醬油、辣醬油、燒烤沙司或棕色沙司搽過。在烹調前，可先在食物表面抹上棕色沙司與融化牛油或人造牛油的混合調料。

做快熟麵包或鬆餅時，用黃糖代替糖粒，或者在烘之前撒些深色的香料於表面上。

## 遮蓋

當採用微波烹調時，水份會蒸發。因為微波烹調法是採用時間而不是直接燒熱的，所以蒸發速度不容易控制。但是只要利用不同的物質來遮蓋廚具，這個缺點將會容易的改正過來。可是除非指明，全部食譜無需加蓋烹調。砂鍋蓋或保鮮膜可用於更好的密封。利用蠟紙或紙巾可以保持某種程度食物的水份。

## 攪動

採用微波烹調期間，通常需要將食物攪動。如果我們需要攪動食物，常用這些詞如一次、二次、時常或偶爾來形容攪動的次數。通常將外面熟的部分攪向中心，而比較不熟的向外面攪。

## 轉動和重新放置

有時候不可能將食物攪動以重新分散熱力。這個時候微波能是集中在食物的其中一部分。為了得到平均的烹調，將食物轉移或重新放置。將大塊的食物如烤肉或火雞翻轉。通常在烹調半途中翻轉食物。

小塊的食物如雞肉、小蝦、漢堡包卻需要移動位置，將盤外面的肉塊向中央移而將中央的移向外面。

## 放置時間

微波爐停止工作之後，利用導熱法，食物還可以繼續烹調。煮肉類時，假如加蓋放置 10 至 20 分鐘，內熱將會上升 5°C。

蒸鍋和蔬菜需要比較短的放置時間，但這只是讓食物在邊緣沒有過度煮熟的情況下中央充分的熟透。

## 測試食物的煮熟程度

普通烹調法試熟度的方法，也可以用於微波烹調法。

糕類好了之後，它將不會黏著插進去的木條，也不會黏著盤邊。

雞肉好了之後，它的汁是清黃的而它的腿骨會較容易轉動。

肉類好了之後，可以用叉弄碎或分開纖維。

魚好了之後，它的肉會成片且顏色變為不透明的。

## 更改喜愛的食譜

選些容易更改為微波烹調的食譜，如蒸鍋，燉，烘雞，魚和蔬菜，用微波料理蛋奶酥及雙殼餡餅的效果將不會很理想。不可用微波爐煎炸食物。一個基本的規則，那就是當將普通的食譜更改為微波食譜時，只需減至 ¼ 的時間。同時，尋找一個同樣的微波食譜，適應固定的時間和熱力，在烹調之前，應該先用香菜或香料醃食物，可是加鹽卻在烹調之後。

燜的食物是不必在烹調之前預先煎黃。假如有煎的話，應該先把多余的油或脂肪倒掉。將燜肉切成 2.5 公分（1 寸）一塊。將紅蘿蔔，馬鈴薯和其它堅硬的蔬菜切成小塊。紅蘿蔔應該切成薄片，馬鈴薯切丁。

用玻璃蓋蓋住後用 1000 W 煮至水沸，然後轉向 100 W，偶而攪動一次。**備註：**放一個小碟在肉類或蔬菜上，能夠避免過度煮熟。

微波爐可以把湯類的食譜烹調得很好，將食物切成平均的體積加入湯裏，高湯是很好的底料。

選擇比較大的盤以方便攪動。使用玻璃蓋或特製塑膠蓋，可以減少烹調時間。烹調時偶爾攪拌。要保持上層碎片脆爽，最好是放置之前撒下。

## 加熱急凍食品

大多數急凍食品的包裝後面列明瞭微波加熱法，請參閱所推薦的電力，加熱時間及一般的說明。

## 加熱急凍食品的一般方法說明

用一支叉或刀將包裝的蔬菜或小菜戳穿，將包裝置在一個碟上然後加熱。

使用**超過 2 厘米深的金屬容器**裝盛的冷凍食品，例如千層麵或烤釀馬鈴薯，必須由金屬容器內取出，而置入大小適當的微波安全容器裏，加蓋或用保鮮膜蓋著然後加熱。

**備註：**如食物難以從容器內取出，可用熱水燙容器的底部。

中文

## 解凍

### 準備食物以便冷藏至凍結

煮好的食物質量將根據凍結之前原有的質量，在凍結的過程中處理的方法及所採用的解凍技巧和時間而定。所選購的食物務求鮮美和質優，並於購買後快速冷藏至凍結。

重型的塑膠膜和袋子，與冰凍膜都適用於冰凍庫，有商店原來包裝的肉類可冷藏至凍結一個短時期。

**備註：**如包裝是使用鋁箔，於解凍之前須除去所有的鋁箔，以預防產生電弧。

當要將食物打包以備冷藏至凍結時，應將肉塊、雞、魚及海鮮排好，並使其厚薄一致。肉碎應包成 2.5 至 5 厘米的長方形、方形或圓形。

全隻雞應首先取出內臟，（內臟可隨意分別冷藏至凍結），將雞洗淨及瀝乾水分，用繩子將腿和翼綁著。

清除所有氣體，然後封密塑膠袋。在袋上加標簽注明肉類，日期及重量。

在冰凍庫內的食物應保持攝氏零下 18 度或以下，第 33 頁的圖表注明的解凍時間是針對已徹底凍結的食物。（即解凍之前已凍結至少 24 小時的食物。）

## 解凍

其用法是選擇 300 W，並調校解凍的時間。請遵照這一節列明的解凍時間及說明。參閱第 33 頁。

### 解凍方法

1) 食物應使用防濕和防蒸發的物質包裹冷藏至凍結。小塊的肉類如肉排、漢堡包肉餅、魚肉片、雞塊等應分為 1 或 2 塊包裹而冷藏至凍結。

2) 首先將肉的包裝袋或紙除去，將一個微波烤肉架安置在一個碟上，將除去包袋或紙的肉放在架上，根據第 33 頁的圖表說明調校 300 W 及加熱的時間。
3) 於解凍時將肉或雞翻轉兩或三次。
4) 在解凍的半途中，弄散絞碎的牛肉、蝦、扇貝或蟹肉。分開肉排或雞塊，並取出已解凍的肉類。

5) 大塊的烤肉，或全隻雞的中心可能仍然結冰，讓它擱置一段時間。

# 微波解凍建議時間

以下圖表提供的時間只作為參考。在烹調途中請時常打開爐門確認食物的料理情況然後按開始鍵繼續烹調。大份量的食物需要調整時間。解凍時無需加蓋。

| 食物 | 重量 / 數量 | 參考時間及火力檔 | 說明 |
|---|---|---|---|
| 牛肉 / 羊肉 / 大塊肉 (1) (3) | 450 克 | 300 W　6 到 8 分鐘 | 放置時間 30 分鐘 |
| 牛排 (1) (3) | 2 個 250 克 | 300 W　3 到 4 分鐘 | 放置時間 3 分鐘 |
| 牛肉碎 (1) (3) | 450 克 | 300 W　6 到 7 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |
| 燉牛排 (1) (3) | 450 克 | 300 W　6 到 8 分鐘 | 放置時間 10 分鐘 |
| 整雞 (1) (3) | 450 克 | 300 W　5 到 7 分鐘 | 放置時間 10 分鐘 |
| 雞肉 (1) (3) | 450 克 | 300 W　6 到 8 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |
| 整魚 (1) (3) | 450 克 | 300 W　6 到 8 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |
| 魚塊 (2) (3) | 450 克 | 300 W　5 到 6 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |
| 蝦 (2) (3) | 450 克 | 300 W　4 到 6 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |
| 水果，軟的 (1) | 250 克 | 300 W　2 到 3 分鐘 | 放置時間 2 分鐘 |
| 人造牛油 (3) | 250 克 | 300 W　1 到 2 分鐘 | 放置時間 2 分鐘 |
| 芝士 (3) | 450 克 | 300 W　2 到 4 分鐘 | 放置時間 2 分鐘 |
| 成人份量的餴食 (2) | 350 克 | 300 W　5 到 6 分鐘 | 放置時間 3 到 5 分鐘 |
| 煮熟的水果 (2) | 540 克 | 300 W　4 到 5 分鐘 | 放置時間 3 到 5 分鐘 |
| 熟肉 (2) | 520 克 | 300 W　6 到 8 分鐘 | 放置時間 3 到 5 分鐘 |
| 乳蛋餅 (3) | 1 個 65 克 | 300 W　1 到 2 分鐘 | 放置時間 2 分鐘 |
| 砂鍋 (1) | 750 克 | 1000 W　6 到 7 分鐘 | 放置時間 3 到 5 分鐘 |
| 麵包卷 (1) | 1 個 85 克 | 1000 W　20 到 30 秒 | 放置時間 5 分鐘 |
| 布里歐修 (1) (3) (4) | 1 個 400 克 | 微波燒烤 2　3 分 30 秒 | 放置時間 5 分鐘 |
| 牛角包 (1) (4) | 2 個 100 克 | 微波燒烤 2<br>1 分到 1 分 30 秒 | 追加 1 分鐘燒烤 3 可使表面更加鬆脆。 |
| 泡芙 (1) (3) | 1 個 375 克 | 300 W　2 分到 2 分 30 秒 | 放入冰箱放置 20 分鐘 |
| 糕點酥皮 (1) (3) | 1 個 500 克 | 300 W　4 到 5 分鐘 | 放入冰箱放置 20 分鐘 |
| 比薩麵團 (1) (3) | 1 個 240 克 | 300 W　2 分到 2 分 30 秒 | 放置時間 10 分鐘 |
| 甜甜圈 (1) (4) | 2 個 100 克 | 微波燒烤 2<br>1 分到 1 分 30 秒 | 放置時間 3 分鐘 |
| 華夫餅 (1) (4) | 2 個 40 克 | 微波燒烤 2<br>1 分到 1 分 30 秒 | 追加 1 分鐘燒烤 3 可使表面更加鬆脆。 |
| 水果批 (3) | 470 克 | 300 W　4 到 5 分鐘 | 放置時間 5 分鐘 |

(1) 中途需要攪拌或翻身。
(2) 在解凍途中分離已經解凍的部份並且翻身。
(3) 拆除所有包裝並放入一個耐熱碟中。
(4) 放在燒烤架上，如果需要可在下面放個耐熱碟子 .

# 翻熱食譜建議時間

以下圖表提供的時間只作為參考，實際烹調效果會根據食物的起始溫度、大小及數量發生變化。

| 食物 | 重量 / 數量 | 參考時間及火力檔 | 說明 |
|---|---|---|---|
| **飲料 / 咖啡 / 牛奶** | | | |
| 咖啡 | 1 杯（235 毫升） | 1000 W　1 分 30 秒 | 加熱前後需攪拌。 |
| 咖啡 | 2 杯（470 毫升） | 1000 W<br>2 分 30 秒到 3 分鐘 | |
| 牛奶 | 1 杯（235 毫升） | 1000 W<br>1 分 20 秒到 1 分 30 秒 | |
| **麵包** | | | |
| 牛角包 | 1 個 50 克 | 1000 W　10 到 20 秒或<br>燒烤 3　3 分到 3 分 30 秒 | 把食物放入微波安全碟後再放在玻璃轉盤上。無需加蓋。如果使用燒烤模式，請使用燒烤架或耐熱碟。中途翻身。 |
| | 2 個 100 克 | 1000 W　30 到 40 秒或<br>燒烤 3　4 分鐘 | |
| 麵包卷 | 1 個 | 1000 W　10 到 20 秒或<br>燒烤 3　3 分到 3 分 30 秒 | |
| | 4 個 | 1000 W　30 到 40 秒或<br>燒烤 3　4 到 5 分鐘 | |
| 烤餅麵包 | 225 克 | 1000 W　30 到 40 秒 | 無需加蓋。中途翻身。 |
| 比得包 | 2 個 | 1000 W　20 到 30 秒 | |
| **膳食（自製）** | | | |
| 蔬菜（熟的） | 300 克 | 1000 W　2 分到 2 分 30 秒 | 加蓋。中途攪拌。 |
| | 700 克 | 1000 W　5 分到 5 分 30 秒 | |
| 馬鈴薯泥 | 500 克 | 1000 W　3 到 4 分鐘 | |
| 米飯 / 藜麥 / 蒸粗麥粉 | 300 克 | 1000 W　2 分到 2 分 20 秒 | |
| 嬰兒食品 | 120 克 | 600 W　30 到 40 秒 | |
| **罐頭食品** | | | |
| 烤豆 | 225 克 | 1000 W　1 分 30 秒到 2 分鐘 | 把食物放入微波安全碗後再放在玻璃轉盤上。加蓋。中途攪拌。 |
| 番茄醬意粉 | 200 克 | 1000 W　1 分 30 秒 | |
| 番茄奶油湯 | 400 克 | 1000 W　2 分 30 秒 | |
| 雞湯 | 425 克 | 1000 W　3 分 30 秒 | |
| **糕點** | | | |
| 乳蛋餅 | 400 克 | 1000 W　2 到 3 分鐘<br>或微波燒烤 2　4 到 6 分鐘 | 把食物放入微波安全碟後再放在玻璃轉盤上。無需加蓋。如果使用微波燒烤模式，請使用耐熱碟。 |
| 咖哩角 / 春捲 | 4 個 240 克 | 1000 W　1 分到 1 分 30 秒<br>或微波燒烤 2　5 到 6 分鐘 | |
| **便利食品** | | | |
| 薯仔餡餅（冷藏） | 450 克 | 1000 W　5 到 6 分鐘或<br>微波燒烤 2　12 到 15 分鐘 | 把食物放入微波安全碟後再放在玻璃轉盤上。無需加蓋。如果使用微波燒烤模式，請使用耐熱碟。 |
| 千層面（冷藏） | 400 克 | 1000 W　7 到 8 分鐘或<br>微波燒烤 2　10 到 12 分鐘 | |
| 牧羊人派（冷凍） | 450 克 | 1000 W　3 到 4 分鐘或<br>微波燒烤 2　22 到 25 分鐘 | |

# 常用食譜烹調建議時間

| 食物 | 重量 / 數量 | 參考時間及火力檔 | 說明 |
|---|---|---|---|
| **豆類 — 需要浸泡（扁豆除外）** | | | |
| 鷹嘴豆 | 225 克 | 1000 W　8 分鐘然後<br>440 W　35 到 40 分鐘 | 在一個大碗中加入 600 毫升沸水。加蓋。中途攪拌。 |
| 扁豆 | 225 克 | 440 W　15 到 20 分鐘 | |
| 紅腰豆 | 225 克 | 1000 W　15 分鐘然後<br>440 W　35 到 40 分鐘 | |
| **新鮮的蔬菜，切片，切成均勻的碎片。放在微波安全碟中。** | | | |
| 蘆筍 | 200 克 | 1000 W　4 到 5 分鐘 | 加入 30 毫升（2 湯匙）水。加蓋。中途攪拌。 |
| 西蘭花 | 250 克 | 1000 W　3 到 4 分鐘 | |
| 馬鈴薯 | 250 克 | 1000 W　4 到 5 分鐘 | |
| **羊 / 牛肉 - 生的 - 小心：很燙！拿出容器時應當小心。** | | | |
| 羊扒 | 450 克 | 微波燒烤 2　10 分鐘 | 將食物直接放在燒烤架上，並在燒烤架下放置一個耐熱的碟子。中途翻身。 |
| 大塊的羊肉 | 450 克 | 600 W　10 到 13 分鐘然後<br>微波燒烤 3　6 到 10 分鐘 | 在微波安全碟中放入一個架子或者上翹的碗後放入羊肉，然後放在玻璃轉盤上。加蓋並且中途翻身。在烹調過程中會有油脂排出。在微波燒烤模式下切勿加蓋。 |
| **意大利面—放置在一個 3 升微波安全碗中** | | | |
| 通心粉 | 450 克 | 1000 W　13 到 15 分鐘 | 加入 1 升沸水。加蓋。中途攪拌。 |
| 意大利麵條，意大利乾麵條 | 225 克 | 1000 W　11 到 12 分鐘 | |
| **新鮮冷藏比薩—備註：烹調前需要拆除所有包裝。加熱後的比薩底面會相對較軟。** | | | |
| 薄脆比薩 | 300 克 | 1000 W　2 到 3 分鐘或<br>微波燒烤 2　10 到 12 分鐘 | 把食物放入耐熱碟後再放在玻璃轉盤上。無需加蓋。在微波燒烤模式下，請使用燒烤架。 |
| 深盤比薩 | 400 克 | 1000 W　4 到 6 分鐘或<br>微波燒烤 2　10 到 12 分鐘 | |
| **熟制冷凍食品** | | | |
| 炸肉餅 | 300 克 | 微波燒烤 2　12 到 13 分鐘 | 把食物放放燒烤架上，然後在玻璃轉盤上。中途翻身。 |
| 華夫餅 | 2 個 120 克 | 燒烤 3　14 分鐘 | |
| **香腸—生的—注意很燙！拿出容器時應當小心。** | | | |
| 厚的 | 4 個 240 克 | 1000 W　2 到 3 分鐘或<br>微波燒烤 2　8 到 10 分鐘 | 把食物放入微波安全碟後再放在玻璃轉盤上。加蓋。在微波燒烤 / 燒烤模式下，請使用燒烤架。無需加蓋。中途翻身。 |
| 薄的 | 4 個 120 克 | 1000 W<br>1 分 30 秒到 2 分 30 秒或<br>燒烤 3　7 到 8 分鐘 | |

## 備註：

在微波爐中加熱後，請務必檢查食物是否熱的。如果不確定，請放回爐腔重新加熱。不能攪拌的食物，在料理結束後需要放置一段時間。食物越多所需的放置時間就越長。

中文

# 要求修理服務之前

| 下列情況均屬正常 | |
|---|---|
| 微波爐干擾電視接收。 | 使用微波爐時，收音機，電視機，無線上網，無線電話，嬰兒監視器，藍牙或其他無線設備可能會受到干擾。此等干擾類似一些小型電器，如攪拌機，吸塵器，電風扇等所引起之干擾。這並非表示微波爐發生故障。 |
| 蒸氣積聚於爐門和有熱風從排氣口排出。 | 烹調時，食物會有蒸氣散發，而大部分會從排氣口排出，但蒸氣會於較涼的地方如爐門上及 / 或爐門內少量凝聚，這是正常現象，微波爐仍可安全使用，冷卻後蒸氣將會自動消散。 |
| 爐門內有少量蒸氣集聚。 | 烹調時，蒸氣會於較涼的地方如爐門內少量凝聚，這是正常現象，微波爐仍可安全使用。 |
| 未有擺放食物而不慎啟動微波爐。 | 短時間空爐工作，對於微波爐不會即時造成損害。但用戶應盡量避免這樣使用微波爐。 |
| 使用微波燒烤時，微波爐有聲響發出。 | 這些聲響是因為微波爐自動開關薄塊燒烤的提示，故這屬正常現象。 |
| 當使用薄塊燒烤及微波燒烤功能時，微波爐有白煙冒出及產生氣味。 | 微波爐必須定期，清潔乾淨，特別在使用薄塊燒烤及微波燒烤功能後。任何積聚在爐頂及爐壁的油污，都會引起白煙冒出。 |
| 首次使用燒烤及微波燒烤功能時，通風口會有少量煙冒出。 | 這是由爐腔裏保護部件的過多的油脂引起的。 |

中文

# 要求修理服務之前 （續）

| 問題 | 起因 | 解決方法 |
|---|---|---|
| 微波爐不能啟動。 | 沒有接駁電源。 | 拔除插頭，待 10 秒鐘後再重新插上電源。 |
| | 保險絲或電源斷路器發生熔斷。 | 聯絡指定維修中心進行維修。 |
| | 插座有問題。 | 用其他電器測試插座是否有問題。 |
| 微波爐無法開始烹調。 | 爐門未關妥。 | 小心關好爐門。 |
| | 未按**開始 / 決定**鍵。 | 按**開始 / 決定**鍵。 |
| | 輸入了其他程序。 | 按**停止 / 取消**鍵清除已輸入的程序，然後重新輸入烹調程序。 |
| | 烹調程序輸入錯誤。 | 參考說明書，使用正確的程序輸入烹調。 |
| | 不慎按下**停止 / 取消**鍵。 | 重新輸入烹調程序。 |
| 開動微波爐，玻璃轉盤處發出聲響。 | 轉環及爐底骯髒。 | 請參考“微波爐的保養”（見下頁）清理骯髒部份。 |
| “ ”出現在顯示窗上。 | 按三次**開始 / 決定**鍵，兒童安全鎖被設定。 | 按三次**停止 / 取消**鍵即可取消。 |
| 微波爐停止工作並且顯示窗顯示“H + 數字 ( 例如：H98)” | 微波爐發生系統故障。 | 聯絡代理商的維修部門。 |
| "HOt" 出現在顯示窗上。 | 爐腔溫度過熱。 | 等待爐腔冷卻後再使用。如果急著用餐，請自行選擇正確的烹飪模式和烹飪時間來手動烹煮食物。 |

若微波爐出現故障，請立即聯絡代理商的維修部門。

# 微波爐的保養

1. 清洗微波爐之前，須從插座上拔下插頭。
2. 保持爐腔清潔。如濺出的食物或溢出的液體積在爐腔內，請用濕布擦去。若爐內相當骯髒則可用軟性清潔劑。不可使用粗糙、磨損性的清潔劑。
3. 請用微濕的布來清洗微波爐表面，為防止損傷爐內操作部分，不要讓水滲入風口。
4. 如控製面板被弄濕，請用軟性乾布抹擦。不能用粗糙、磨損性的物品擦控製面板。擦完之後請按 **停止 / 取消**鍵以清除顯示窗上的顯示。
5. 如有水蒸氣積在爐內或爐門周圍，可用軟布擦淨。在微波爐正常運轉和濕度高的情況下都可能產生這種現象。
6. 必須經常清洗玻璃轉盤，可用暖肥皂水清洗或置於洗碗碟機內清洗。
7. 必須經常擦洗轉環和爐壁以避免產生噪音。請用軟性洗劑或擦窗劑洗爐的底面。而轉環則可用溫和肥皂水清洗或置於洗碗碟機內清洗。重複使用期間的蒸氣將聚集于底面，但不影響底面或轉環。從爐底取下轉環清洗後必須放回原位。
8. 當使用燒烤或微波燒烤功能時，食物的油污可能會留在留的內壁上。如不作定期清洗，可能引至在使用時冒煙。這些污漬必須及時清洗。
9. 當使用燒烤或微波燒烤功能烹調後，必須使用溫和的清潔劑清洗爐的內壁，特別是要保持爐內腔體的清潔。如爐內藏有頑固的污漬，可使用少量的清潔劑或噴劑，沾在軟而濕的抹布上，塗在污漬部份，稍等一會，再抹乾便可。以上清洗方法不可使用於爐門，只須用布抹淨便可。

   請勿使用蒸氣清潔器清潔微波爐。
10. 如需要更換爐燈，請向有關廠商查詢。
11. 微波爐必須定期清洗去除食物殘渣。

中文

# 規格

| 型號： | | NN-GT65QB | NN-GT65QB | |
|---|---|---|---|---|
| 電源： | | 230 - 240 V~ 50 Hz | 220 V~ 50 Hz | |
| 國家： | | 適用于馬來西亞 | 適用于印度尼西亞 | 適用于越南 |
| 消耗功率： | 微波火力 | 5.3 A 1250 W | 5.7 A 1230 W | |
| | 燒烤 | 4.8 A 1140 W | 5.2 A 1140 W | |
| | 微波燒烤 | 5.8 A 1350 W | 6.2 A 1350 W | |
| 輸出功率： | 微波火力* | 1000 W | | |
| | 燒烤 | 1100 W | | |
| 爐身體積（寬 × 高 × 深）： | | 525 mm × 310 mm × 401 mm | | |
| 爐內體積（寬 × 高 × 深）： | | 359 mm × 247 mm × 362 mm | | |
| 爐腔總容積： | | 31 L | | |
| 轉盤直徑： | | Ø340 mm | | |
| 操作頻率： | | 2450 MHz | | |
| 淨重： | | 大約 12.7 千克 | | |

* IEC 程序測試規格。
規格如有改動無須先行通知。
關於所需電壓，生產國家和編號，請查閱微波爐的產品標籤。

中文

# Jadual Kandungan

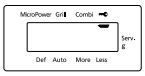
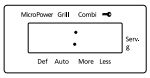
Panduan Cepat kepada Operasi ..... 2-4
ARAHAN KESELAMATAN PENTING ..... 5-6
Pemasangan dan Arahan Am ..... 7-8
Diagram Bahagian ..... 9
Panel Kawalan ..... 10
Mod Memasak ..... 11
Panduan Pinggan-Mangkuk & Alatan Dapur ..... 12
Pilihan Bip ..... 13
Tetapan Kunci Keselamatan Kanak-kanak ..... 13
Tetapan Jam ..... 13
Tetapan Kuasa Mikro ..... 14
Tetapan Gril ..... 15
Tetapan Kombinasi ..... 16
Untuk Memasak Menggunakan Ciri Pantas 30 Saat ..... 17
Menggunakan Ciri Tambah Masa ..... 17
Tetapan Pemasa (Pemasa Dapur/Masa Berhenti Seketika/Melengah Permulaan) ..... 18
Tetapan 3-Peringkat ..... 19
Untuk Menggunakan Sensor Panaskan Semula ..... 20
Tetapan Nyahfros Turbo ..... 21
Untuk Menggunakan Minuman ..... 22
Untuk Menggunakan Menu Auto ..... 23-28
Bagaimana Gelombang Mikro Berfungsi ..... 29
Sifat-Sifat Makanan ..... 29
Teknik Memasak ..... 30-32
Carta Nyahfros ..... 33
Carta pemanasan semula ..... 34
Carta Memasak ..... 35
Sebelum Meminta Perkhidmatan ..... 36-37
Penjagaan Ketuhar Gelombang Mikro ..... 38
Spesifikasi Teknikal ..... 39



© Panasonic Corporation 2025

# Panduan Cepat kepada Operasi

Selepas memasang palam, “88 : 88” akan muncul dalam tetingkap paparan, kemudian anda boleh mulakan pengendalian.

| Ciri | Cara Pengendalian |
|---|---|
| **Untuk Menetapkan Pilihan Bip Dihidupkan/ Dimatikan**<br>(☞ halaman 13) | Selepas memasang palam:<br>Start/Set 開始/決定 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ Stop/Cancel 停止/取消<br>Tekan sekali. Mod lalai "On (Dihidupkan)" — Tetapkan mod — Tekan sekali |
| **Untuk Menetapkan/ Membatal Kunci Keselamatan Kanak-kanak**<br>(☞ halaman 13) | **Untuk menetapkan Paparan**<br>Start/Set 開始/決定 ⇨  <br>Tekan 3 kali.<br>**Untuk membatalkan Paparan**<br>Stop/Cancel 停止/取消 ⇨ or  <br>Tekan 3 kali. Masa dalam sehari atau tanda titik bertindih muncul semula dalam paparan |
| **Untuk Menetapkan Jam**<br>(☞ halaman 13) | Timer/Clock 計時/時鐘 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘<br>Tekan dua kali — Tetapkan masa dalam sehari (12-jam) — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak / Memanaskan Semula / Menyahfros dengan Kuasa Mikro dan Tetapan Masa**<br>(☞ halaman 14) | Micro Power 微波火力 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Tekan sekali — Pilih kuasa — Tetapkan masa memasak — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Pad Gril**<br>(☞ halaman 15) | Grill 燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Tekan sekali — Pilih kuasa — Tetapkan masa memasak — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Pad Kombinasi**<br>(☞ halaman 16) | Combination 微波燒烤 ⇨ Down 減少 / Up 增加 ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Tekan sekali — Pilih kuasa — Tetapkan masa memasak — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Pad Pantas 30 saat**<br>(☞ halaman 17) | Quick 30 快速翻熱 ⇨ Start/Set 開始/決定<br>Tekan untuk menetapkan masa memasak yang dikehendaki. — Tekan sekali |

Bahasa

# Panduan Cepat kepada Operasi (bersambung)

| Ciri | Cara Pengendalian |
|---|---|
| **Untuk Menggunakan Ciri Tambah Masa**<br>(☞ halaman 17) | Sebaik sahaja memasak secara manual selesai, paparan akan berkelip “0” ⇨ [10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Tambah Masa dengan menekan Pad Masa — Tekan sekali |
| **Untuk Menggunakan Pad Sensor Panaskan Semula**<br>(☞ halaman 20) | [Sensor Reheat 自動感應翻熱] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Tekan sekali — Tekan sekali |
| **Untuk Menggunakan Pad Nyahfros Turbo**<br>(☞ halaman 21) | [Turbo Defrost 超速解凍] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Tekan sekali — Pilih berat. — Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Pad Minuman**<br>(☞ halaman 22) | [Beverage 飲料] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang dikehendaki — Tekan sekali<br>[Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Pilih Hidangan — Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Pad Menu Auto**<br>**(No. 3-6 Sensor Masak)**<br>(☞ halaman 23) | [Auto Menu 自動食譜] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang dikehendaki — Tekan sekali<br>[Start/Set 開始/決定]<br>Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Pad Menu Auto**<br>**(No. 7-22 Masak Secara Auto)**<br>(☞ halaman 25) | [Auto Menu 自動食譜] ⇨ [Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定] ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang dikehendaki — Tekan sekali<br>[Down 減少 / Up 增加] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Pilih Hidangan/berat — Tekan sekali |
| **Untuk Mengguna sebagai Pemasa Dapur**<br>(☞ halaman 18) | [Timer/Clock 計時/時鐘] ⇨ [10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒] ⇨ [Start/Set 開始/決定]<br>Tekan sekali — Tetapkan masa dapur — Tekan sekali |

Bahasa

# Panduan Cepat kepada Operasi (bersambung)

| Ciri | Cara Pengendalian |
|---|---|
| **Untuk Menetapkan Masa Berhenti Seketika**<br>(☞ halaman 18) | **Tetapkan program memasak yang dikehendaki, sehingga 2 peringkat** (lihat halaman 19) ⇨ Timer/Clock 計時/時鐘 (Tekan sekali) ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 (Tetapkan masa berhenti seketika.) ⇨ Start/Set 開始/決定 (Tekan sekali) |
| **Untuk Menetapkan Melengah Permulaan**<br>(☞ halaman 18) | Timer/Clock 計時/時鐘 (Tekan sekali) ⇨ 10 min 分 / 1 min 分 / 10 sec 秒 (Tetapkan masa lengah) ⇨ **Tetapkan program memasak yang dikehendaki, sehingga 2 peringkat** (lihat halaman 19) ⇨ Start/Set 開始/決定 (Tekan sekali) |

Bahasa

# ARAHAN KESELAMATAN PENTING

## BACA DENGAN TELITI DAN SIMPAN UNTUK RUJUKAN MASA DEPAN

### Langkah berjaga-jaga semasa menggunakan Ketuhar Gelombang Mikro untuk memasak atau memanaskan makanan

#### Pemeriksaan Kerosakan:

Ketuhar gelombang mikro hanya boleh digunakan jika pemeriksaan mengesahkan semua perkara berikut:

1. Gril tidak rosak atau patah.
2. Pintunya muat dengan sempurna dan selamat serta boleh dibuka dan ditutup dengan senang.
3. Engsel pintu berada di dalam keadaan yang baik.
4. Plat logam pada kedap logam di pintu tidak dikancing atau cacat.
5. Kedap pintu tidak ditutupi oleh makanan ataupun kesan terbakar.

#### Langkah Berjaga-jaga:

Sinaran Gelombang mikro daripada ketuhar gelombang mikro boleh menyebabkan kesan-kesan yang membahayakan jika langkah-langkah berikut tidak diambil:

1. Jangan rosakkan atau menyahaktifkan peranti antara kunci di pintu.
2. Jangan cucuk objek terutamanya objek logam menerusi gril atau di antara pintu dan ketuhar semasa ketuhar digunakan.
3. Jangan letakkan kuali, tin yang belum dibuka atau objek logam yang berat lain ke dalam ketuhar.
4. Jangan biarkan bahan-bahan logam contohnya bekas makanan segera yang beraluminium menyentuh ketuhar gelombang mikro.
5. Butiran untuk membersihkan pengedap pintu, rongga dan bahagian bersebelahan. Sentiasa membersihkan rongga ketuhar, pintu dan kedap dengan air berdetergen lembut. Jangan gunakan sebarang alat pencuci yang kasar kerana ia akan mencalarkan permukaan pintu ketuhar.
6. Sentiasa menggunakan ketuhar dengan dulang yang disyorkan oleh pengeluar.
7. Jangan gunakan ketuhar tanpa sesuatu muatan (contohnya bahan penyerap seperti makanan atau air) di dalam rongga ketuhar kecuali dibenarkan secara terperinci di dalam panduan pengeluar.
8. Jangan sandarkan objek yang berat seperti bekas makanan di pintu semasa ia terbuka.
9. Jangan letakkan bekas kedap di dalam ketuhar gelombang mikro. Botol bayi yang dipasang dengan penutup berskru atau puting dianggap sebagai bekas kedap.
10. Ketuhar gelombang mikro ini tidak disyorkan untuk kegunaan orang (termasuk kanak-kanak) dan orang yang kurang upaya dari segi fizikal, deria atau mental, atau kurang pengalaman dan pengetahuan, melainkan mereka diberi pengawasan atau arahan mengenai kegunaan ketuhar gelombang mikro oleh orang yang bertanggungjawab ke atas keselamatan mereka.
11. Kanak-kanak perlu diawasi untuk memastikan mereka tidak bermain dengan ketuhar gelombang mikro.
12. Adalah berbahaya untuk sesiapa selain daripada orang yang kompeten untuk menjalankan apa-apa operasi perkhidmatan atau pembaikan yang melibatkan pengeluaran penutup yang memberi perlindungan terhadap pendedahan kepada tenaga gelombang mikro.
13. Permukaan boleh menjadi panas semasa menggunakan.
14. Perkakasan tidak boleh dipasang di belakang pintu hiasan untuk mengelakkan daripada menjadi terlalu panas.
15. Jangan gunakan alat pencuci yang kasar dan pengikis logam tajam untuk membersihkan pintu kaca ketuhar, kerana ia boleh mencalarkan permukaan, yang akhirnya boleh mengakibatkan pintu kaca tersebut pecah. Jangan sembur ke dalam ketuhar secara langsung.

### Arahan Pembumian

Ketuhar gelombang mikro ini mestilah dibumikan. Jika litar pintas elektrik berlaku, pembumian mengurangkan risiko kejutan elektrik dengan menyediakan wayar lepas arus elektrik. Ketuhar gelombang mikro ini dilengkapi dengan plag pembumian. Plag mestilah diplagkan ke bekalan kuasa yang dipasangkan dengan sempurna dan dibumikan.
AMARAN—Penyalahgunaan plag pembumian akan mengakibatkan risiko kejutan elektrik.

### Pengendalian Motor Berkipas selepas Memasak

Selepas menggunakan ketuhar ini kipas mungkin berputar untuk menyejukkan komponen elektrik. Ini adalah perkara biasa, dan anda boleh mengambil makanan dari ketuhar semasa kipasnya beroperasi.

### Arahan Penting

AMARAN—Untuk mengurangkan risiko terbakar, kejutan elektrik, kebakaran, kecederaan kepada orang atau tenaga gelombang mikro yang berlebihan:

1. Baca semua arahan sebelum menggunakan ketuhar gelombang mikro.
2. Sebahagian barangan seperti telur dan bekas kedap (contohnya jar kaca tertutup dan **botol bayi kedap dengan puting**) boleh meletup dan tidak boleh dipanaskan di dalam ketuhar gelombang mikro.
3. Gunakan ketuhar gelombang mikro hanya untuk kegunaan yang disyorkan dalam buku panduan ini.
4. Seperti barangan elektrik lain, pengawasan yang teliti adalah perlu apabila ia digunakan oleh kanak-kanak.
5. Jangan gunakan ketuhar gelombang mikro apabila ia tidak berfungsi dengan sempurna, atau sekiranya ia telah rosak atau terjatuh.
6. Jangan simpan atau guna ketuhar di luar rumah.
7. Jangan rendam wayar dan plag di dalam air.
8. Jauhkan wayar dari permukaan panas.
9. Jangan biarkan wayar tersangkut pada penjuru meja.

10. Untuk mengurangkan risiko kebakaran di dalam rongga ketuhar:
    (a) Jangan memasak makanan terlalu lama. Berhati-hati semasa menggunakan perkakas yang diperbuat daripada bahan yang mudah terbakar seperti kertas atau plastik di dalam ketuhar.
    (b) Memanaskan beg gandum terapeutik tidak disyorkan. Jika memanaskan, jangan biarkannya tanpa dijaga dan ikut arahan pengilang dengan teliti.
    (c) Tanggalkan wayar ikatan-berpintal daripada beg sebelum memasukkan beg ke dalam ketuhar.
    (d) Jika bahan-bahan di dalam ketuhar terbakar, pastikan pintu ketuhar tertutup, matikan suis di dinding, atau matikan bekalan kuasa di fius atau pada panel pemutus litar.
    (e) Jangan tinggalkan gelombang mikro tanpa pengawasan semasa memasak atau memanas.
11. Jangan pindahkan panel luaran dari ketuhar.
12. Peralatan tidak dicadangkan untuk dikendalikan dengan cara pemasa luar atau sistem kawalan jauh berasingan.
13. Kegagalan untuk menjaga ketuhar ini dalam keadaan yang bersih akan memburukkan permukaan ketuhar dan memendekkan jangka hayat barangan serta kemungkinan akan membahayakan keadaan.
14. AMARAN: Pastikan rongga tidak mengandungi apa-apa item atau perkakas yang tidak sesuai untuk digunakan dengan ketuhar gelombang mikro sebelum anda mengendalikan perkakas.
15. AMARAN: Jangan gunakan rongga untuk menyimpan produk mudah terbakar, perkakas masak, atau makanan dan seumpamanya apabila ketuhar gelombang mikro tidak digunakan.
16. Perkakas tidak boleh dibersihkan dengan pembersih wap.
17. Perkakas mesti dikendalikan dengan pintu hiasan terbuka.

Bahasa

## Litar

Ketuhar gelombang mikro anda mestilah dikendalikan pada litar berasingan daripada peralatan elektrik yang lain. Voltan yang digunakan mestilah sama seperti yang dinyatakan pada ketuhar gelombang mikro ini. Kegagalan untuk berbuat demikian boleh menyebabkan papan kuasa fius terbakar, dan/atau proses memasak makanan menjadi lebih perlahan. Jangan masukkan fius bernilai tinggi di dalam papan kuasa.

## Petua Berguna:

1. Untuk penggunaan GRIL dan KOMBINASI buat kali pertama, sekiranya anda melihat asap putih keluar, itu bukanlah menandakan kerosakan pada ketuhar.
2. Ketuhar mempunyai dua pemanas gril yang terletak di bahagian atas ketuhar. Selepas menggunakan fungsi GRIL dan KOMBINASI, siling akan menjadi sangat panas.
3. Semasa penggunaan perkakas menjadi panas. Langkah penjagaan perlu diambil bagi mengelakkan daripada menyentuh elemen pemanas di dalam ketuhar. Jauhkan daripada kanak-kanak kecil yang berumur kurang daripada 8 tahun.
   **AMARAN**: Bahagian yang boleh disentuh mungkin menjadi panas semasa digunakan. Jauhkan daripada kanak-kanak kecil.
4. Sebelum menggunakan fungsi GRIL dan KOMBINASI untuk pertama kali kendalikan ketuhar tanpa makanan dan aksesori (termasuk dulang kaca dan relang gelendung) pada fungsi Gril 3 selama 5 minit. Ini akan membolehkan minyak yang digunakan untuk perlindungan karat dibakar habis. Ini adalah satu-satunya masa ketuhar dikendalikan ketika ia kosong.
   **Awas: Semua permukaan di dalam ketuhar akan menjadi panas.**
5. Permukaan luar ketuhar, termasuk liang udara di kabinet dan pintu ketuhar akan menjadi panas semasa GRIL dan KOMBINASI. Berhatihati apabila membuka atau menutup pintu dan semasa memasukkan atau mengeluarkan makanan dan aksesori.

**Awas! Permukaan panas**

# AMARAN

a) Pengedap pintu dan bahagian pengedap pintu haruslah dibersihkan dengan kain lembap. Ketuhar seharusnya diperiksa kerosakannya pada pengedap pintu dan bahagian pengedap pintu, dan sekiranya bahagian ini mengalami kerosakan, ketuhar tidak boleh digunakan sehingga ia telah dibaiki oleh juruteknik khidmat yang telah dilatih oleh pengeluar.
b) Jika pintu atau pengedap pintu rosak, ketuhar tidak boleh dikendalikan sehingga ia telah dibaiki oleh orang yang kompeten.
c) Adalah berbahaya untuk sesiapa selain daripada orang yang kompeten untuk menjalankan apa-apa operasi perkhidmatan atau pembaikan yang melibatkan pengeluaran penutup yang memberi perlindungan terhadap pendedahan kepada tenaga gelombang mikro.
d) Jika kord bekalan rosak, ia mesti digantikan oleh pengilang, ejen perkhidmatannya atau orang yang sama-sama berkelayakan untuk mencegah bahaya.
e) Sebelum menggunakannya, pengguna haruslah memeriksa bahawa sama ada perkakas memasak adalah sesuai untuk digunakan dalam ketuhar gelombang mikro.
f) Cecair atau makanan lain tidak boleh dipanaskan di dalam bekas kedap kerana ia boleh meletup, dan pada masa yang sama ketuhar hendaklah dihindari daripada simbahan cecair yang mendidih.
g) Hanya benarkan kanak-kanak menggunakan ketuhar tanpa penyeliaan apabila arahan yang cukup telah diberikan agar mereka dapat menggunakan ketuhar ini dalam keadaan yang selamat dan mereka memahami risiko-risiko penggunaan yang salah.
h) Apabila ketuhar dikendalikan dalam mod gril atau kombinasi, kanak-kanak hanya boleh menggunakan ketuhar di bawah pengawasan orang dewasa sahaja kerana suhu yang akan terhasil.
i) Penjagaan perlu diambil supaya tidak mengalihkan dulang kaca semasa menanggalkan bekas daripada peralatan elektrik.

# Pemasangan dan Arahan Am

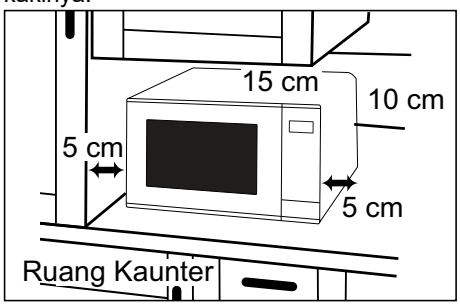
## Kegunaan Am

1. Untuk mengekalkan kualiti yang tinggi, jangan gunakan ketuhar apabila ia kosong. Tenaga gelombang mikro akan memantulkan secara berterusan di seluruh ketuhar jika tiada makanan atau air untuk menyerap tenaga. Ini boleh menyebabkan kerosakan kepada ketuhar gelombang mikro termasuk tidak melengkok dalam rongga ketuhar.
2. Jika terdapat asap dalam ketuhar, matikan dan cabut plag perkakasan dan biarkan pintu tertutup.
3. Jika asap dapat dilihat, tekan Pad Hentikan/ Batalkan dan biarkan pintu ditutup untuk memadamkan mana-mana api. Putuskan sambungan kord kuasa, atau matikan kuasa pada fius atau panel pemutus litar.
4. Ketuhar gelombang mikro bertujuan untuk memanaskan makanan dan minuman. Mengeringkan makanan atau pakaian dan memanaskan pelapik, selipar, span, kain lembap dan yang seumpamanya boleh menyebabkan risiko berlaku kecederaan, nyalaan atau kebakaran.
5. Jangan gunakan barangan kertas kitar semula kerana ia mungkin mengandungi bendasing yang boleh menyebabkan bunga api dan/atau api jika digunakan.
6. Jangan gunakan surat khabar atau beg kertas untuk memasak.
7. Jangan ketuk atau hentak panel kawalan. Kerosakan untuk mengawal boleh berlaku.
8. PEMEGANG PERIUK mungkin diperlukan kerana haba daripada makanan dipindahkan ke bekas memasak dan dari bekas ke dulang kaca. Dulang kaca boleh jadi menjadi sangat panas selepas bekas memasak dikeluarkan dari ketuhar.
9. Jangan letakkan bahan-bahan yang mudah bakar di sebelah, di atas atau di dalam ketuhar. Ia boleh menjadi punca kebakaran.
10. Jangan memasak makanan secara langsung di atas dulang kaca kecuali telah dijelaskan dalam resipi. (Makanan mestilah diletakkan di dalam bekas memasak yang sesuai.)
11. **JANGAN** gunakan ketuhar ini untuk memanaskan produk-produk kimia atau produk bukan makanan lain. **JANGAN** bersihkan ketuhar ini dengan sebarang produk yang mengandungi bahan-bahan kimia kakisan. **Pemanasan bahan kimia kakisan di dalam ketuhar ini boleh menyebabkan kebocoran sinaran gelombang mikro.**
12. Jika dulang kaca panas, biarkan ia menyejuk dahulu sebelum dicuci atau direndam di dalam air.
13. Apabila menggunakan mod KOMBINASI, jangan letakkan sebarang bekas aluminium atau logam secara langsung di atas rak dawai. Sentiasa masukkan talam atau bekas kaca, tahan panas di antara rak dawai dan bekas aluminium. Ini akan mencegah percikan api yang boleh merosakkan ketuhar.
14. Semasa memasak sebahagian wap akan terkondensasi di dalam dan/atau pada pintu ketuhar. Ini adalah perkara biasa dan selamat. Stim akan hilang selepas ketuhar sejuk.
15. Jangan biarkan ketuhar gelombang mikro tanpa dijaga semasa memanaskan semula atau memasak makanan di dalam bekas pakai buang yang diperbuat daripada plastik, kertas atau bahan mudah terbakar lain, kerana bekas jenis ini boleh terbakar jika terlalu panas.
16. Bekas berlogam untuk makanan dan minuman adalah tidak dibenarkan semasa memasak menggunakan gelombang mikro.
17. Adalah disarankan untuk tidak menggunakan Rak Dawai apabila memasak dalam mod KETUHAR sahaja.
18. Hanya gunakan kelengkapan memasak yang sesuai untuk kegunaan dalam ketuhar gelombang mikro.

## Kedudukan Ketuhar

Ketuhar ini dicadangkan untuk kegunaan bahagian atas kaunter sahaja. Ia tidak dicadangkan untuk kegunaan terbina dalam atau kegunaan di dalam almari.

1. Ketuhar mesti diletakkan di atas permukaan rata dan stabil. Ketuhar gelombang mikro tidak boleh ditempatkan di dalam kabinet. Untuk pengendalian yang betul, ketuhar mestilah mempunyai aliran udara yang mencukupi. Berikan ruang 15 cm pada bahagian atas, 10 cm di belakang dan 5 cm di kedua-dua bahagian tepi ketuhar. Jika salah satu bahagian tepi ketuhar diletakkan dekat dengan dinding, bahagian tepi yang lain atau bahagian atas hendaklah jangan dihadang. Jangan tanggalkan kakinya.




   (a) Jangan sekat liang udara. Jika ia tersekat semasa digunakan, ketuhar akan menjadi terlalu panas. Sekiranya ketuhar terlalu panas, peranti keselamatan terma akan mematikan ketuhar. Ketuhar tidak boleh digunakan sehingga ia telah sejuk.
   (b) Jangan letakkan ketuhar berhampiran dengan permukaan panas atau lembab seperti dapur gas, rangkaian elektrik atau sinki dan sebagainya.
   (c) Jangan gunakan ketuhar apabila kelembapan bilik terlalu tinggi.
2. Ketuhar ini dibuat untuk kegunaan di rumah sahaja.

Bahasa

## Makanan

1. Jangan gunakan ketuhar untuk pengetinan di rumah atau memanaskan sebarang balang tertutup. Tekanan akan terhasil dan balang boleh meletup. Di samping itu, ketuhar gelombang mikro tidak boleh mengekalkan makanan pada suhu pengetinan yang betul. Makanan yang ditinkan dengan tidak sempurna adalah berbahaya untuk dimakan.
2. Jangan menggoreng makanan yang berlemak menggunakan minyak yang banyak di dalam ketuhar gelombang mikro anda.
3. Telur dengan kulit dan telur yang direbus tidak boleh dipanaskan dalam ketuhar gelombang mikro kerana boleh meletup, walaupun selepas pemanasan gelombang mikro telah selesai.
4. Kentang, epal, kuning telur, labu bulat dan sosej adalah contoh makanan dengan kulit tidak berliang. Makanan jenis ini mestilah ditebuk sebelum dimasak untuk mencegah supaya ia tidak merekah.
5. Apabila memanaskan cecair seperti sup, sos dan minuman di dalam ketuhar gelombang mikro terlalu lama sehingga melebihi takat didih tanpa menunjukkan tanda-tanda mendidih. Ini boleh mengakibatkan didihan secara mengejut terhadap cecair tersebut. Langkah-langkah berikut perlu diambil untuk mengelakkan kejadian tersebut.

   (a) Elakkan daripada menggunakan bekas yang berbentuk tirus di bahagian atas.

   (b) Jangan memanas makanan terlampau lama.

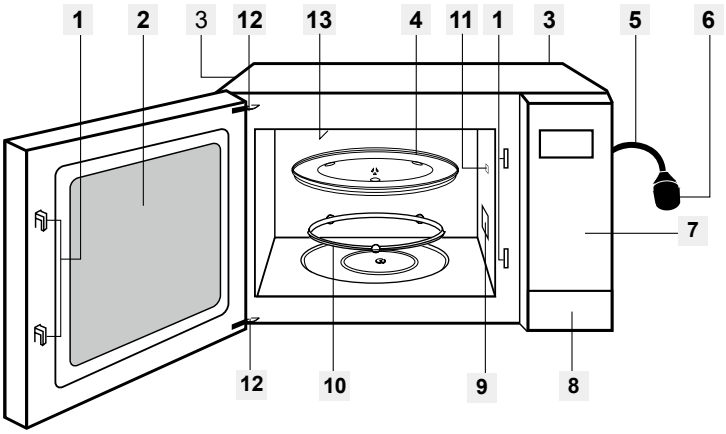
   (c) Kacaukan cecair di dalam bekas sebelum dimasukkan ke dalam ketuhar dan sekali lagi selepas separuh masa memasak.

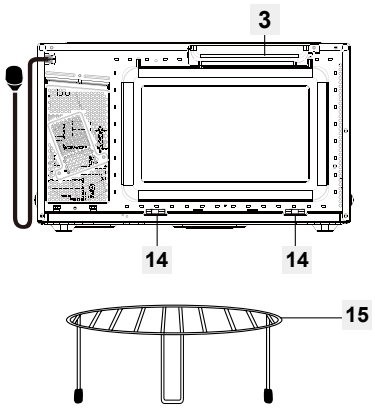
   (d) Selepas memanas, biarkan bekas di dalam ketuhar untuk seketika. Kacaukan cecair sekali lagi, selepas itu keluarkan bekas daripada ketuhar dengan berhati-hati.

   (e) Pemanasan minuman menggunakan gelombang mikro boleh menyebabkan didihan letusan tertangguh, oleh itu, penjagaan perlu diambil apabila mengendalikan bekas.

   (f) Secara umumnya, sentiasa tutup makanan basah, misalnya sup, hidangan dengan kaserol dan berpinggan.
6. **JANGAN GUNAKAN TERMOMETER DAGING KONVENSIONAL DI DALAM KETUHAR GELOMBANG MIKRO. Untuk memeriksa tahap memasak bagi makanan panggang, gunakanlah TERMOMETER GELOMBANG MIKRO.** Sebagai alternatif, termometer daging biasa boleh digunakan selepas makanan dikeluarkan daripada ketuhar. Jika makanan masih belum masak, masukkan kembali makanan tersebut ke dalam ketuhar dan masak semula pada tahap kuasa yang disyorkan. Sebelum menghidang, pastikan daging dimasak dengan sempurna.
7. **MASA MEMASAK yang diberikan dalam buku masakan adalah ANGGARAN.** Faktor yang boleh menjejaskan masa masakan adalah tahap kandungan lembapan yang diperlukan, suhu permulaan, ketinggian, isi padu, saiz, bentuk makanan dan perkakas yang digunakan. Apabila anda sudah biasa dengan ketuhar, anda akan berupaya menyesuaikan faktor-faktor ini.
8. Makanan yang **KURANG MASAK lebih baik DARIPADA TERLAMPAU MASAK.** Jika makanan tidak cukup masak, ia boleh dimasukkan semula ke dalam ketuhar untuk dimasak seterusnya. Jika makanan terlampau masak, tiada apa yang boleh dilakukan. Setiap kali menggunakan ketuhar, mulakanlah dengan masa memasak minimum yang disyorkan.
9. Perhatian rapi perlu di ambil ketika memasak bertih jagung di dalam ketuhar gelombang mikro. Masak untuk jangka masa yang telah ditetapkan oleh pengeluar. Sila ikut arahan bagi kuasa watt yang sesuai dengan ketuhar gelombang mikro anda. JANGAN tinggalkan ketuhar tanpa pengawasan apabila memasak bertih jagung.
10. Apabila memanaskan makanan di dalam bekas plastik atau kertas, sila periksa ketuhar dengan kerap kerana berkemungkinan berlakunya nyalaan.
11. Kandungan botol susu dan balang makanan bayi hendaklah dikacau atau digoncang dan suhu harus diperiksa sebelum menggunakan ketuhar untuk mengelakkannya daripada terbakar.

# Diagram Bahagian




**1 Sistem Kunci Keselamatan Pintu**

**2 Tetingkap Ketuhar**
Tetingkap ketuhar dengan filem penghalang wap (jangan tanggalkan)

**3 Lubang Udara Ketuhar**

**4 Dulang Kaca**
a. **JANGAN** kendalikan ketuhar tanpa Cincin Pemusing dan Dulang Kaca di tempatnya.
b. Gunakan Dulang Kaca yang direka bentuk khusus untuk ketuhar ini sahaja. Jangan gantikan mana-mana Dulang Kaca lain.
c. Jika Dulang Kaca panas, biarkan sejuk sebelum dibersihkan atau diletakkan di dalam air.
d. **JANGAN** masak secara terus di atas Dulang Kaca. Sentiasa letakkan makanan di atas piring selamat gelombang mikro, atau di atas rak yang ditetapkan dalam piring selamat gelombang mikro.
e. Sentiasa letakkan bekas di tengah-tengah dulang kaca semasa memasak.
f. Jika makanan atau perkakas di atas Dulang Kaca menyentuh dinding ketuhar, menyebabkan dulang berhenti bergerak, dulang akan berputar secara automatik ke arah yang bertentangan. Ini adalah biasa.
g. Dulang Kaca boleh berputar ke mana-mana arah.

**5 Kord Bekalan Kuasa**

**6 Palam Bekalan Kuasa**

**7 Panel Kawalan**

**8 Butang Pelepas Pintu**
Tolak untuk membuka pintu. Membuka pintu semasa memasak akan menghentikan proses memasak tanpa membatalkan program berkenaan. Proses memasak disambung semula sebaik sahaja pintu ditutup dan Pad **Mulakan/Tetapkan** ditekan. Agak selamat untuk membuka pintu pada bila-bila masa semasa program memasak dan tiada risiko pendedahan gelombang mikro.

**9 Penutup Pandu Gelombang** (jangan tanggalkan)

**10 Gelang Roda**
a. Gelang Roda perlu dibersihkan dengan kerap untuk mengelakkan bunyi bising yang melampau.
b. Gelang Roda dan Dulang Kaca perlu digunakan pada masa yang sama.

**11 Lampu Ketuhar**
Lampu ketuhar akan menyala semasa memasak dan juga apabila pintu dibuka. Lampu itu akan dimatikan selepas 1 minit jika pintu dibiarkan terbuka.

**12 Engsel Pintu**
Untuk mengelakkan kecederaan apabila membuka atau menutup pintu, jauhkan jari dari engsel pintu.

**13 Elemen Gril**

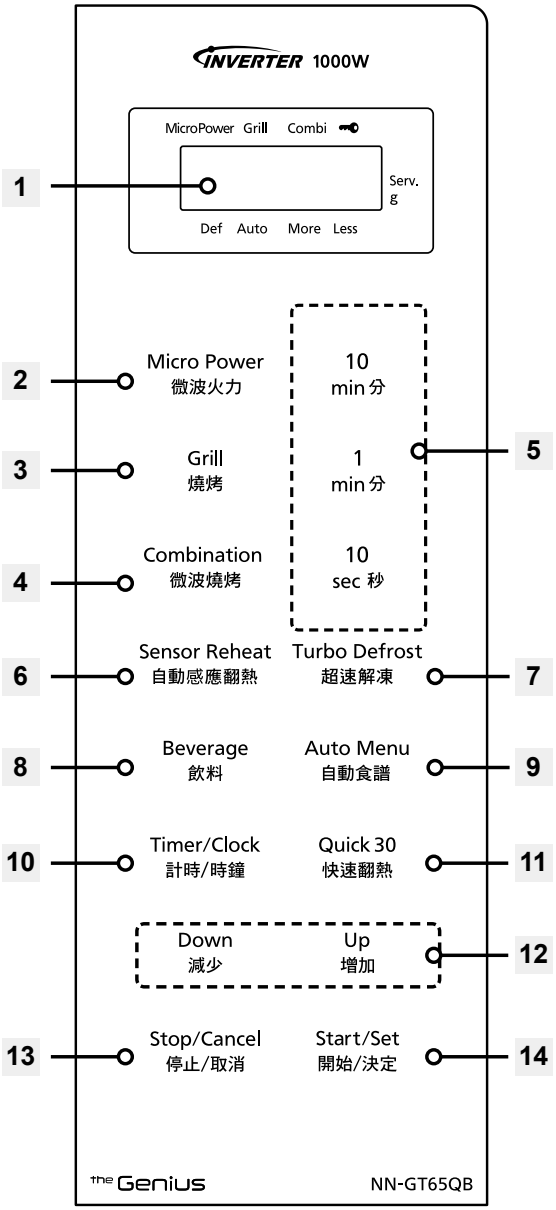
**14 Penahan (tidak boleh ditanggalkan)**
Penahan memastikan ruang yang mencukupi di belakang ketuhar untuk memberi pengudaraan yang mencukupi.

**15** Rak Dawai
a. Rak Wayar disertakan dengan ketuhar untuk memudahkan pemerangan hidangan bersaiz kecil.
b. Rak Dawai hendaklah dibersihkan dengan kerap.
c. Apabila menggunakan Rak Dawai dalam mod memasak GRIL atau KOMBINASI manual, pastikan anda memilih bekas tahan panas; bekas yang diperbuat daripada plastik atau kertas mungkin cair atau terbakar apabila didedahkan kepada haba yang terpancar dari gril.
d. Apabila menggunakan mod KOMBINASI, jangan letakkan sebarang bekas aluminium atau logam secara langsung di atas Rak Dawai. Sentiasa masukkan talam atau bekas kaca di antara Rak Dawai dan bekas aluminium. Ini akan mencegah percikan api yang boleh merosakkan ketuhar.
e. Jangan gunakan Rak Dawai apabila memasak dalam mod Gelombang Mikro sahaja.

## Nota

1. Ilustrasi di atas ialah untuk rujukan sahaja.
2. Hanya aksesori dulang kaca dan rak dawai sahaja disertakan dengan ketuhar ini. Semua kelengkapan memasak lain yang dinyatakan di dalam manual ini mesti dibeli secara berasingan.

# Panel Kawalan




**1 Tetingkap Paparan**

**2 Pad Kuasa Mikro** (lihat halaman 14)

**3 Pads Gril** (lihat halaman 15)

**4 Pads Kombinasi** (lihat halaman 16)

**5 Pad Masa**

**6 Pad Sensor Memanaskan Semula** (lihat halaman 20)

**7 Pad Nyahfros Turbo** (lihat halaman 21)

**8 Pad Minuman** (lihat halaman 22)

**9 Pad Menu Auto** (lihat halaman 23-28)

**10 Pad Pemasa/Jam** (lihat halaman 13, 18)

**11 Pad Pantas 30 Saat** (lihat halaman 17)

**12 Pad Pilihan Tambah/Tolak**

**13 Pad Hentikan/Batalkan**

**Sebelum memasak:** Sekali tekan memadamkan semua arahan anda.
**Semasa memasak:** Sekali tekan menghentikan proses memasak untuk sementara waktu. Tekan sekali lagi membatalkan semua arahan anda dan tanda titik bertindih atau masa dalam sehari muncul dalam tetingkap paparan.

**14 Pad Mulakan/Tetapkan**

Sekali tekan membolehkan ketuhar mula berfungsi. Jika pintu dibuka atau Pad **Hentikan/Batalkan** ditekan sekali semasa operasi ketuhar, Pad **Mulakan/Tetapkan** mesti ditekan sekali lagi untuk menghidupkan semula ketuhar.

## Nota

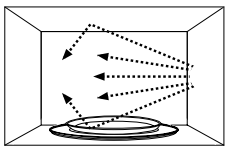
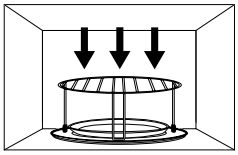
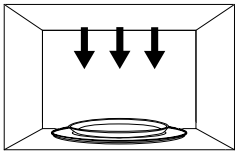
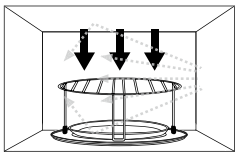
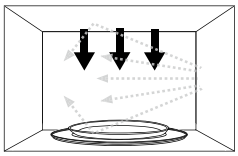
Jika operasi ditetapkan dan Pad **Mulakan/Tetapkan** tidak ditekan, selepas 6 minit, ketuhar akan membatalkan operasi berkenaan secara automatik. Paparan ini akan kembali kepada mod jam atau tanda titik bertindih.

## Bunyi Bip

Apabila pad ditekan dengan betul, bunyi bip akan kedengaran. Jika pad ditekan dan tiada bunyi bip kedengaran, unit tidak atau tidak boleh menerima arahan, atau bunyi bip telah dimatikan. Ketuhar akan berbunyi dua kali di antara peringkat program. Pada akhir mana-mana program yang dilengkapkan, ketuhar akan berbunyi bip lima kali.

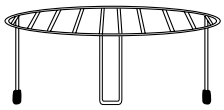
# Mod Memasak

**Diagram yang ditunjukkan di bawah merupakan contoh aksesori. Ia mungkin berbeza bergantung pada resipi/hidangan yang digunakan.**

| Mod memasak | Kegunaan | Aksesori untuk digunakan | Bekas |
|---|---|---|---|
| **Gelombang Mikro**  | • Memanaskan semula.<br>• Mencairkan: mentega, coklat, keju.<br>• Memasak ikan, sayursayuran, buah-buahan, telur.<br>• Menyediakan: buahbuahan rendidih, jem, sos, kastard, pastri, karamel, daging, ikan.<br>• Membakar kek tanpa pemerangan. | – | Bekas boleh diguna dalam ketuhar gelombang mikro (contohnya bekas Pyrex®, pinggan atau mangkuk) diletakkan secara langsung atas dulang kaca.<br><br>Bukan logam. |
| **Gril**  | • Menggril kepingan nipis daging atau ikan.<br>• Menggril roti bakar | Rak dawai | – |
| atau  | • Memerangkan hidangan gratin atau pai meringue. | – | Logam atau tahan panas, secara langsung pada dulang kaca. |
| **Kombinasi**  | • Memanggang stik daging dan kepingan ayam. | Rak dawai | Bukan logam. |
| atau  | • Memasak lasagne, daging, kentang atau gratin sayuran.<br>• Membakar kek dan puding tanpa memerangkan. | – | Boleh diguna dalam ketuhar gelombang mikro atau tahan panas, secara langsung pada dulang kaca.<br><br>Bukan logam. |

Bahasa

# Panduan Pinggan-Mangkuk & Alatan Dapur

| | Gelombang Mikro | Gril | Kombinasi |
|---|---|---|---|
| **Rak dawai**<br>(aksesori ketuhar)<br>  | tidak | ya | ya |
| **Kerajang Aluminium** | tidak | ya | tidak |
| **Talam bulat seramik** | ya | ya | ya |
| **Hidangan Pewarna Kuah** | ya | tidak | tidak |
| **Beg kertas** | tidak | tidak | tidak |
| **Perkakas Hidangan**<br>Ketuhar/Tahan panas Gelombang Mikro | ya | ya | ya |
| Tahan panas Ketuhar/ Gelombang Mikro | tidak | tidak | tidak |
| **Bekas papan kertas**<br>pakai buang | ya* | ya* | ya* |
| **Perkakas Kaca**<br>Kaca tahan panas & Seramik | ya | ya | ya |
| tidak tahan panas | tidak | tidak | tidak |
| **Perkakas Logam** | tidak | ya | tidak |
| **Ikatan pintal logam** | tidak | ya | tidak |
| **Beg Masakan Ketuhar** | ya | ya* | ya |
| **Tuala Kertas dan napkin** | ya | tidak | tidak |
| **Rak nyahfros plastik** | ya | tidak | tidak |
| **Pinggan dan cawan plastik**<br>Tahan Ketuhar Gelombang Mikro | ya | tidak | tidak |
| Tidak Tahan Ketuhar Gelombang Mikro | tidak | tidak | tidak |
| **Plastik tahan panas ketuhar gelombang Mikro** | ya | tidak | tidak |
| **Bahan jerami, Anyaman dan kayu** | ya | tidak | tidak |
| **Termometer**<br>Tahan Ketuhar Gelombang Mikro | ya | tidak | tidak |
| Ketuhar | tidak | ya | tidak |
| **Kertas berlilin** | ya | ya | ya |
| **Alat bakar silikon** | ya* | ya* | ya* |

* Semak cadangan pengilang, hendaklah tahan haba atau mengikuti arahan resipi.

# Pilihan Bip

Ketuhar mempunyai mod "Bip Dihidupkan" dan "Bip Dimatikan". Ciri unik ketuhar gelombang mikro Panasonic anda ini membolehkan anda mewujudkan ciri bukan memasak asal ketuhar anda.

1. **Tekan Pad Mulakan/Tetapkan selepas memasang palam.**"bEEP (BIP)" muncul dalam tetingkap paparan. Mod lalai "On (Dihidupkan)".
2. **Tekan Pad Pilihan Tambah/ Tolak.**
   Mod bertukar kepada "OFF (DIMATIKAN)".
3. **Selepas tetapan, ketik Pad Hentikan/ Batalkan untuk keluar**

## Nota

1. Pilihan boleh dibuat hanya apabila anda memasang palam ketuhar.
2. Mengetik Pad **Pilihan Tambah/Tolak** sekali lagi semasa langkah 2 akan kembali kepada mod "On (Dihidupkan)" yang asal

# Tetapan Kunci Keselamatan Kanak-kanak

Ciri ini membolehkan anda menghalang pengoperasian ketuhar oleh kanak-kanak; walau bagaimanapun, pintu ketuhar boleh dibuka.**Ciri ini boleh diboleh diset apabila noktah bertindih atau masa bagi hari dipaparkan.**

**Untuk menetapkan:**

**Tekan Mulakan/Tetapkan 3 kali.**
Tanda titik bertindih atau masa dalam sehari akan hilang. Masa sebenar masih disimpan.
" " muncul dalam tetingkap paparan.

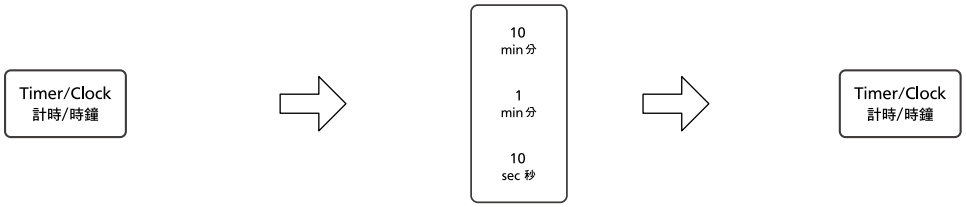
**Untuk membatalkan:**

**Tekan Hentikan/Batalkan 3 kali.**
Tanda titik bertindih atau masa dalam sehari akan muncul semula dalam tetingkap paparan.

Untuk menetapkan atau membatalkan kunci keselamatan kanak-kanak, Pad **Mulakan/Tetapkan** atau Pad **Hentikan/Batalkan** mesti ditekan 3 kali dalam masa 10 saat.

# Tetapan Jam

Anda boleh menggunakan ketuhar tanpa menetapkan jam.

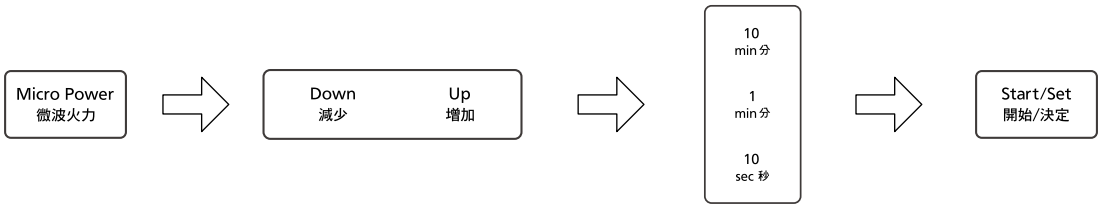



1. **Tekan dua kali.**
   Titik bertindih akan berkelip dalam tetingkap paparan.
2. **Tetapkan masa dengan menekan Pad Masa.**
   Masa muncul dalam tetingkap paparan; tanda titik bertindih berkelip.
3. **Tekan sekali.**
   Tanda titik bertindih berkelip; masa dalam sehari dimasukkan dan dikunci dalam tetingkap paparan. Masa dikira dalam minit.

## Nota

1. Untuk menetapkan semula masa dalam sehari, ulangi langkah 1-3.
2. Jam akan terus berfungsi selagi ketuhar disambungkan ke plag dan kuasa elektrik dibekalkan.
3. Jam dipaparkan dalam sistem 12 jam.
4. Ketuhar tidak akan berfungsi semasa tanda titik bertindih berkerdipan.

# Tetapan Kuasa Mikro




1. **Tekan sekali untuk memilih ciri Kuasa Mikro.**
2. **Tekan Pad Pilihan Tambah/Tolak untuk memilih tahap kuasa.** Kuasa akan muncul dalam tetingkap paparan. (Lihat carta di bawah)
3. **Pilih masa memasak dengan menekan Pad Masa.** (1000 W: sehingga 30 minit Tahap Kuasa Lain: sehingga 99 minit dan 50 saat)
4. **Tekan Mulakan/ Tetapkan.** Masa dalam tetingkap paparan akan menghitung.

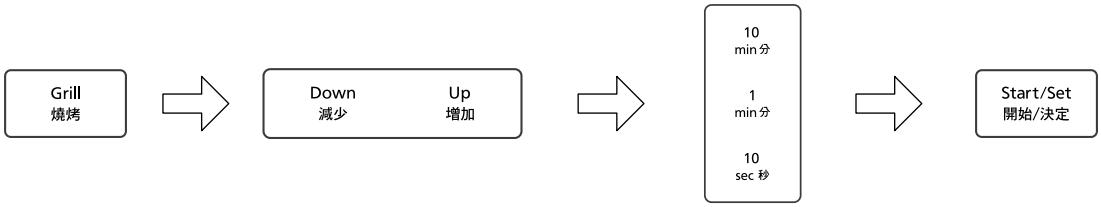
| Tahap Kuasa | Contoh Kegunaan |
|---|---|
| 1000 W (TINGGI) | Jerang air. Panas Semula. Masak sayur-sayuran, nasi, pasta dan mi. |
| 800 W (SEDERHANA TINGGI) | Masak ayam itik, daging, kek, pencuci mulut. Panaskan susu. |
| 600 W (SEDERHANA) | Masak daging lembu, biri-biri, telur, ikan dan makanan laut. Cairkan mentega. |
| 440 W (SEDERHANA-RENDAH) | Merebus sup, stew dan kaserol (potongan kurang lembut). |
| 300 W (NYAHFROS) | Nyahsejuk makanan. |
| 100 W (RENDAH) | Pastikan makanan yang dimasak dalam keadaan hangat, rebus perlahan-lahan. |

## Nota

1. Anda boleh memilih tahap kuasa dengan menekan Pad **Kuasa Mikro** juga.
2. Anda boleh memprogramkan tidak lebih daripada 3 peringkat memasak sebagai satu tetapan memasak. Untuk memasak 2 atau 3 peringkat, ulangi langkah 1-3 di atas sebelum menekan Pad **Mulakan/Tetapkan**. Apabila memilih 1000 W pada peringkat pertama, anda boleh melangkau langkah 1-2. Apabila beroperasi, dua bip akan kedengaran pada setiap peringkat. (Sila rujuk halaman 19 untuk maklumat lanjut).
3. Anda boleh meningkatkan masa memasak semasa memasak jika diperlukan. Masa boleh ditingkatkan dalam kenaikan 1 minit, sehingga 10 minit. Tekan Pad **1 minit** hingga maksimum 10 minit. Masa memasak tidak boleh dikurangkan semasa memasak.
4. Jangan gunakan bekas logam pada mod gelombang mikro.
5. Masa berhenti seketika boleh diprogramkan selepas tetapan Kuasa Mikro dan masa. Rujuk kepada menggunakan pemasa di halaman 18.

# Tetapan Gril

Terdapat tiga paras kuasa untuk gril. Semasa menggril, haba dipancarkan dari dua pemanas. Pintu ketuhar mesti ditutup untuk menghalang bau memasak daripada tersebar di dapur dan untuk tidak membazirkan tenaga. Gril sangat sesuai untuk kepingan nipis daging dan makanan laut serta roti dan makanan. Pilih tetapan Gril, tetapkan masa dan mulakan ketuhar. Makanan yang digril biasanya haruslah diterbalikkan selepas separuh jalan masa menggril. Apabila pintu ketuhar dibuka, program akan dihentikan seketika. Terbalikkan makanan, letakkan semula ke dalam ketuhar, tutup pintu dan mulakan semula ketuhar. Semasa menggril, pintu ketuhar boleh dibuka pada bila-bila masa untuk memeriksa makanan.




1. **Tekan sekali untuk memilih ciri Gril.**
2. **Tekan Pad Pilihan Tambah/Tolak untuk memilih tahap kuasa.** Kuasa akan muncul dalam tetingkap paparan. (Lihat carta di bawah)
3. **Pilih masa memasak dengan menekan Pad Masa.** ( sehingga 99 minit dan 50 saat)
4. **Tekan Mulakan/ Tetapkan.** Masa dalam tetingkap paparan akan menghitung.

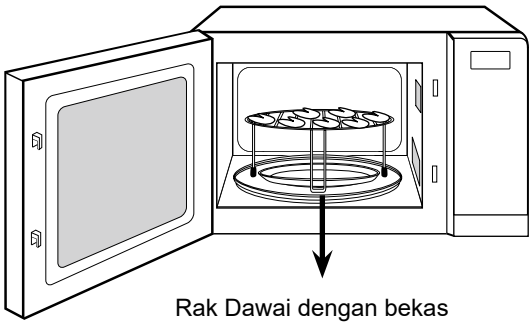
| Tahap Kuasa | Contoh Kegunaan |
|---|---|
| Gril 3 (TINGGI) | Hirisan daging atau kepingan ayam itik |
| Gril 2 (SEDERHANA) | Makanan laut |
| Gril 1 (RENDAH) | Roti bawang putih, roti bakar |

## Garis Panduan

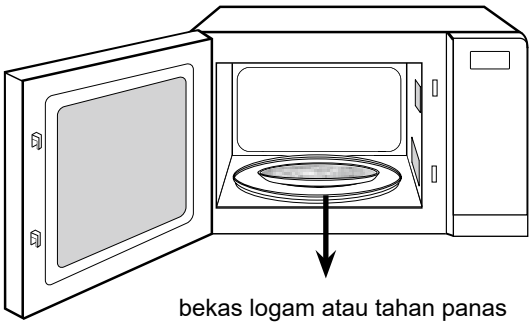
1. Anda boleh memilih tahap kuasa dengan menekan Pad **Gril** juga.
2. Gunakan Rak Dawai yang disediakan.
3. Jangan cuba memanaskan gril terlebih dahulu.
4. Kebanyakan barangan daging seperti sosej, potongan daging boleh dimasak pada tetapan yang paling panas Gril 3. Tetapan ini juga sesuai untuk membakar roti, mufin serta kek minum petang dan sebagainya.
5. Gril 2 digunakan untuk bahan makanan yang memerlukan masa gril yang lebih lama contohnya ikan atau bahagian ayam.
6. Jangan menutup makanan semasa menggril.
7. Sentiasa gunakan sarung tangan ketuhar apabila mengeluarkan makanan dan Rak Dawai selepas menggril kerana ia akan menjadi sangat panas.
8. Selepas menggril, adalah penting supaya Rak Dawai dikeluarkan untuk dibersihkan sebelum digunakan semula dan dinding serta lantai ketuhar disapu dengan kain yang diperah dalam air sabun panas untuk menghilangkan gris.
9. Anda boleh meningkatkan masa memasak semasa memasak jika diperlukan. Masa boleh ditingkatkan dalam kenaikan 1 minit, sehingga 10 minit. Tekan Pad **1 minit** hingga maksimum 10 minit. Masa memasak tidak boleh dikurangkan semasa memasak.

## Aksesori untuk digunakan

Apabila menggril, anda boleh terus meletakkan makanan di atas Rak Dawai dengan bekas tahan panas di bawahnya. Atau anda boleh terus meletakkan makanan ke dalam bekas logam atau tahan panas, kemudian letakkannya di atas dulang kaca.



Rak Dawai dengan bekas tahan panas di bawahnya

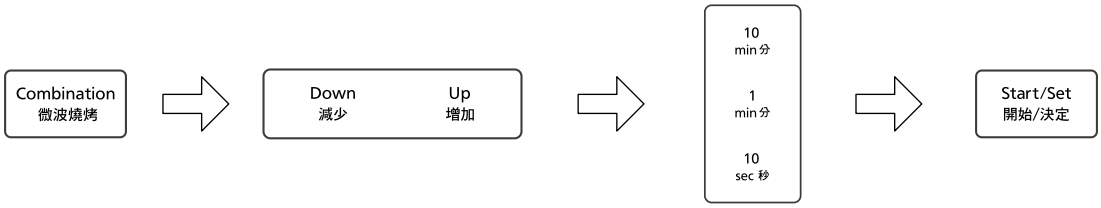


bekas logam atau tahan panas

Bahasa

# Tetapan Kombinasi

Terdapat tiga paras kuasa untuk ciri ini. Ini merupakan cara yang baik untuk memanggang makanan dengan menggabungkan gelombang mikro dan gril dengan berkesan. Ia sesuai untuk memanggang ayam itik, daging dan makanan laut. Fungsi ini dapat memastikan makanan dimasak dengan sekata dan mengekalkan kerangupan makanan tertentu. Sila buka pintu dan terbalikkan makanan pada separuh masa memasak, kemudian teruskan memasak.




1. **Tekan sekali untuk memilih ciri Kombinasi.**
2. **Tekan Pad Pilihan Tambah/Tolak untuk memilih tahap kuasa.** Kuasa akan muncul dalam tetingkap paparan. (Lihat carta di bawah)
3. **Pilih masa memasak dengan menekan Pad Masa.** (sehingga 99 minit dan 50 saat)
4. **Tekan Mulakan/ Tetapkan.** Masa dalam tetingkap paparan akan menghitung.

| Tahap Kuasa | Contoh Kegunaan |
|---|---|
| Kombinasi 3 (300 W + Gril 3) | Seekor ayam itik |
| Kombinasi 2 (300 W + Gril 2) | Daging, kambing, makanan laut |
| Kombinasi 1 (300 W + Gril 1) | Kentang panggang, puding |

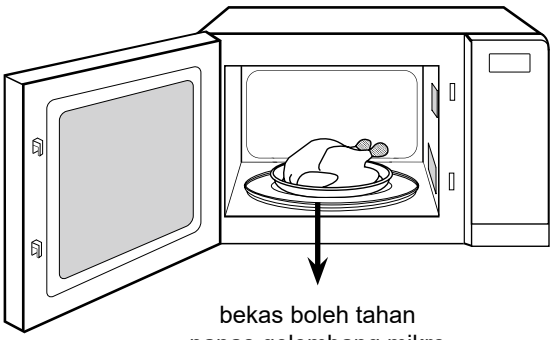
Bahasa

## Garis Panduan

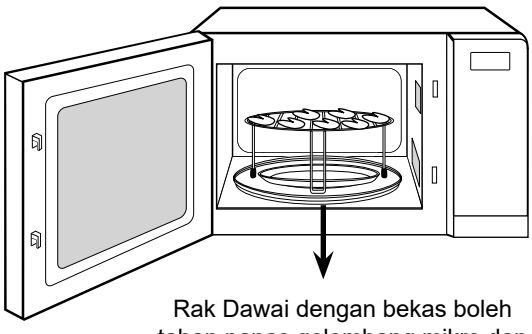
1. Anda boleh memilih tahap kuasa dengan menekan Pad **Kombinasi** juga.
2. Jangan menutup makanan semasa memasak.
3. Sentiasa gunakan sarung tangan ketuhar semasa mengeluarkan makanan.
4. Jangan gunakan jika mengendalikan ketuhar dengan berat makanan yang kurang daripada 200 g pada program manual. Untuk kuantiti kecil jangan gunakan mod kombinasi, masak secara menggril sahaja untuk hasil terbaik.
5. Jangan panaskan ketuhar terlebih dahulu pada mod kombinasi.
6. Anda boleh meningkatkan masa memasak semasa memasak jika diperlukan. Masa boleh ditingkatkan dalam kenaikan 1 minit, sehingga 10 minit. Tekan Pad **1 minit** hingga maksimum 10 minit. Masa memasak tidak boleh dikurangkan semasa memasak.

## Aksesori untuk digunakan

Apabila memasak, anda boleh terus meletakkan makanan di dasar ketuhar di dalam bekas boleh tahan panas gelombang mikro dan tahan panas. Atau anda boleh terus meletakkan makanan pada Rak Dawai dengan bekas boleh tahan panas gelombang mikro dan tahan panas di bawahnya.



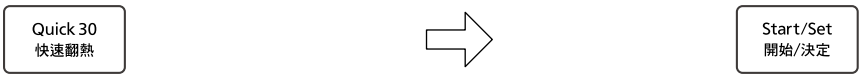
bekas boleh tahan panas gelombang mikro dan tahan panas



Rak Dawai dengan bekas boleh tahan panas gelombang mikro dan tahan panas di bawahnya

# Untuk Memasak Menggunakan Ciri Pantas 30 Saat

Ciri ini membolehkan anda menetapkan masa memasak dengan cepat dalam kenaikan 30 saat.




**1. Tekan Pantas 30 Saat untuk menetapkan masa memasak yang dikehendaki (sehingga 5 minit).**
Setiap kali tekan ialah 30 saat.
Masa muncul dalam paparan. Tahap kuasa ditetapkan pada 1000 W.

**2. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Program memasak akan bermula dan masa dalam paparan akan mula menghitung. Apabila selesai memasak, lima bip akan berbunyi.

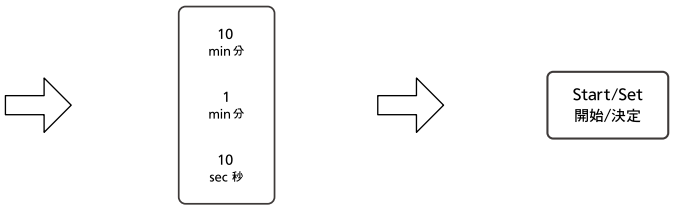
## Nota

1. Ciri ini hanya tersedia untuk mod **Kuasa Mikro**. Jika dikehendaki, anda boleh menggunakan tahap kuasa lain. Pilih tahap kuasa mikro yang dikehendaki sebelum menekan **Pantas 30 Saat**.
2. Selepas menetapkan masa dengan **Pantas 30 Saat**, anda tidak boleh menggunakan Pad **Masa** .

# Menggunakan Ciri Tambah Masa

Ciri ini membolehkan anda menambah masa memasak pada akhir masa memasak sebelumnya.

**1. Sebaik sahaja memasak secara manual selesai, paparan akan berkelip "0"**




**2. Tambah mlihat asa memasak dengan menekan Pad Masa.**
Masa memasak maksimum:
Gelombang Mikro: 1000 W sehingga 30 minit; tahap kuasa lain sehingga 99 minit dan 50 saat.
Gril, Kombinasi: sehingga 99 minit dan 50 saat

**3. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Masa akan ditambah. Masa dalam tetingkap paparan akan menghitung.

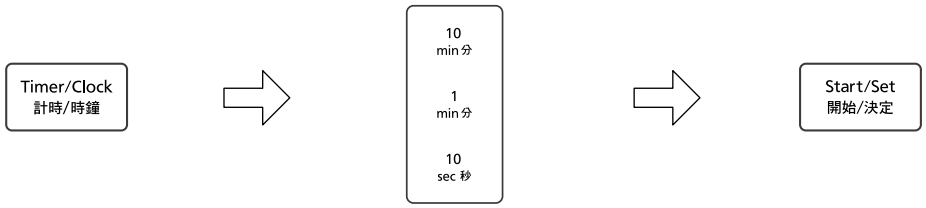
## Nota

1. Ciri ini hanya tersedia untuk ciri Kuasa Mikro, Pantas 30, Gril, Kombinasi saat dan Pemasa dan ini tidak tersedia untuk program Auto.
2. Ciri Tambah Masa hanya tersedia dalam masa 1 minit selepas memasak.
3. Ciri Tambah Masa boleh digunakan selepas 3 peringkat memasak. Tahap kuasa adalah sama seperti pada peringkat terakhir sebelum ini.

# Tetapan Pemasa (Pemasa Dapur/Masa Berhenti Seketika/Melengah Permulaan)

Ciri ini membolehkan anda memprogramkan masa berhenti seketika selepas proses memasak dilengkapkan, memprogramkan ketuhar sebagai pemasa minit atau kedua, atau memprogramkan permulaan yang dilengahkan.

## Untuk Mengguna sebagai Pemasa Dapur



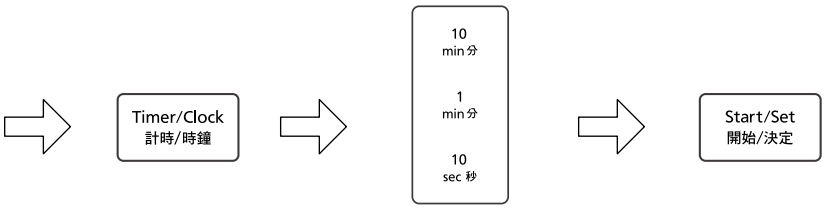

**1. Tekan sekali.**

**2. Pilih masa yang dikehendaki dengan menekan Pad Masa.**
(sehingga 99 minit dan 50 saat)

**3. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Masa akan membilang ke bawah tanpa ketuhar beroperasi.

## Untuk Menetapkan Masa Berhenti Seketika

**1. Tetapkan program memasak yang dikehendaki, sehingga 2 peringkat.**
(lihat halaman 19)

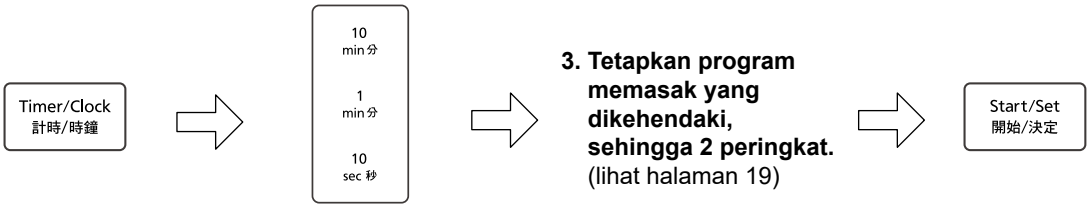



**2. Tekan sekali.**

**3. Pilih masa yang dikehendaki dengan menekan Pad Masa.**
(sehingga 99 minit dan 50 saat)

**4. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Memasak akan bermula. Selepas memasak, masa berhenti seketika akan mula menghitung tanpa ketuhar beroperasi.

## Untuk Menetapkan Melengah Permulaan




**1. Tekan sekali.**

**2. Pilih masa lengah yang dikehendaki dengan menekan Pad Masa.**
(sehingga 99 minit dan 50 saat)

**3. Tetapkan program memasak yang dikehendaki, sehingga 2 peringkat.**
(lihat halaman 19)

**4. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Masa dilengahkan akan menghitung tanpa ketuhar beroperasi. Memasak kemudiannya akan bermula.

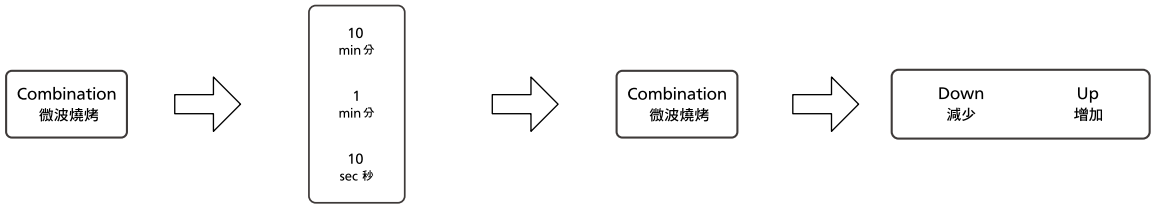
### Nota

1. Jika pintu ketuhar dibuka semasa Masa Berhenti Seketika, Permulaan Lengah atau Pemasa Dapur, masa dalam tetingkap paparan akan terus menghitung.
2. Melengah Permulaan dan Masa Berhenti Seketika tidak boleh diprogramkan bersama dengan Nyahfros Turbo, Minuman, Sensor Memanaskan Semula dan Menu Auto. Ini bertujuan menghalang suhu permulaan makanan daripada meningkat sebelum proses menyahfros atau memasak bermula. Perubahan dalam suhu permulaan boleh menyebabkan hasil yang tidak tepat.
3. Apabila menggunakan Masa Berhenti Seketika atau Melengah Permulaan, ini mempunyai sehingga 2 peringkat Kuasa.

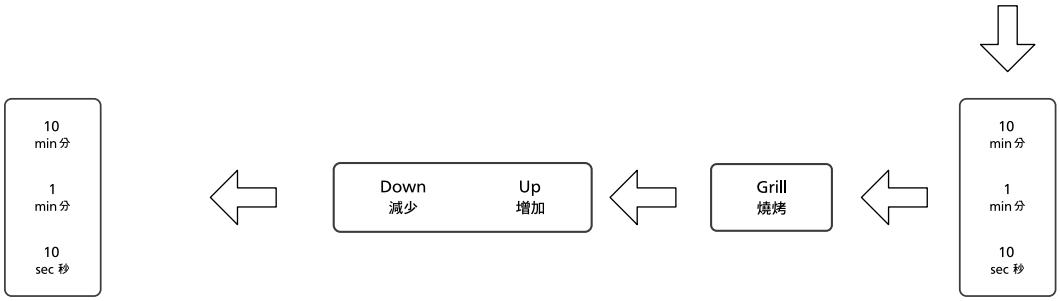
# Tetapan 3-Peringkat

Ciri ini membolehkan anda memprogramkan 3 peringkat memasak secara berterusan.

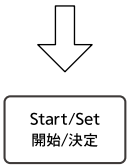
**Contoh: Sentiasa menetapkan [Kombinasi 3] 9 minit, [Kombinasi 1] 13 minit dan [Gril 2] 2 minit.**




1. Tekan sekali untuk memilih **"Kombinasi 3".**
2. Tetapkan masa 9 minit dengan menggunakan Pad **Masa**.
3. Tekan sekali untuk memilih "**Kombinasi 3**".
4. Tekan Pad Tolak dua kali untuk memilih "**Kombinasi 1**".




5. Tetapkan masa 13 minit dengan menggunakan Pad **Masa**.
6. Tekan sekali untuk memilih **"Gril 3".**
7. Tekan Pad **Tolak** sekali untuk memilih "**Gril 2**".
8. Tetapkan masa 2 minit dengan menggunakan Pad **Masa**.




9. Tekan sekali.
   Jangka masa memasak akan dilihat pada tetingkap paparan dan membilang ke bawah.

## Contoh Kegunaan

| | Masak 300 g filet ikan | Panggang seekor ayam 1 kg |
|---|---|---|
| 1 peringkat | 600 W 3'00" | Kombinasi 3 9'00" |
| 2 peringkat | 440 W 2'00" | Kombinasi 1 13'00" |
| 3 peringkat | 300 W 2'00" | Gril 2 2'00" |

## Nota

1. Apabila beroperasi, dua bip akan kedengaran pada setiap peringkat.
2. Ciri ini tidak tersedia untuk Nyahfros Turbo, Minuman, Sensor Memanaskan Semula dan Menu Auto.

# Untuk Menggunakan Sensor Panaskan Semula

Ciri ini membolehkan anda memanaskan semula makanan tanpa memilih masa dan tahap kuasa. Sensor mengesan haba dan kelembapan yang dihasilkan oleh makanan dan memanaskan semula makanan anda secara automatik.

**1. Tekan sekali untuk memilih ciri Sensor Panaskan Semula.**

**2. Pad Pilihan Tambah/Tolak (Pilihan*):**
Keutamaan untuk tahap kemasakan makanan berbeza mengikut setiap individu. Selepas menggunakan Sensor Masak beberapa kali, anda mungkin memutuskan yang anda lebih suka makanan anda dimasak mengikut tahap kemasakan berbeza. Dengan menggunakan Pad **Pilihan Tambah/Tolak**, program boleh disesuaikan bagi memasak makanan untuk masa yang lebih lama atau lebih singkat. *Jika anda berpuas hati dengan hasil program Sensor, anda tidak perlu menggunakan pad ini.

**3. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Selepas haba dan kelembapan dikesan oleh Sensor Genius, masa yang tinggal muncul di tetingkap paparan dan mula mengira detik.

Bahasa

## Nota

1. Pemanasan semula menggunakan Sensor Genius sesuai untuk makanan pramasak yang disejukkan atau daripada suhu bilik (di bawah 35 °C). Sesuai untuk kaserol, penyajian hidangan secara formal, sup, stew, hidangan pasta (kecuali lasagna) dan makanan dalam tin. Makanan perlu disimpan di dalam peti sejuk atau pada suhu bilik. Jangan panaskan semula makanan beku pada tetapan ini. Makanan yang dipanaskan semula mesti mempunyai berat antara 125 g dan 1 kg. Untuk makanan dengan berat kurang daripada 125 g dan lebih daripada 1 kg, gunakan tetapan kuasa mikro manual.
2. Jangan panaskan semula roti atau produk pastri (mentah atau tidak dimasak), atau minuman.
3. Pastikan dulang kaca, bahagian luar bekas memasak dan bahagian dalam gelombang mikro kering sebelum meletakkan makanan di dalam ketuhar. Baki titisan kelembapan yang berubah menjadi wap boleh mengelirukan sensor.
4. Makanan mesti sentiasa ditutup dengan longgar, tetapi sepenuhnya, dengan pembalut plastik. (Jangan gunakan apa-apa tudung menutup secara mengetap.)
5. Pintu tidak boleh dibuka sebelum masa muncul dalam tetingkap paparan.
6. Semua makanan perlu mempunyai masa berhenti seketika tertutup sekurang-kurangnya 3 hingga 5 minit.
7. Jika rongga menjadi terlampau panas, "HOt" muncul di tetingkap paparan, maka tidak boleh menggunakan fungsi ini. Mulakan operasi semula selepas "HOt" tidak lagi kelihatan. Jika tergesa-gesa, masak makanan secara manual dengan memilih mod memasak yang betul dan memasak sendiri.

# Tetapan Nyahfros Turbo

Ciri ini membolehkan anda menyahfros daging, ayam itik dan makanan laut secara automatik dengan menetapkan berat. Hidangan/berat ialah 100 g hingga 3000 g.

1. **Tekan sekali.** (berat lalai ialah 100 g)
2. **Pilih berat makanan dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.**
3. **Tekan Mulakan/Tetapkan.** Masa menyahfos muncul dalam tetingkap paparan dan mula menghitung.

| Makanan | Berat Maksimum |
|---|---|
| Daging kisar, ketulan ayam, potongan | 3000 g |
| Daging lembu panggang, kambing, ayam seekor | 3000 g |
| Ikan seekor, kekapis, udang, filet ikan | 1000 g |

## Nota

Anda boleh memilih berat dengan menekan Pad **Nyahfros Turbo** juga.

## Petua untuk Nyahfros Turbo

Langkah yang cermat mesti diambil semasa menyahfros daging bertulang. Sebagai contoh, jika daging bertulang mempunyai berat yang sama seperti daging tanpa tulang, daging yang pertama lebih ringan berbanding daging yang kedua. Oleh itu, dengan menolak 500 g bagi daging bertulang seberat 2000 g adalah lebih baik untuk dinyahfros. Tolak 250 g apabila menyahfros daging bertulang yang mempunyai berat kurang daripada 2000 g.

## Apabila Dua Bip Berbunyi

Balikkan daging, ayam, ikan dan kekerang. Asingkan daging stu, ketulan ayam dan lof daging. Pisahkan lof daging daripada burger.

## Petunjuk kepada menyahfros

Untuk menyahfros dengan sekata, balikkan makanan atau alihkan kedudukan makanan di dalam bekas semasa proses menyahfros dijalankan.

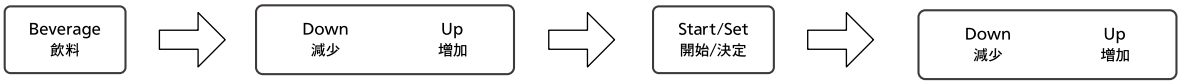
Tanggalkan bungkusan daging mentah dan letakkan di atas pinggan.

Tanggalkan bungkusan filet ikan dan letakkannya di atas pinggan.

Bahasa

# Untuk Menggunakan Minuman

Ciri ini membolehkan anda memanaskan semula kopi/susu tanpa menetapkan kuasa mikro dan masa.




**1. Tekan sekali untuk memilih ciri Minuman.**

**2. Pilih nombor menu yang dikehendaki dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.**
(Lihat carta di bawah)

**3. Tekan sekali untuk mengesahkan.**

**4. Pilih hidangan makanan dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.**

**5. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Masa memanaskan semula muncul dalam tetingkap paparan dan mula menghitung.

| No. Menu | Menu | Hidangan | | Bekas dicadangkan |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Kopi | 1-1 (1 cawan kopi) | 1-2 (2 cawan kopi) | Cawan selamat gelombang mikro |
| 2 | Susu | 2-1 (1 cawan susu) | 2-2 (2 cawan susu) | |

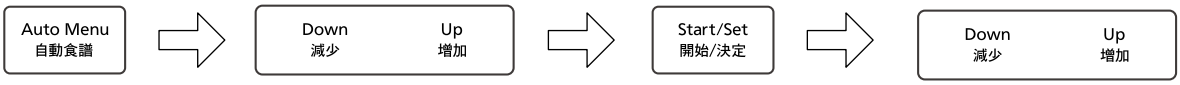
## Nota

1. Anda boleh memilih No. Menu dengan menekan Pad **Minuman** juga.
2. Gunakan cawan selamat ketuhar gelombang mikro. Kopi/susu yang dipanaskan boleh meletus jika tidak dicampurkan dengan udara. Jangan panaskan kopi/susu dalam ketuhar gelombang mikro anda tanpa mengacau sebelum dan separuh jalan semasa pemanasan.
3. Langkah yang cermat mesti dilakukan supaya tidak memanaskan kopi/susu secara berlebihan apabila menggunakan ciri **Minuman**. Ini diprogram untuk memberikan hasil yang wajar apabila memanaskan 1 cawan atau 2 cawan kopi/susu, bermula daripada suhu bilik untuk kopi dan suhu peti sejuk untuk susu. Pemanasan lampau akan menyebabkan peningkatan risiko melecur, atau letusan cecair.
4. 1 cawan susu ialah 200 ml hingga 250 ml dan 1 cawan kopi ialah 150 ml hingga 200 ml.

# Untuk Menggunakan Menu Auto

## Untuk Menggunakan Menu Masak Sensor

Ciri ini membolehkan anda memasak makanan tanpa memilih masa dan tahap kuasa. Hanya pilih nombor menu yang dikehendaki dan ketuhar akan memasak makanan anda secara automatik.




**1. Tekan sekali untuk memilih ciri Menu Auto.**

**2. Pilih nombor menu yang dikehendaki dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.**
(Lihat carta di bawah)

**3. Tekan sekali untuk mengesahkan.**

**4. Pad Pilihan Tambah/Tolak (Pilihan*):**
Keutamaan untuk tahap kemasakan makanan berbeza mengikut setiap individu. Selepas menggunakan Sensor Masak beberapa kali, anda mungkin memutuskan yang anda lebih suka makanan anda dimasak mengikut tahap kemasakan berbeza. Dengan menggunakan Pad Pilihan Tambah/Tolak, program boleh disesuaikan bagi memasak makanan untuk masa yang lebih lama atau lebih singkat. *Jika anda berpuas hati dengan hasil program Sensor, anda tidak perlu menggunakan pad ini.

**5. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Selepas haba dan kelembapan dikesan oleh Sensor Genius ketuhar akan berbunyi bip dua kali, masa yang tinggal muncul di tetingkap paparan dan mula mengira detik.

Bahasa

### Nota

1. Anda boleh memilih No. Menu dengan menekan Pad **Menu Auto** juga.
2. Suhu bilik di sekeliling ketuhar harus berada di bawah 35 °C.
3. Pastikan dulang kaca, bahagian luar bekas memasak dan bahagian dalam gelombang mikro kering sebelum meletakkan makanan di dalam ketuhar. Baki titisan kelembapan yang berubah menjadi wap boleh mengelirukan sensor.
4. Makanan mesti sentiasa ditutup dengan longgar, tetapi sepenuhnya, dengan pembalut plastik. (Jangan gunakan apa-apa tudung menutup secara mengetap.)
5. JANGAN buka pintu ketuhar sehingga kedengaran 2 bunyi bip dan masa memasak muncul di tetingkap paparan. Melakukan sedemikian akan menyebabkan masakan tidak dimasak dengan betul kerana wap dari makanan tidak lagi terkandung di dalam rongga ketuhar. Apabila masa memasak mula membilang ke bawah, pintu ketuhar boleh dibuka untuk mengacau, membalikkan atau menyusun semula makanan.
6. Semua makanan perlu dibiarkan bertutup sekurang-kurangnya selama 3 hingga 5 minit.
7. Jika rongga menjadi terlampau panas, "HOt" muncul di tetingkap paparan, maka tidak boleh menggunakan fungsi ini. Mulakan operasi semula selepas "HOt" tidak lagi kelihatan. Jika tergesa-gesa, masak makanan secara manual dengan memilih mod memasak yang betul dan memasak sendiri.

| No. Menu | Kategori Menu | Julat Berat Disarankan |
|---|---|---|
| 3 | Sayur-sayuran | 125 g - 500 g |
| 4 | Sayur-sayuran Akar | 125 g - 1.0 kg |
| 5 | Ikan | 125 g - 500 g |
| 6 | Ayam | 400 g - 1.0 kg |

## 3. Sayur-sayuran

Sesuai untuk memasak pelbagai jenis sayuran daun, hijau dan lembut, termasuk brokoli, labu, kubis bunga, kubis, asparagus, kekacang, saderi, zukini, bayam, lada benggala atau campuran semua ini. Potong semua sayur-sayuran menjadi kepingan saiz yang sama. Letakkan sayur-sayuran dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai. Tambah 1 sudu besar hingga ¼ cawan air jika anda ingin tekstur yang lebih lembut selepas masak. Mentega, herba dan sebagainya boleh ditambah sebelum pemanasan, tetapi jangan tambahkan garam sehingga disajikan. Tutup dengan penutup atau pembalut plastik. Pilih program kemudian tekan **Mulakan/ Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.

## 4. Sayur-sayuran Akar

Sesuai untuk memasak sayur-sayuran berubi seperti ubi kentang, ubi keledek, labu, bawang, swede, lobak merah, lobak bulat dan ubi bit. Semua sayur-sayuran perlu dipangkas atau disediakan dan dipotong menjadi kepingan bersaiz sekata. Letakkan sayur-sayuran dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai. Tambah 1 sudu besar hingga ¼ cawan air pada sayur-sayuran jika anda ingin tekstur yang lebih lembut selepas masak. Tutup dengan penutup atau pembalut plastik. Pilih program kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Jika mahu, mentega, herba dan sebagainya boleh ditambah tetapi jangan tambah garam sehingga selesai memasak. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan. Apabila selesai memasak, kacau sayur-sayuran dalam kuantiti yang lebih besar. Biarkan seketika, bertutup, selama 2 hingga 3 minit.

## 5. Ikan

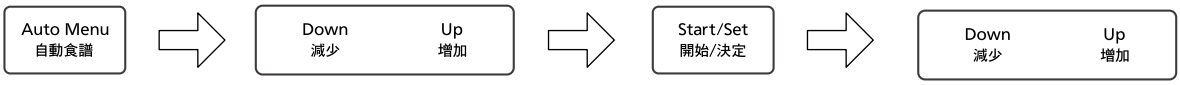
Sesuai untuk memasak ikan seekor dan filet ikan. Letakkan ikan yang sudah disediakan dalam piring selamat gelombang mikro. Tambah sos dan air. Tutup dengan pembalut plastik. Pilih program kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Selepas memasak bahagian ikan yang besar, biarkan ikan seketika selama 3 hingga 5 minit sebelum dihidangkan. (Ia mungkin perlu untuk melaras jumlah air atau sos mengikut citarasa anda.)
**Nota:** Ketebalan isi ikan tidak boleh lebih daripada 3 cm.

## 6. Ayam

Sesuai untuk memasak ketulan ayam, seperti bahagian sayap, paha bawah, paha atas, separuh dada dan sebagainya. Ketulan ayam perlu dinyahsejuk beku sepenuhnya sebelum dimasak. Tusuk ketulan ayam dan perap dengan kuah atau sayur-sayuran jika perlu. Letakkan potongan ayam yang telah disediakan ke dalam **kaserol** tahan panas gelombang mikro. Masukkan minyak jika anda lebih suka tekstur masakan yang lebih lembut. Tutup hidangan dengan rapi menggunakan penutup atau pembalut plastik. Pilih program kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.

## Untuk Menggunakan Menu Masak Auto

Ciri ini membolehkan anda memasak makanan tanpa memilih masa dan tahap kuasa. Hanya pilih nombor menu dan berat/hidangan yang dikehendaki, dan ketuhar akan memasak makanan anda secara automatik.




**1. Tekan sekali untuk memilih ciri Menu Auto.**

**2. Pilih nombor menu yang dikehendaki dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.** (halaman 19-20)

**3. Tekan sekali untuk mengesahkan.**

**4. Pilih berat/hidangan makanan dengan menekan Pad Pilihan Tambah/Tolak.**

**5. Tekan Mulakan/Tetapkan.**
Jangka masa memasak akan dilihat pada tetingkap paparan dan membilang ke bawah.

### Nota

1 Anda boleh memilih No. Menu dengan menekan Pad **Menu Auto** juga.

2. Apabila anda memilih program Menu Auto, nombor menu ditunjukkan dalam paparan.

3. Masak makanan di dalam julat berat yang dihuraikan sahaja.

4. Sentiasa menimbang makanan dan bukannya bergantung pada maklumat bungkusan.

5. Kebanyakan makanan memperoleh manfaat dari masa berhenti seketika, selepas memasak dalam Program Menu Auto, untuk membolehkan haba terus mengalir ke bahagian tengah.

6. Untuk membenarkan beberapa variasi yang berlaku dalam makanan, periksa jika makanan itu telah dimasak dengan sempurna dan masih berada dalam keadaan panas sebelum menghidangkannya.

| No. Menu | Menu | Hidangan/Berat | | | | | | Bekas dicadangkan |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Roti | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Piring selamat gelombang mikro |
| 8 | Pau | 70 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Piring selamat gelombang mikro dengan pembalut plastik |
| 9 | Sosej | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Piring selamat gelombang mikro |
| 10 | Sayur Dingin Beku | 120 g | 180 g | 250 g | 370 g | - | - | Kaserol dengan tudung atau pembalut plastik |
| 11 | Nasi Kaserol | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Kaserol dengan tudung |
| 12 | Bubur | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Kaserol dengan tudung |
| 13 | Mi Segera | 1 hidangan | 2 hidangan | - | - | - | - | Kaserol dengan tudung |
| 14 | Mereneh | 4-6 hidangan | 1-3 hidangan | - | - | - | - | Kaserol dengan tudung |

Bahasa

| No. Menu | Menu | Hidangan/Berat | | | | | | Bekas dicadangkan |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15 | Ayam Panggang | 600 g | 900 g | 1200 g | 1500 g | - | - | Bekas boleh digunakan dalam ketuhar gelombang mikro dengan hidangan terbalik |
| 16 | Daging/Kambing Panggang | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Rak dawai dengan piring di bahagian bawah |
| 17 | Kepingan Daging BBQ | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Rak dawai dengan piring di bahagian bawah |
| 18 | Memanas Makanan Goreng | 50 g | 150 g | 350 g | 500 g | - | - | Rak dawai dengan piring di bahagian bawah |
| 19 | Keju Krim | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Mangkuk/piring selamat gelombang mikro dengan pembalut plastik |
| 20 | Coklat | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Piring selamat gelombang mikro |
| 21 | Mentega | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Piring selamat gelombang mikro dengan pembalut plastik |
| 22 | Ais Krim | 300 g | 600 g | 900 g | 1200 g | - | - | - |

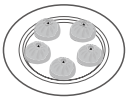
Bahasa

## 7. Makanan

Sesuai untuk memanaskan semula roti pada suhu beku (-18 °C). Letakkan roti di atas piring selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai di tengah-tengah dulang kaca. Masak tanpa penutup. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/ Tetapkan**. Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.
Nota: 50 g = sekeping roti standard.

## 8. Pau

Ini sesuai untuk memanaskan semula ban seperti ban kastard berkrim beku dan sebagainya. Letakkan makanan di atas piring selamat gelombang mikro dalam corak jejari, taburkan dengan sedikit air. Balut dengan pembalut plastik dan letakkan piring di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Lihat ilustrasi di bawah.



Nota: 35-40 g = seketul ban standard.

## 9. Sosej

Sesuai untuk memanaskan semula sosej beku, letakkan makanan di atas piring selamat gelombang mikro dalam corak jejari, tanpa penutup dan letakkan piring di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan. Lihat ilustrasi di bawah.

## 10. Sayur Dingin Beku

Sesuai untuk semua jenis sayuran dingin beku, seperti kacang pea, jagung manis atau sayur campuran dingin beku. Letakkan sayuran yang disediakan ke dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai, masukkan 1 sudu besar air bagi setiap 100 g sayuran. Tutup dengan pembalut plastik atau tudung. Jangan masukkan garam/mentega sehingga selepas memasak. (Tidak sesuai untuk sayur-sayuran dalam mentega atau sos.) Letakkan kaserol di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan. Masukkan garam dan perasa lain selepas memasak (jangan gunakan sayur-sayuran dengan garam atau mentega).

## 11. Nasi Kaserol

Ini sesuai untuk memasak nasi putih termasuk daripada jenis beras pendek, panjang, jasmin dan basmati. Letakkan nasi dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai. Masukkan air yang disyorkan seperti disenaraikan di bawah. Benarkan sekurang-kurangnya ½ kedalaman isi padu untuk penyejatan bagi mengelakkannya daripada membuak-buak. Tutup sebahagian dengan tudung dan letakkan kaserol di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Biarkan seketika selama 5 minit bertutup selepas memasak.Beras akan mendidih keluar jika bekas kaserol terlalu kecil. Tetapan ini tidak sesuai untuk memasak nasi perang.

| Nasi | Air yang disyorkan | Isipadu kaserol yang disyorkan |
|---|---|---|
| 100 g | 200 ml | 2.5 L |
| 200 g | 380 ml | 3 L |
| 300 g | 550 ml | 4 L |

## 12. Bubur

Ini sesuai untuk memasak bubur nasi. Letakkan nasi dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai. Masukkan air yang disyorkan seperti disenaraikan di bawah. Benarkan sekurang-kurangnya ½ kedalaman isi padu untuk penyejatan bagi mengelakkannya daripada membuak-buak. Tutup sebahagian dengan tudung dan letakkan kaserol di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan. Biarkan seketika selama 5-10 minit bertutup selepas memasak.

| Nasi | Air yang disyorkan | Bekas Dicadangkan |
|---|---|---|
| 100 g | 750 ml | 3.25 L |
| 200 g | 1200 ml | 3.5 L |
| 300 g | 2100 ml | 5 L |

## 13. Mi Segera

Ini sesuai untuk memasak mi segera. Letakkan mi segera dan perasa dalam kaserol selamat gelombang mikro mengikut saiz yang sesuai. Masukkan air paip mendidih yang disyorkan seperti disenaraikan di bawah. Benarkan sekurang-kurangnya ½ kedalaman isi padu untuk penyejatan bagi mengelakkannya daripada membuak-buak. Tutup dengan tudung dan letakkan kaserol di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/ Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan. Biarkan seketika selama 1-2 minit selepas memasak.

| Hidangan | Air paip mendidih yang disyorkan | Bekas Dicadangkan |
|---|---|---|
| 1 hidangan | 500 ml | 3 L |
| 2 hidangan | 800 ml | 4 L |

## 14. Mereneh

Ini sesuai untuk memasak sup tradisional; sup herba, sup sarang burung dan sebagainya yang perlu direbus dengan perlahan atau "mereneh". Kaedah ini akan mengekalkan bentuk dan rasa makanan. Ia juga mengeluarkan dan mengekalkan rasa beraroma makanan. Letakkan semua bahan-bahan dalam kaserol selamat gelombang mikro. Masukkan bahan-bahan yang disyorkan seperti disenaraikan di bawah. Benarkan sekurang-kurangnya ½ kedalaman isi padu untuk penyejatan bagi mengelakkannya daripada membuak-buak. Tutup dengan tudung dan letakkan kaserol di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **KACAU APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan, masukkan garam apabila selesai memasak.

| Hidangan | Daging | Sayur-sayuran | Air Paip |
|---|---|---|---|
| 4-6 hidangan | 500 g | 400 g | 900 ml |
| 1-3 hidangan | 250 g | 200 g | 500 ml |

## 15. Ayam Panggang

Sesuai untuk memanggang seekor ayam. Cucukkan dan perap ayam sebelum memanggang. Letakkan ayam yang disediakan di atas piring yang diterbalikkan di dalam bekas tahan gelombang mikro dengan bahagian dada ayam di sebelah bawah. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.

## 16. Daging/Kambing Panggang

Sesuai untuk memasak daging lembu dan biri-biri. Daging boleh dimasak dengan kuah dan sayur-sayuran. Letakkan daging/kambing yang disediakan pada rak dawai dengan bekas di bawahnya. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/ Tetapkan.** Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.
Nota: Daging hendaklah dicairkan sepenuhnya. Ketebalan daging tidak patut lebih daripada 2 cm.

## 17. Kepingan Daging BBQ

Sesuai untuk memasak kepingan daging. Potong daging menjadi kepingan nipis. Cucukkan kepingan daging dan perapkan dengan kuah atau sayur-sayuran jika perlu. Letakkan daging yang disediakan pada rak dawai dengan bekas di bawahnya. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.

## 18. Memanas Makanan Goreng

Sesuai untuk memanaskan semula kebanyakan jenis makanan goreng, seperti ayam goreng, karipap, popia goreng dan sebagainya. Semua makanan mesti dipramasak dan pada suhu peti sejuk kira-kira +5 °C. Susun makanan goreng di atas rak dawai dengan piring di bahagian bawah. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Buka pintu untuk **TERBALIKKAN APABILA DUA BUNYI BIP KEDENGARAN** semasa memasak, tekan Pad **Mulakan/Tetapkan** untuk meneruskan.

## 19. Keju Krim

Tanggalkan pembalut, potong keju menjadi kiub 3 cm dan letakkan dalam mangkuk/piring selamat gelombang mikro. Tutup dengan pembalut plastik dan letakkan bekas di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/ Tetapkan**. Jika makanan memerlukan lebih banyak masa memasak atau berat melebihi julat, masak menggunakan Nyahfros untuk mencairkan.

## 20. Coklat

Tanggalkan pembalut, asingkan coklat menjadi kepingan kecil dan letakkan dalam piring selamat gelombang mikro. Biarkan tidak bertutup dan letakkan piring di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Selepas dipanaskan, kacau sehingga cair sepenuhnya. Jika makanan memerlukan lebih banyak masa memasak atau berat melebihi julat, masak menggunakan Nyahfros untuk mencairkan.

Nota: Coklat mengekalkan bentuknya walaupun dilembutkan.

## 21. Mentega

Tanggalkan pembalut, potong mentega menjadi kiub 3 cm dan letakkan dalam piring selamat gelombang mikro. Tutup dengan pembalut plastik dan letakkan di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Kacau selepas memasak. Jika makanan memerlukan lebih banyak masa memasak atau berat melebihi julat, masak menggunakan Nyahfros untuk mencairkan.

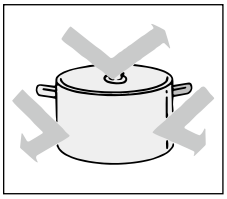
## 22. Ais Krim

Lembutkan sedikit tidak bertutup dan letakkan di tengah-tengah dulang kaca. Pilih program dan berat kemudian tekan **Mulakan/Tetapkan**. Jika makanan memerlukan lebih banyak masa memasak atau berat melebihi julat, masak menggunakan Nyahfros untuk mencairkan.

# Bagaimana Gelombang Mikro Berfungsi

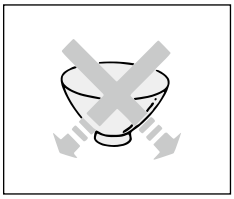
Gelombang mikro ialah bentuk gelombang elektromagnetik frekuensi tinggi (lbh krg. 12 cm panjang gelombang ) serupa dengan gelombang yang digunakan oleh radio. Elektrik ditukar menjadi tenaga gelombang mikro oleh tiub magnetron. Gelombang Mikro bergerak dari tiub magnetron ke ruang ketuhar di mana ia dipantulkan, dipancarkan atau diserapkan.

### Pantulan



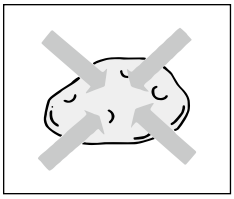
Gelombang mikro dipantulkan oleh logam sama seperti bola melantun dari dinding. Gabungan logam tetap (dinding dalam) serta logam berputar (dulang kaca atau kipas pengaduk) menolong mengagihkan gelombang mikro dengan rata dalam ruang ketuhar supaya masakannya rata dan menyeluruh.

### Pancaran



Gelombang Mikro menembusi bahan-bahan seperti kertas, kaca dan plastik umpama cahaya matahari menembusi kaca tingkap. Oleh sebab bahan-bahan ini tidak menyerap atau membalikkan tenaga Gelombang Mikro, ia amat sesuai digunakan sebagai perkakas memasak Gelombang Mikro.

### Serapan



Gelombang makanan diserap oleh makanan. Ia menembusi kedalaman kira-kira 2-4 cm. Tenaga Gelombang Mikro membangkitkan molekul-molekul dalam makanan (terutamanya air, lemak dan gula) dan menyebabkan ia bergetar dengan sangat cepat.

Getaran ini mewujudkan geseran dan menghasilkan haba. Dalam makanan yang lebih besar, haba yang dihasilkan oleh geseran dialirkan ke tengah untuk memasak makanan tersebut.

Bahasa

# Sifat-Sifat Makanan

## SIFAT-SIFAT MAKANAN

Sifat-sifat makanan yang memberi kesan kepada masakan cara biasa adalah ketara apabila dimasak di dalam ketuhar gelombang mikro.

**Saiz —** Bahagian kecil masak lebih cepat daripada bahagian besar.

**Bentuk —** Saiz seragam atau sekata panas lebih sama rata. Untuk mengimbangi keadaan bentuk yang tidak sama, letakkan saiz kecil menghala ke tengah pinggan sementara saiz besar menghala ke pinggir pinggan.

**Suhu Mula** — Makanan bersuhu bilik tidak memerlukan banyak masa untuk menjadi panas berbanding dengan makanan beku atau makanan peti sejuk.

**Tulang dan Lemak** —

Kedua-dua memberi kesan kepada proses masakan. Tulang boleh menyebabkan proses pemanasan yang tidak serata. Lemak banyak menyerap tenaga gelombang mikro dan daging di sebelah bahagian ini mudah menjadi terlampau masak.

**Ketumpatan —** Bahan makanan berliang atau berongga tidak memerlukan banyak masa untuk menjadi panas berbanding dengan bahan makanan berat dan padat.

# Teknik Memasak

## Masa Memasak

Panduan jangka masa memasak diberi bagi setiap resipi. Panduan ini mengimbangi perbezaan yang tidak dikawal dari segi bentuk makanan, suhu mula dan kecenderungan kedaerahan. Sentiasa memasak dengan masa minimum yang diberi. Jika makanan kurang masak, teruskan memasak. Ia mudah untuk menambah masa kepada makanan kurang masak. Jika makanan terlampau masak, tiada apa yang boleh dilakukan!

## Susunan atau Aturan

Untuk mendapatkan masakan yang lebih serata, anda dinasihatkan supaya menjarakkan makanan serta menyusunnya di pinggiran pinggan (seperti gambarajah di sebelah). Jika boleh, susun makanan dalam corak bulat.

Begitu juga, apabila menempatkan makanan dalam pinggan memasak, susun di bahagian luar pinggan, dan bukan bersebelahan satu sama lain. Makanan TIDAK patut disusun di atas satu sama lain.

## Menebuk

Kulit atau selaput sesetengah makanan akan menyebabkan wap berkumpul semasa memasak dalam ketuhar Gelombang Mikro. Bahan-bahan makanan hendaklah ditebuk, dikelar atau dikopek sedikit kulitnya sebelum dimasak supaya wap boleh lepas keluar.

## Telur:

Cucuk kuning telur dua kali dan putih telur beberapa kali dengan pencungkil gigi.

## Kepah dan Tiram:

Cucuk beberapa kali dengan pencungkil gigi.
**Kentang dan Sayuran**: Cucuk dengan garpu.
**Frankfurter dan Sosej:** Kelar sosej dan frankfurter salai. Cucuk sosej baru untuk memastikan sama ada ia sudah masak.

## Pemerangan

Daging, ayam dan itik yang dimasak dengan fungsi gelombang mikro tidak akan menjadi perang. Namun begitu, anda boleh menggunakan sos "Worcestershire" ataupun kicap untuk memberi warna kepada makanan. Masakan akan menjadi lebih sempurna jika disapukan sedikit mentega atau marjerin sebelum dimasukkan ke dalam ketuhar.

Untuk makanan ringan seperti roti atau muffin, anda boleh menggantikan gula pasir dengan gula perang.

## Menutup

Seperti proses masakan biasa, air sejat semasa memasak dengan Gelombang Mikro. Oleh kerana masakan Gelombang Mikro mengikut masa dan bukan mengikut haba, maka kadar penyejatan tidak mudah dikawal. Akan tetapi kekurangan ini boleh diatasi dengan menggunakan pelbagai bahan untuk menutup masakan. Sesuatu resipi boleh dimasak tanpa ditutup sekiranya diarahkan begitu. Anda boleh menggunakan penutup kaserol atau selaput lekap. Penyejatan boleh dicegah sedikit sebanyak dengan menggunakan kertas lilin atau tuala kertas.

## Mengacau

Mengacau biasanya perlu apabila memasak dengan Gelombang Mikro. Apabila mengacau diperlukan, kekerapannya akan diarahkan seperti berikut: sekali, dua kali, kerap atau sekali-sekala. Selalu halakan bahagian pinggir luar yang telah masak ke bahagian tengah dan bahagian tengah yang kurang masak ke luar.

## Menterbalik dan Mengatur Semula

Sesetengah makanan tidak boleh dikacau untuk menyebarkan haba atau hawa panasnya. Adakala tenaga gelombang mikro tertumpu pada satu bahagian makanan. Untuk membantu masakan yang sekata, sesetengah makanan perlu diterbalik atau diatur semula. Terbalikkan makanan yang besar seperti daging panggang atau ayam belanda. Secara umumnya, ia diterbalikkan separuh jalan semasa pemanasan.
Susun semula item kecil seperti kepingan ayam, udang atau pati daging burger. Susun semula kepingan dari bahagian tepi ke bahagian tengah dan dari bahagian tengah ke tepi pinggan.

## Masa Biar

Kebanyakan proses memasak akan berterusan walaupun ketuhar Gelombang Mikro dimatikan suisnya disebabkan konduksi ataupun pengaliran haba. Bagi masakan daging, suhu akan naik 5 °C jika dibiarkan, bertutup, selama 10-20 minit.

Hidangan kaserol dan sayuran tidak memerlukan masa biar yang lama. Tetapi masa biar ini mustahak supaya bahagian tengah makanan akan turut masak tanpa tepi-tepinya terlebih masak.

## Menguji Kesudahan Makanan

Cara yang digunakan seperti dalam masakan biasa boleh digunakan untuk masakan Gelombang Mikro.

Kek cukup masak apabila ia tidak melekat pada kayu yang dicucukkan padanya dan kek berengsot dari tepi bekas.

Ayam cukup masak apabila airnya yang keluar ialah kuning jernih dan bahagian pahanya mudah digerakkan.

Daging cukup masak apabila permukaan atau urat-uratnya pecah iaitu terasa empuk dicucuk dengan garpu.

Ikan cukup masak apabila ikan mengelupas dan keadaannya legap.

## Mengubah Cara Masakan Resipi Kesukaan

Pilihlah resipi yang mudah dimasak dengan Ketuhar gelombang mikro, seperti, hidangan kaserol, rendidih, ayam bakar, hidangan sayur-sayuran dan ikan. Tetapi bagi makanan souffle atau pai dua lapis, hasilnya akan kurang memuaskan. Jangan cuba menggoreng dengan minyak yang banyak di dalam ketuhar gelombang mikro. Satu petua yang patut diingat, semasa mengubah resipi masakan biasa kepada resipi masakan Gelombang Mikro, ialah memendekkan masa memasak yang disyorkan menjadi seperempat saja. Juga dapatkan resipi Gelombang Mikro yang serupa dan sesuaikan masa dan laras suhunya. Perasakan daging dengan daun perasa dan rempah (dan separuh garam) sebelum memasak; taburkan baki garam selepas memasak.

Stew tidak ditumis sebelum dimasak. Tinggalkan sebarang minyak atau lemak yang akan digunakan untuk menumis. Potong daging stew menjadi sebesar 2.5 cm. Lobak merah, kentang dan sayur-sayuran keras yang lain hendaklah dipotong kecil. Lobak merah hendaklah dihiris dan kentang pula dipotong dadu. Tutup dengan tudung kaca dan masak dengan kuasa 1000 W sehingga air mendidih kemudian masak dengan kuasa 100 W sehingga empuk. Kacau sekali-sekala. NOTA: Pinggan kecil yang diletakkan di atas daging dan Sayuran boleh mencegah bahan makanan itu daripada terlebih masak.

Hidangan kaserol yang dimasak dengan Gelombang Mikro cukup memuaskan hasilnya. Potong bahannya sama besarnya. Sup pekat amat elok sebagai pati bagi hidangan kaserol.

Pilihlah sajian yang kira-kira besar dan boleh dikacau. Memasak dengan penutup kaca atau selaput lekat mengurangkan masa memasak. Kacau sekali-sekala semasa memasak. Supaya hiasan serbuk roti tetap rangup, taburkan sebelum dibiarkan iaitu sebaik selepas diangkat.

## Memanaskan Makanan Beku

Kebanyakan makanan hidangan beku mempunyai panduan memanas Gelombang Mikro di bahagian belakang bungkusan. Rujuk panduan-ini untuk mengetahui tahap kuasa, masa memanas dan panduan am.

## Panduan Am untuk Memanas Makanan Hidangan Beku

Cucuk beg sayuran atau hidangan pembuka selera dalam beg dengan garfu atau pisau. Letakkan beg di dalam pinggan sebelum dipanaskan.

Makanan beku yang disimpan di dalam **bekas logam yang lebih daripada 2 cm** seperti lasagna atau kentang panggang mestilah dikeluarkan daripada bekas kerajang dan dimasukkan ke bekas tahan panas gelombang mikro yang bersaiz sesuai. Haba ditutup dengan penutup atau balutan plastik khas.

**NOTA:** Jika makanan sukar dikeluarkan daripada bekas, bilas bahagian bawahnya dengan air panas.

## PENCAIRAN

### Menyediakan Makanan untuk Mendinginbeku

Mutu akhir makanan yang disediakan bergantung pada mutu awal sebelum mendinginbeku, pengendalian makanan ketika mendinginbeku dan teknik dan masa digunakan untuk mendinginbeku. Pilih makanan segar yang bermutu tinggi dan dinginbekukan seberapa segera selepas dibeli.

Beg dan penyalut plastik 'heavy-duty' serta penyalut dinginbeku sesuai digunakan dalam peti pendinginbeku. Daging boleh didinginbekukan dalam beg asalnya untuk jangka masa yang pendek.

NOTA: Jika kerajang aluminium digunakan, buangkannya sebelum mencair untuk mengelakkan, pengarkaan.

Bila MENYALUT UNTUK MENDINGINBEKU, susun daging, ayam itik, ikan dan makanan laut dalam lapisan nipis yang seragam. Bentukkan daging kisar menjadi segi empat tepat, persegi atau bulatan setebal 2.5-5 cm.

Keluarkan organ-organ dalam ayam atau itik. (Organ -organ ini boleh didinginbekukan berasingan, jika suka.) Bersihkan ayam atau itik dan keringkan. Ikat kaki dan kepaknya dengan tali.

Keluarkan udara sebelum mengikat beg plastik. LABELKAN bungkusan dengan jenis dan potongan daging, tarikh dan beratnya.

DINGINBEKUKAN makanan dalam peti pendinginbeku pada suhu -18 °C atau lebih rendah. Masa nyahfros yang diberikan dalam carta di halaman 33 adalah untuk makanan beku sepenuhnya. (cth. makanan hendaklah dibekukan sekurang-kurangnya 24 jam sebelum nyahfros)

## PENCAIRAN

Untuk menggunakannya, pilih 300 W dan programkan masa nyahfros. Ikuti masa dan arahan nyahfros yang diberikan dalam bahagian ini dan halaman 33.

### Teknik-Teknik Pencairan

1) Makanan harus didinginbekukan dalam bahan penyalut yang tahan lembapan dan wap. Bahagian-bahagian kecil seperti daging kisar, tembosa daging, isi ikan, kepingan ayam itik dll, harus didinginbekukan dalam satu atau dua lapisan.

2) Buka penyalut asal. Letakkan daging dalam pinggan di atas rak memanggang Gelombang Mikro. Tetapkan 300 W dan panaskan mengikut masa yang disyorkan dalam carta di halaman 33.
3) Terbalikkan daging atau ayam itik dua atau tiga kali semasa pencairan.
4) Ketika separuh masa edaran pencairan, pecahkan daging lembu, udang, kekapis atau isi ketam. Asingkan daging kisar atau kepingan ayam itik dan keluarkan daging yang telah dicairkan.

5) Daging panggang yang besar atau keseluruhan ayam itik mungkin masih berais di tengahnya. Biarkan seketika.

Bahasa

# Carta Nyahfros

Masa yang diberikan di bawah adalah sebagai panduan sahaja. Sentiasa semak perkembangan makanan dengan membuka pintu ketuhar dan kemudahan mula semula. Untuk kuantiti lebih banyak, selaraskan masa dengan sewajarnya. Makanan tidak sepatutnya ditutup semasa nyahfros.

| Makanan | Berat/Kuantiti | Masa & Mod | Cara Membuat |
|---|---|---|---|
| Daging/Kambing/Bersama (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 minit | biar 30 minit |
| Stik (1) (3) | 2 keping 250 g | 300 W 3-4 minit | biar 3 minit |
| Daging kisar (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-7 minit | biar 5 minit |
| Menstu stik (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 minit | biar 10 minit |
| Seekor ayam (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-7 minit | biar 10 minit |
| Bahagian ayam (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 minit | biar 5 minit |
| Seekor Ikan (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 minit | biar 5 minit |
| Filet Ikan (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-6 minit | biar 5 minit |
| Udang (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 4-6 minit | biar 5 minit |
| Buah, Lembut (1) | 250 g | 300 W 2-3 minit | biar 2 minit |
| Marjerin (3) | 250 g | 300 W 1-2 minit | biar 2 minit |
| Keju (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 2-4 minit | biar 2 minit |
| Hidangan Sepinggan Buatan Sendiri Saiz Dewasa (2) | 350 g | 300 W 5-6 minit | biar 3-5 minit |
| Buah yang Dimasak (2) | 540 g | 300 W 4-5 minit | biar 3-5 minit |
| Daging yang Dimasak (2) | 520 g | 300 W 6-8 minit | biar 3-5 minit |
| Quiche (3) | 1 keping 65 g | 300 W 1-2 minit | biar 2 minit |
| Kaserol (1) | 750 g | 1000 W 6-7 minit | biar 3-5 minit |
| Roti kecil (1) | 1 keping 85 g | 1000 W 20-30 saat | biar 5 minit |
| Brios besar (1) (3) (4) | 1 keping 400 g | Kombinasi 2; 3 minit 30 saat | biar 5 minit |
| Kroisan (1) (4) | 2 keping 100 g | Kombinasi 2; 1 minit-1 minit 30 saat | Tambah 1 minit gril 3 untuk lebih kerangupan |
| Pastri lapis (1) (3) | 1 gulung 375 g | 300 W 2 minit-2 minit 30 saat | Biar 20 minit di dalam peti sejuk |
| Pastri rapuh (1) (3) | 1 gulung 500 g | 300 W 4-5 minit | Biar 20 minit di dalam peti sejuk |
| Doh piza (1) (3) | 1 bebola 240 g | 300 W 2 minit-2 minit 30 saat | biar 10 minit |
| Donat (1) (4) | 2 keping 100 g | Kombinasi 2; 1 minit-1 minit 30 saat | Biarkan 3 minit di dalam ketuhar |
| Wafel (1) (4) | 2 keping 40 g | Kombinasi 2; 1 minit-1 minit 30 saat | Tambah 1 minit gril 3 untuk lebih kerangupan |
| Tat buah (3) | 470 g | 300 W 4-5 minit | biar 5 minit |

(1) Terbalikkan atau kacau pada separuh masa memasak.
(2) Asingkan dan terbalikkan beberapa kali.
(3) Tanggalkan pembungkusan dan letakkan di atas pinggan tahan panas.
(4) Letakkan di atas rak dawai, jika perlu dalam bekas tahan haba.

# Carta pemanasan semula

Masa yang diberikan dalam carta di bawah adalah sebagai garis panduan sahaja dan akan berbeza bergantung pada suhu PERMULAAN, saiz pinggan dsb.

| Makanan | Berat/Kuantiti | Masa & Mod | Cara Membuat |
|---|---|---|---|
| **Minuman-Kopi-Susu** | | | |
| Kopi | 1 kole 235 ml | 1000 W 1 minit 30 saat | Kacau sebelum dan selepas memanas semula. |
| Kopi | 2 kole 470 ml | 1000 W 2 minit 30 saat-3 minit | |
| Susu | 1 kole 235 ml | 1000 W 1 minit 20 saat-1 minit 30 saat | |
| **Roti** | | | |
| Kroisan | 1 keping 50 g | 1000 W 10-20 saat atau Gril 3; 3 minit-3 minit 30 saat | Letakkan di atas pinggan tahan panas gelombang mikro di atas dulang kaca. Jangan tutup. Jika menggunakan mod gril, gunakan rak dawai atau pinggan tahan panas. Terbalikkan pada separuh masa memasak. |
| | 2 keping 100 g | 1000 W 30-40 saat atau Gril 3; 4 minit | |
| Gulung | 1 keping | 1000 W 10-20 saat atau Gril 3; 3 minit-3 minit 30 saat | |
| | 4 keping | 1000 W 30-40 saat atau Gril 3; 4-5 minit | |
| Roti Nan | 225 g | 1000 W 30-40 saat | Jangan tutup. Terbalikkan pada separuh masa memasak. |
| Roti Pita | 2 keping | 1000 W 20-30 saat | |
| **Hidangan sepinggan-Buatan sendiri** | | | |
| Sayuran (dimasak) | 300 g | 1000 W 2 minit-2 minit 30 saat | Tutup. Kacau pada separuh masa memasak. |
| | 700 g | 1000 W 5 minit-5 minit 30 saat | |
| Puri kentang | 500 g | 1000 W 3-4 minit | |
| Nasi, kuinoa, kuskus | 300 g | 1000 W 2 minit-2 minit 20 saat | |
| Makanan bayi | 120 g | 600 W 30-40 saat | |
| **Makanan Dalam Tin** | | | |
| Kacang Bakar | 225 g | 1000 W 1 minit 30 saat-2 minit | Letakkan dalam mangkuk tahan panas gelombang mikro di atas dulang kaca. Tutup. Kacau pada separuh masa memasak. |
| Spageti dalam sos tomato | 200 g | 1000 W 1 minit 30 saat | |
| Krim sup tomato | 400 g | 1000 W 2 minit 30 saat | |
| Sup ayam | 425 g | 1000 W 3 minit 30 saat | |
| **Produk Pastri** | | | |
| Quiche | 400 g | 1000 W 2-3 minit atau Kombinasi 2; 4-6 minit | Letakkan di atas pinggan tahan panas gelombang mikro di atas dulang kaca. Jangan tutup. Jika menggunakan mod kombinasi, gunakan pinggan tahan panas. |
| Samosa/popia | 4 keping 240 g | 1000 W 1-1 minit 30 saat atau Kombinasi 2; 5-6 minit | |
| **Makanan Mudah yang Dibeli** | | | |
| Pai kotej (dingin) | 450 g | 1000 W 5-6 minit atau Kombinasi 2; 12-15 minit | Letakkan di atas pinggan tahan panas gelombang mikro di atas dulang kaca. Jangan tutup. Jika menggunakan mod kombinasi, gunakan pinggan tahan panas. |
| Lasagne (dingin) | 400 g | 1000 W 7-8 minit atau Kombinasi 2; 10-12 minit | |
| Pai kotej (Dingin Beku) | 450 g | 1000 W 3-4 minit kemudian Kombinasi 2; 22-25 minit | |

# Carta Memasak

| Makanan | Berat/Kuantiti | Masa & Mod | Cara Membuat |
|---|---|---|---|
| **Kacang & Kekacang hendaklah pra-rendam (melainkan lentil)** | | | |
| Kacang kuda | 225 g | 1000 W 8 minit kemudian 440 W 35-40 minit | Gunakan 600 ml (1 pt) air mendidih di dalam mangkuk besar. Tutup. Kacau pada separuh masa memasak. |
| Lentil | 225 g | 440 W 15-20 minit | |
| Kacang buncis merah | 225 g | 1000 W 15 minit kemudian 440 W 35-40 minit | |
| **Sayuran segar, hiris, potong kepada kepingan sama rata. Letakkan dalam bekas tahan panas gelombang mikro.** | | | |
| Asparagus | 200 g | 1000 W 4-5 minit | Tambah 30 ml (2 camca besar) air, tutup. Kacau pada separuh masa memasak. |
| Brokoli | 250 g | 1000 W 3-4 minit | |
| Kentang | 250 g | 1000 W 4-5 minit | |
| **Daging/Kambing-mentah-Amaran: Lemak Panas! Keluarkan pinggan dengan berhati-hati.** | | | |
| Potong | 450 g (1 lb) | Kombinasi 2; 10 minit | Letakkan di atas rak dawai dengan pinggan tahan panas di bawahnya. Terbalikkan separuh jalan. |
| Tulang | 450 g (1 lb) | 600 W 10-13 minit kemudian Kombinasi 3; 6-10 minit | Letakkan ke dalam piring terbalik dalam bekas tahan ketuhar mikro atau pada rak di atas dulang kaca. Tutup dan terbalikkan tulang selepas separuh masa memasak. Tuskan lemak semasa memasak. Buka tutup apabila menggunakan mod Kombinasi. |
| **Pasta-Letakkan dalam mangkuk tahan panas gelombang mikro besar 3 liter (6 pain)** | | | |
| Makaroni | 450 g | 1000 W 13-15 minit | Gunakan 1 liter (1¾ pain) air mendidih. Tutup. Kacau pada separuh masa memasak. |
| Spageti, Tagliatellie | 225 g | 1000 W 11-12 minit | |
| **Piza-Dingin segar- N.B. Tanggalkan semua pembungkusan. Piza akan mempunyai tapak lembut.** | | | |
| Nipis & Rangup | 300 g | 1000 W 2-3 minit atau Kombinasi 2; 10-12 minit | Letakkan di atas pinggan tahan panas di atas dulang kaca. Jangan tutup. Jika menggunakan mod kombinasi, sila gunakan rak dawai. |
| Kuali Jeluk | 400 g | 1000 W 4-6 minit atau Kombinasi 2; 10-12 minit | |
| **Bahagian Produk Kentang Dimasak-Dingin Beku** | | | |
| Kroket | 300 g | Kombinasi 2; 12-13 minit | Letakkan pada rak dawai di atas dulang kaca. Terbalikkan separuh jalan. |
| Wafel | 2 keping 120 g | Gril 3; 14 minit | |
| **Sosej-daripada mentah-Awas: Lemak Panas! Keluarkan pinggan dengan berhati-hati.** | | | |
| Tebal | 4 keping 240 g | 1000 W 2-3 minit atau Kombinasi 2; 8-10 minit | Letakkan di atas pinggan tahan panas gelombang mikro di atas dulang kaca. Tutup. Jika menggunakan mod kombinasi/gril, gunakan rak dawai. Jangan tutup. Terbalikkan separuh jalan. |
| Nipis | 4 keping 120 g | 1000 W 1 minit 30 saat-2 minit 30 saat atau Gril 3; 7-8 minit | |

## Perhatian

Sentiasa pastikan bahawa makanan betul-betul panas selepas dipanas semula dalam ketuhar gelombang mikro. Jika tidak pasti, masukkan kembali makanan ke dalam ketuhar. Makanan akan masih memerlukan masa biar, lebih-lebih lagi sekiranya ia tidak boleh dikacau. Semakin tebal makanan, semakin lama masa biar.

# Sebelum Meminta Perkhidmatan

| PERKARA YANG BERIKUT ADALAH BIASA: | |
|---|---|
| Ketuhar menyebabkan gangguan kepada televisyen saya. | Sedikit gangguan radio, TV, Wi-Fi, telefon tanpa kord, monitor bayi, bluetooth atau peralatan tanpa wayar lain boleh berlaku apabila anda memasak dengan ketuhar gelombang mikro. Gangguan ini serupa dengan gangguan yang disebabkan oleh peralatan elektrik yang kecil seperti pemukul telur, penyedut hampagas, pengering rambut dsb. Ini tidak menunjukkan sebarang kerosakan berlaku kepada ketuhar anda. |
| Wap terkumpul di pintu ketuhar dan udara panas keluar dari liang udara ketuhar. | Semasa memasak, wap dan udara panas keluar daripada makanan. Kebanyakan wap dan udara panas dikeluarkan daripada ketuhar oleh udara yang beredar di dalam rongga ketuhar. Bagaimanapun, sebahagian wap akan terkondensasi pada permukaan sejuk seperti di dalam dan/atau pada pintu ketuhar. Ini adalah perkara biasa dan selamat. Stim akan hilang selepas ketuhar sejuk. |
| Wap terkumpul di dalam pintu ketuhar. | Semasa memasak, sesetengah wap akan terpeluwap pada permukaan yang lebih sejuk seperti di dalam pintu ketuhar. Ini ialah perkara biasa dan selamat untuk menggunakan produk. |
| Saya dengan tidak sengaja menggunakan ketuhar gelombang tanpa meletakkan makanan di dalamnya. | Menggunakan ketuhar tanpa makanan dalam jangka masa yang pendek tidak akan merosakkan ketuhar. Walau bagaimanapun, kami tidak menggalakkannya. |
| Kedengaran bunyi berdengung dan berdetik dari ketuhar saya apabila saya memasak menggunakan mod Kombinasi. | Bunyi ini berlaku apabila ketuhar secara automatik menukar Gril. Ini adalah biasa. |
| Ketuhar mengeluarkan bau dan menghasilkan asap apabila menggunakan fungsi Kombinasi dan Gril. | Adalah penting supaya ketuhar anda dilap dengan kerap terutamanya selepas memasak menggunakan mod Kombinasi atau Gril. Mana-mana lemak dan gris yang terkumpul di atas bumbung dan dinding ketuhar akan mula menghasilkan asap jika tidak dibersihkan. |
| Sesetengah asap akan dikeluarkan dari rongga apabila menggunakan Gril, Kombinasi, untuk kali pertama. | Ia disebabkan oleh peruapan minyak berlebihan dalam rongga dan minyak yang digunakan untuk perlindungan karat. |

# Sebelum Meminta Perkhidmatan (bersambung)

| MASALAH | SEBAB YANG MUNGKIN | CARA PENYELESAIAN |
|---|---|---|
| Ketuhar tidak akan beroperasi. → | Plag ketuhar tidak dipasang dengan betul. | Keluarkan plag daripada pengalir elektrik, tunggu 10 saat dan pasang semula plag. |
| | Pemutus Litar atau fius terserandung atau terbakar. | Hubungi pusat perkhidmatan yang dinyatakan. |
| | Ada masalah dengan pengalir elektrik. | Pasangkan peralatan elektrik yang lain ke dalam pengalir untuk memeriksa sama ada pengalir berfungsi. |
| Ketuhar tidak akan mula memasak. → | Pintu tidak ditutup dengan betul. | Tutup pintu ketuhar dengan rapat. |
| | Pad **Mulakan/Tetapkan** tidak ditekan selepas pemprograman. | Tekan Pad **Mulakan/Tetapkan.** |
| | Program lain telah diprogramkan dalam ketuhar. | Ketik Pad **Hentikan/Batalkan** untuk membatalkan program sebelum ini dan memprogramkan semula. |
| | Program tidak dimasukkan dengan betul. | Programkan semula mengikut Arahan Pengoperasian. |
| | Pad **Hentikan/Batalkan** telah diketik secara tidak sengaja. | Programkan semula ketuhar. |
| Apabila ketuhar dihidupkan, terdapat bunyi dari Dulang Kaca. | Relang Gelendung dan bahagian bawah ketuhar kotor. | Cucikan bahagian ini seperti mana dalam Penjagaan Ketuhar Anda (Sila lihat muka surat di sebelah halaman). |
| "[ ]" dipaparkan pada tetingkap paparan. → | Kunci Keselamatan Kanak-kanak diaktifkan dengan mengetik Pad **Mulakan/Tetapkan** 3 kali. | Nyahaktifkan Kunci dengan mengetik Pad **Hentikan/Batalkan** 3 kali. |
| "H + nombor (misalnya H98)" muncul dalam Tetingkap Paparan. → | Paparan menyatakan masalah dengan sistem penjanaan gelombang mikro. | Hubungi pusat perkhidmatan dinyatakan. |
| "HOt" dilihat pada tetingkap paparan. → | Rongga itu terlalu panas. | Kendalikan semula selepas ia sejuk. Jika tergesa-gesa, masak makanan secara manual dengan memilih mod memasak yang betul dan memasak sendiri. |

Jika terdapat masalah dengan ketuhar, sila hubungi Pusat Khidmat yang diiktiraf.

Bahasa

# Penjagaan Ketuhar Gelombang Mikro

1. Keluarkan plag kuasa dari soket dinding sebelum membersihkan ketuhar, jika boleh.
2. Pastikan keadaan di dalam ketuhar bersih. Apabila deraian makanan atau cecair tertumpah dan melekat pada dinding ketuhar, bersihkan dengan kain lembab. Bahan pencuci yang lembut boleh digunakan jika ketuhar terlalu kotor. Penggunaan bahan pencuci yang kasar adalah tidak digalakkan.
3. Bahagian permukaan luar ketuhar hendaklah dibersihkan dengan kain lembab. Untuk mengelakkan sebarang kerosakan pada ketuhar, pastikan anda tidak merenjis air ke liang udara ketuhar dalaman.
4. Jangan biarkan Panel Kawalan menjadi basah. Bersihkan dengan kain lembut yang lembap. Jangan gunakan detergen, pembersih semburan atau pelelas ke atas Panel Kawalan. Apabila membersihkan Panel Kawalan, biarkan pintu ketuhar terbuka untuk menghalang ketuhar daripada dihidupkan secara tidak sengaja. Selepas pembersihan tekan Pad **Hentikan/Batalkan** untuk memadamkan tetingkap paparan.
5. Jika wap terhimpun di dalam atau di sekeliling bahagian luar pintu ketuhar, lapkan dengan kain yang lembut. Ini boleh terjadi apabila ketuhar gelombang mikro digunakan dalam keadaan kelembapan yang tinggi dan ini tidak menunjukkan bahawa ia tidak berfungsi.
6. Kadangkala anda perlu menanggalkan dulang kaca untuk dibersihkan. Basuh dulang kaca dalam air berbuih panas atau dalam pencuci pinggan mangkuk.
7. Relang gelendung dan lantai rongga ketuhar mestilah dibersihkan selalu untuk mengelakkan bunyi bising yang melampau. Anda hanya perlu mengelap permukaan bawah ketuhar dengan bahan pencuci yang lembut, air atau pembersih tingkap dan keringkan. Relang gelendung boleh dibasuh dalam air berbuih yang lembut atau pencuci pinggan mangkuk. Wap memasak yang terkumpul semasa menggunakan ketuhar berulang kali tidak akan merosakkan permukaan ketuhar atau roda relang gelendung. Apabila membuka relang gelendung daripada lantai rongga untuk dibersihkan, sila pastikan anda memasang semula dalam kedudukan yang sempurna.
8. Apabila menggunakan GRIL atau memasak dalam mod KOMBINASI, sesetengah makanan mungkin adakalanya memercikkan gris ke dinding ketuhar. Jika ketuhar tidak dibersihkan, kadang-kadang ia boleh mula "berasap" semasa digunakan. Kesan kotoran ini akan lebih sukar dibersihkan kemudian.
9. Selepas memasak menggunakan mod GRIL atau KOMBINASI siling dan dinding ketuhar hendaklah dibersihkan dengan kain lembut yang diperah dalam air sabun. Penjagaan khusus perlu diambil untuk menjaga kawasan tetingkap sentiasa bersih terutamanya selepas memasak menggunakan mod GRIL atau KOMBINASI. Kotoran yang degil di dalam ketuhar boleh ditanggalkan dengan menggunakan sedikit pembersih ketuhar gelombang mikro yang disembur ke kain lembap yang lembut. Lap ke tempat bermasalah, biarkan untuk masa yang disyorkan dan kemudian lapkannya semula. Elakkan membersihkan pintu ketuhar dan kawasan panduan suapan gelombang mikro yang terletak di sebelah kanan dinding rongga.

   JANGAN SEMBURKAN SECARA LANGSUNG DI DALAM KETUHAR.
   Pembersih stim tidak boleh digunakan untuk membersih.
10. Apabila tiba masanya untuk menggantikan lampu ketuhar, sila hubungi pengedar untuk menggantikannya dengan yang baru.
11. Bahagian dalam ketuhar hendaklah dibersihkan selepas digunakan untuk mengelakkan terdapatnya sisa-sisa makanan.

# Spesifikasi Teknikal

| Nama model: | | NN-GT65QB | NN-GT65QB | |
|---|---|---|---|---|
| Bekalan Kuasa: | | 230 - 240 V~ 50 Hz | 220 V~ 50 Hz | |
| Negara: | | Untuk Malaysia | Untuk Indonesia | Untuk Vietnam |
| Penggunaan Kuasa: | Gelombang Mikro | 5.3 A 1250 W | 5.7 A 1230 W | |
| | Gril | 4.8 A 1140 W | 5.2 A 1140 W | |
| | Kombinasi | 5.8 A 1350 W | 6.2 A 1350 W | |
| Kuasa Memasak: | Gelombang Mikro* | 1000 W | | |
| | Gril | 1100 W | | |
| Dimensi Luar (W x H x D): | | 525 mm × 310 mm × 401 mm | | |
| Dimensi Rongga Ketuhar (W x H x D): | | 359 mm × 247 mm × 362 mm | | |
| Isi Padu Rongga Keseluruhan: | | 31 L | | |
| Diameter Dulang Kaca: | | Ø340 mm | | |
| Frekuensi Operasi: | | 2450 MHz | | |
| Berat Tanpa Tong: | | Approx. 12.7 kg | | |

* IEC Prosedur Ujian
Spesifikasi adalah tertakluk kepada pindaan tanpa sebarang notis.
Bagi keperluan voltan, pembuatan dan nombor siri, sila rujuk kepada plat nama di atas ketuhar gelombang mikro.

# Mục Lục

Hướng dẫn sử dụng nhanh ..... 2-4
HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG AN TOÀN ..... 5-6
Hướng Dẫn Cài Đặt và Hướng Dẫn Chung ..... 7-8
Sơ đồ chi tiết ..... 9
Bảng Điều khiển ..... 10
Chế độ nấu ..... 11
Bảng dụng cụ nấu ăn ..... 12
Lựa chọn tiếng bíp ..... 13
Cài đặt Chế độ Khóa an toàn trẻ em ..... 13
Cài đặt Thời gian ..... 13
Cài đặt Vi sóng ..... 14
Cài đặt Nướng ..... 15
Cài đặt Nấu kết hợp ..... 16
Để nấu bằng tính năng Chọn nhanh 30 ..... 17
Sử dụng tính năng Thêm thời gian ..... 17
Cài đặt Hẹn giờ (Hẹn giờ nấu/Thời gian chờ/Hẹn giờ khởi động) ..... 18
Cài đặt 3-giai đoạn ..... 19
Để sử dụng chức năng hâm nóng bằng cảm biến ..... 20
Cài đặt Rã đông ..... 21
Cách sử dụng chế độ hâm nóng đồ uống ..... 22
Để sử dụng Nấu tự động ..... 23-28
Vi sóng và Cách hoạt động ..... 29
Đặc tính của thực phẩm ..... 29
Cách thức nấu ..... 30-32
Bảng rã đông ..... 33
Bảng hâm nóng ..... 34
Bảng nấu ăn ..... 35
Trước khi yêu cầu bảo hành ..... 36-37
Bảo quản lò vi sóng ..... 38
Các Thông Số Kỹ Thuật ..... 39

Tiếng Việt

© Panasonic Corporation 2025

# Hướng dẫn sử dụng nhanh

Sau khi cắm điện, “88 : 88” sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị, sau đó bạn có thể bắt đầu vận hành.

| Đặc điểm | Làm thế nào để Vận hành |
|---|---|
| **Để cài đặt Lựa chọn tiếng bíp Bật/Tắt**<br>(☞ trang 13) | Sau khi cắm điện:<br>[Khởi động/Cài đặt] → [∨ Giảm ∧ Tăng] → [Dừng/Cài đặt lại]<br>Nhấn một lần. Chế độ mặc định là “Bật” — Cài chế độ — Nhấn một lần |
| **Để Đặt/Hủy Khóa an toàn trẻ em**<br>(☞ trang 13) | **Để cài đặt** — Hiển thị<br>[Khởi động/Cài đặt] → <br>Nhấn 3 lần<br>**Để hủy** — Hiển thị<br>[Dừng/Cài đặt lại] → hoặc <br>Nhấn 3 lần — Giờ trong ngày hoặc dấu hai chấm xuất hiện lại trên màn hình |
| **Để cài đặt thời gian**<br>(☞ trang 13) | [Hẹn giờ/Đồng hồ] → [10 phút / 1 phút / 10 giây] → [Hẹn giờ/Đồng hồ]<br>Nhấn hai lần — Đặt thời gian trong ngày (12 giờ) — Nhấn một lần |
| **Để Nấu / Hâm nóng / Rã đông bằng cách Cài đặt Công suất vi sóng và Thời gian**<br>(☞ trang 14) | [Vi sóng] → [∨ Giảm ∧ Tăng] → [10 phút / 1 phút / 10 giây] → [Khởi động/Cài đặt]<br>Nhấn một lần — Chọn công suất. — Cài đặt thời gian nấu. — Nhấn một lần |
| **Để nấu bằng phím Nướng**<br>(☞ trang 15) | [Nướng] → [∨ Giảm ∧ Tăng] → [10 phút / 1 phút / 10 giây] → [Khởi động/Cài đặt]<br>Nhấn một lần — Chọn công suất. — Cài đặt thời gian nấu. — Nhấn một lần |
| **Để nấu bằng phím Nấu kết hợp**<br>(☞ trang 16) | [Nấu kết hợp] → [∨ Giảm ∧ Tăng] → [10 phút / 1 phút / 10 giây] → [Khởi động/Cài đặt]<br>Nhấn một lần — Chọn công suất. — Cài đặt thời gian nấu. — Nhấn một lần |
| **Để nấu bằng phím Chọn nhanh 30**<br>(☞ trang 17) | [Chọn nhanh 30] → [Khởi động/Cài đặt]<br>Nhấn để cài đặt thời gian nấu. — Nhấn một lần |

Tiếng Việt

| Đặc điểm | Làm thế nào để Vận hành |
|---|---|
| **Để sử dụng Tính năng Thêm thời gian** (☞ trang 17) | Ngay khi kết thúc quá trình nấu thủ công, màn hình sẽ nhấp nháy số “0” ⇨ 10 phút / 1 phút / 10 giây ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Thêm Thời gian bằng cách nhấn phím Thời gian Nhấn một lần |
| **Để sử dụng phím Hâm nóng cảm biến** (☞ trang 20) | Hâm nóng cảm biến ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần Nhấn một lần |
| **Để sử dụng phím Rã đông** (☞ trang 21) | Rã đông ⇨ Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần Chọn trọng lượng. Nhấn một lần |
| **Để sử dụng phím Đồ uống** (☞ trang 22) | Đồ uống ⇨ Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt ⇨<br>Nhấn một lần Chọn số thực đơn mong muốn. Nhấn một lần<br>Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Chọn khẩu phần. Nhấn một lần |
| **Để sử dụng phím Nấu tự động (Nấu cảm biến Số 3-6)** (☞ trang 23) | Nấu tự động ⇨ Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt ⇨<br>Nhấn một lần Chọn số thực đơn mong muốn. Nhấn một lần<br>Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần |
| **Để sử dụng phím Nấu tự động (Nấu tự động Số 7-22)** (☞ trang 25) | Nấu tự động ⇨ Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt ⇨<br>Nhấn một lần Chọn số thực đơn mong muốn. Nhấn một lần<br>Giảm Tăng ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Chọn khẩu phần/trọng lượng Nhấn một lần |
| **Để cài đặt Hẹn giờ** (☞ trang 18) | Hẹn giờ/Đồng hồ ⇨ 10 phút / 1 phút / 10 giây ⇨ Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần Cài đặt thời gian nấu. Nhấn một lần |

Tiếng Việt

| Đặc điểm | Làm thế nào để Vận hành |
|---|---|
| **Để cài đặt Thời Gian Chờ** (☞ trang 18) | **Cài đặt chương trình nấu mong muốn, tối đa 2 giai đoạn** (xem trang 19) → Hẹn giờ/Đồng hồ → 10 phút, 1 phút, 10 giây → Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần — Cài đặt thời gian đứng. — Nhấn một lần |
| **Để cài đặt Giờ Khởi động** (☞ trang 18) | Hẹn giờ/Đồng hồ → 10 phút, 1 phút, 10 giây → **Cài đặt chương trình nấu mong muốn, tối đa 2 giai đoạn** (xem trang 19) → Khởi động/Cài đặt<br>Nhấn một lần — Cài đặt thời gian trễ — Nhấn một lần |

Tiếng Việt

# HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG AN TOÀN

## ĐỌC KỸ VÀ LƯU GIỮ ĐỂ SAU NÀY THAM KHẢO

### Thận trọng khi sử dụng lò vi sóng để làm nóng đồ ăn

#### Kiểm tra Hỏng hóc:

Chỉ được sử dụng lò vi sóng khi đã kiểm tra kỹ và đảm bảo tất cả các yêu cầu sau:

1. Vỉ lò không bị xây xát hoặc nứt gãy.
2. Cửa lò đậy kín và chắc chắn, đóng mở dễ dàng.
3. Bản lề cửa ở tình trạng tốt.
4. Tấm kim loại của phần vành cửa không bị cong hay biến dạng.
5. Vành cửa không bị lấp đầy đồ ăn và có dấu hiệu cháy.

#### Thận trọng:

Bức xạ từ lò vi sóng có thể tạo ra những tác hại nếu không thực hiện các biện pháp phòng ngừa sau:

1. Không bao giờ can thiệp hoặc làm hỏng các bộ phận khóa liên động trên cửa lò.
2. Không bao giờ chọc đồ vật, đặc biệt là vật kim loại, qua vỉ lưới hoặc chọc vào giữa cửa lò và lò khi lò đang hoạt động.
3. Không đặt xoong, hộp kín hoặc các vật kim loại trong lò.
4. Không để các vật kim loại khác, như hộp đựng đồ ăn nhanh bằng thiếc chạm vào thành lò.
5. Chi tiết để làm sạch đệm cửa, hốc và các bộ phận lân cận. Thường xuyên làm sạch khoang lò, cửa và các vành cửa bằng nước và chất tẩy rửa nhẹ. Không được dùng bất kỳ vật cọ rửa thô ráp nào có thể làm xây xát hoặc mài mòn bề mặt quanh cửa.
6. Luôn sử dụng lò vi sóng với các khay và dụng cụ nấu ăn do nhà sản xuất khuyến cáo.
7. Không để lò hoạt động mà không có đồ chứa thực phẩm (ví dụ: đồ ăn hoặc nước) trong khoang lò, trừ khi nhà sản xuất cho phép.
8. Với những lò có cửa nằm ngang, không được đặt những vật nặng như vỏ hộp đồ ăn trên cửa khi cửa đang mở.
9. Không đặt những hộp kín trong lò vi sóng. Bình sữa của trẻ em được đậy bằng nắp vặn hoặc núm vú cao su được coi là hộp kín.
10. Thiết bị này không dùng cho những người (gồm cả trẻ em) bị suy giảm về thể chất, cảm giác, thiểu năng trí tuệ, hoặc thiếu kinh nghiệm và hiểu biết, trừ khi được người có trách nhiệm đảm bảo an toàn cho họ giám sát hoặc hướng dẫn sử dụng thiết bị.
11. Cần giám sát trẻ nhỏ để đảm bảo chúng không nghịch thiết bị này.
12. Sẽ rất nguy hiểm cho bất cứ ai khác ngoài người có thẩm quyền thực hiện bất kỳ dịch vụ hoặc hoạt động sửa chữa nào liên quan tới việc tháo lớp vỏ dùng để chống cháy nổ đối với năng lượng vi sóng.
13. Bề mặt có thể hấp thụ nhiệt khi dùng.
14. Không được lắp đặt thiết bị sau cửa trang trí để tránh quá nhiệt.
15. Không sử dụng chất tẩy rửa có tính ăn mòn mạnh hoặc dụng cụ cạo kim loại sắc nhọn để lau kính cửa lò vì chúng có thể làm xước bề mặt, dẫn đến vỡ kính. Không được sử dụng thiết bị tẩy rửa bằng hơi nước.

### Hướng dẫn Nối đất

Lò vi sóng này phải được nối đất. Trong trường hợp bị đoản mạch điện, nối đất làm giảm nguy cơ bị điện giật bằng cách cung cấp một dây thoát cho dòng điện. Lò vi sóng này được trang bị phích cắm nối đất. Phích cắm phải được cắm vào ổ đã lắp đặt chính xác và được tiếp đất.

CẢNH BÁO—Sử dụng phích cắm nối đất không đúng có thể gây điện giật.

### Vận hành mô tơ quạt sau khi nấu

Sau khi sử dụng lò, quạt có thể quay để làm mát các bộ phận điện. Điều này là hoàn toàn bình thường, bạn có thể lấy đồ ăn trong lò ra trong khi quạt đang hoạt động.

### Hướng dẫn Quan trọng

CẢNH BÁO—Để giảm nguy cơ bị bỏng, điện giật, hỏa hoạn, thương tích cho người hoặc dư thừa năng lượng vi sóng:

1. Đọc mọi hướng dẫn sử dụng trước khi dùng lò vi sóng.
2. Một số sản phẩm như trứng nguyên quả và các hộp đóng kín - (ví dụ: hũ mứt thủy tinh đậy nắp và bình sữa trẻ em có núm ti) có thể nổ và không nên hâm nóng bằng lò vi sóng.
3. Sử dụng lò vi sóng này chỉ với những cách sử dụng đã được chỉ định trong bản hướng dẫn này.
4. Cũng như bất cứ thiết bị nào khác, cần phải giám sát chặt chẽ khi cho trẻ em sử dụng.
5. Không vận hành lò vi sóng này, nếu nó không hoạt động chính xác, hoặc nếu nó đã bị hỏng hoặc rơi.
6. Không để hoặc sử dụng thiết bị này ngoài trời.
7. Không nhúng dây hoặc phích cắm vào nước.
8. Giữ dây tránh xa bề mặt nóng.
9. Không để dây vắt ngang mép bàn hoặc bệ bếp.

10. Để giảm nguy cơ cháy bên trong lò:
    (a) Không nấu đồ ăn quá lâu. Chú ý cẩn thận đến lò vi sóng nếu đặt giấy, nhựa hoặc các vật liệu dễ cháy khác trong lò khi nấu.
    (b) Khuyến cáo không nên dùng để làm nóng túi chườm nóng lạnh. Nếu làm nóng, không được để thiết bị hoạt động không có người giám sát và hãy tuân thủ nghiêm ngặt các chỉ dẫn của nhà sản xuất.
    (c) Tháo dây buộc ra trước khi đặt túi vào trong lò.
    (d) Nếu thực phẩm trong lò bốc cháy, giữ cửa lò đóng kín, tắt lò vi sóng bằng công tắc trên tường, hoặc tắt nguồn điện ở cầu chì hoặc bảng điều khiển ngắt điện.
    (e) Không được để lò vi sóng ngoài tầm quan sát khi nấu ăn hoặc hâm nóng.
11. Không tháo nắp che phía ngoài ra khỏi lò.
12. Các thiết bị không được thiết kế để vận hành bằng bộ hẹn giờ bên ngoài hoặc hệ thống điều khiển từ xa riêng biệt.
13. Nếu không giữ lò sạch sẽ có thể làm xuống cấp bề mặt bên ngoài, gây ảnh hưởng đến tuổi thọ của thiết bị và có thể dẫn đến những trường hợp nguy hiểm.
14. CẢNH BÁO: Trước khi sử dụng lò vi sóng, hãy đảm bảo khoang lò không chứa bất cứ vật dụng nào không thích hợp sử dụng cho lò vi sóng.
15. CẢNH BÁO: Không được sử dụng khoang lò vi sóng để chứa đồ dễ cháy, dụng cụ nấu ăn, thực phẩm hoặc các vật dụng tương tự khi lò không hoạt động.
16. Không được vệ sinh thiết bị này bằng máy làm sạch bằng hơi nước.
17. Thiết bị này phải được vận hành với cửa trang trí được mở ra.

## Mạch điện

Nên vận hành lò vi sóng trên một mạch điện tách biệt với các thiết bị khác. Điện áp sử dụng phải giống với điện áp đã được ghi rõ trên lò. Nếu không, cầu chì trên bảng điện có thể nổ, và/hoặc đồ ăn nấu chậm hơn. Không được lắp cầu chì có trị số cao hơn vào bảng điện.

## Gợi ý hữu ích:

1. Nếu có khói trắng trong lần sử dụng đầu tiên các chức năng NƯỚNG và NẤU KẾT HỢP, thì đây không phải là dấu hiệu hỏng hóc.
2. Lò có 2 bộ nướng nằm ở phía trên cùng của lò. Sau khi sử dụng chức năng NƯỚNG và NẤU KẾT HỢP, trần lò sẽ rất nóng.
3. Trong quá trình sử dụng, thiết bị sẽ trở nên nóng. Cần cẩn thận để tránh chạm vào các bộ phận làm nóng bên trong lò nướng. Trẻ em dưới 8 tuổi cần được trông coi kỹ để tránh xa thiết bị này.
   **CẢNH BÁO**: Các bộ phận dễ chạm vào sẽ trở nên nóng khi sử dụng. Tránh để trong tầm tay trẻ em.
4. Trước khi sử dụng các chức năng NƯỚNG và NẤU KẾT HỢP lần đầu tiên, hãy vận hành lò mà không có đồ ăn và các phụ kiện bên trong (bao gồm khay thủy tinh và vòng xoay) ở chế độ Grill 3 (Nướng 3) trong 5 phút. Làm vậy giúp đốt cháy hết dầu chống gỉ. Đây là lần duy nhất lò hoạt động mà không có gì bên trong.
   Chú ý: Toàn bộ bề mặt bên trong lò sẽ nóng lên.
5. Bề mặt bên ngoài lò vi sóng, bao gồm lỗ thông gió trên vỏ và cửa lò trở nên nóng trong quá trình NƯỚNG và NẤU KẾT HỢP. Cẩn thận khi mở hoặc đóng cửa và khi cho vào hoặc lấy đồ ăn và các phụ kiện ra.

**Chú ý ! Nóng bề mặt**

# CẢNH BÁO

a) Nên lau vành cửa lò và các vùng quanh vành cửa bằng giẻ ẩm. Nên kiểm tra các hư hỏng ở vành cửa lò và các vùng quanh vành cửa của sản phẩm nếu các vùng này bị hỏng, không nên sử dụng sản phẩm cho đến khi đã được các kỹ thuật viên có chuyên môn của nhà sản xuất sửa chữa.
b) Nếu cửa lò hoặc vành cửa lò bị hỏng, chỉ vận hành lò khi đã được nhân viên có chuyên môn sửa chữa.
c) Sẽ rất nguy hiểm cho bất cứ ai khác ngoài người có thẩm quyền thực hiện bất kỳ dịch vụ hoặc hoạt động sửa chữa nào liên quan tới việc tháo lớp vỏ dùng để chống cháy nổ đối với năng lượng vi sóng.
d) Nếu dây điện nguồn của thiết bị này hỏng, phải được thay thế bởi nhà sản xuất, đại lý ủy quyền hoặc những người có chuyên môn để tránh nguy hiểm.
e) Trước khi sử dụng, người dùng nên kiểm tra xem bát hay đĩa đựng có phải là loại phù hợp để sử dụng trong lò vi sóng hay không.
f) Không được chứa chất lỏng và các loại thực phẩm khác trong hộp kín khi hâm nóng bởi chúng có thể dễ dàng phát nổ, đồng thời cũng nên tránh làm bắn văng các chất lỏng đang sôi.
g) Chỉ cho phép trẻ em sử dụng lò vi sóng sau khi đã hướng dẫn cặn kẽ cho chúng cách sử dụng để chúng có thể vận hành thiết bị một cách an toàn và hiểu được các nguy hại có thể phát sinh nếu sử dụng lò không đúng.
h) Khi vận hành thiết bị ở chế độ nướng hoặc chế độ nấu kết hợp, thì trẻ em chỉ được sử dụng lò dưới sự giám sát của người lớn do có nhiệt độ sinh ra.
i) Cần hết sức cẩn thận không làm dịch chuyển khay thủy tinh khi lấy các dụng cụ chứa ra khỏi thiết bị.

# Hướng Dẫn Cài Đặt và Hướng Dẫn Chung

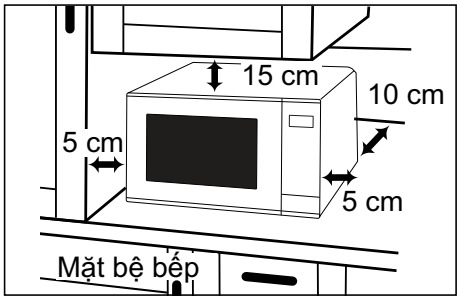
## Sử dụng chung

1. Để duy trì chất lượng tốt, không vận hành lò khi lò trống. Năng lượng vi sóng sẽ phản xạ liên tục qua lò nếu không có đồ ăn hoặc nước để hấp thụ năng lượng. Điều này có thể dẫn tới làm hư hại lò vi sóng bao gồm cả việc tạo hồ quang trong khoang lò.
2. Nếu vẫn còn khói, tắt hoặc rút phích cắm và đóng cửa lò để dập tắt lửa.
3. Nếu khói vẫn còn, bấm phím **Dừng/Cài đặt lại** và đóng cửa lò để dập tắt lửa. Rút dây điện, hoặc ngắt nguồn điện ở cầu chì hoặc bảng điều khiển ngắt điện.
4. Lò vi sóng là để làm nóng thức ăn và đồ uống. Sấy thức ăn hoặc sấy quần áo hoặc làm nóng tấm chườm nóng, dép lê, miếng bọt biển, vải ẩm và những đồ vật tương tự có thể dẫn tới nguy cơ bị thương, đánh lửa hoặc cháy.
5. Không sử dụng các sản phẩm giấy tái chế vì chúng có thể chứa tạp chất tạo ra tia lửa và/hoặc gây cháy khi sử dụng.
6. Không sử dụng báo hoặc túi giấy để nấu ăn.
7. Không đập hoặc đánh vào bảng điều khiển. Có thể gây hư hỏng bảng điều khiển.
8. Có thể cần đến TẤM ĐỆM NỒI do hơi nóng từ thực phẩm truyền vào hộp đựng đồ nấu ăn và từ hộp đựng truyền xuống khay thủy tinh. Khay thủy tinh có thể rất nóng sau khi lấy hộp đựng đồ nấu ăn ra khỏi lò.
9. Không để vật liệu dễ cháy bên cạnh, ở phía trên, hoặc bên trong lò. Đó có thể là nguy cơ gây hoả hoạn.
10. Không nấu thực phẩm trực tiếp bằng khay thủy tinh trừ trường hợp được nêu trong công thức nấu ăn. (Thực phẩm cần phải được đặt trong dụng cụ nấu ăn thích hợp.)
11. KHÔNG sử dụng lò vi sóng để làm nóng hoá chất hoặc các sản phẩm không phải thực phẩm khác. KHÔNG rửa lò vi sóng với bất cứ sản phẩm nào được ghi nhãn có chứa hoá chất ăn mòn. Việc làm nóng hoá chất ăn mòn trong lò vi sóng có thể gây rò rỉ bức xạ.
12. Nếu khay thủy tinh nóng, phải làm nguội trước khi rửa hoặc cho vào nước.
13. Khi sử dụng chế độ NẤU KẾT HỢP, không được đặt bất cứ hộp đựng bằng nhôm hay kim loại nào trực tiếp lên vỉ lò. Luôn luôn chèn một bát hoặc đĩa hoặc bát thủy tinh chịu nhiệt vào giữa vỉ lò và hộp đựng bằng nhôm. Làm như vậy sẽ ngăn những tia lửa có thể làm hỏng lò.
14. Trong quá trình nấu, sẽ có một chút hơi nước tích tụ ở phía trong và/hoặc trên cửa lò. Điều này là bình thường và an toàn. Hơi nước sẽ biến mất sau khi lò nguội đi.
15. Không được để lò vi sóng không có người trông coi khi hâm nóng hoặc nấu thức ăn trong các hộp đựng dùng một lần bằng nhựa, giấy hoặc vật liệu dễ cháy khác, vì các loại hộp này có thể bốc cháy nếu bị quá nhiệt.
16. Không dùng đồ chứa bằng kim loại để đựng thức ăn và đồ uống khi nấu bằng lò vi sóng.
17. Không nên sử dụng vỉ lò khi chỉ nấu ăn ở chế độ VI SÓNG.
18. Chỉ dùng loại bát hoặc đĩa phù hợp để dùng trong lò vi sóng.

## Vị trí đặt lò vi sóng

Lò được sản xuất chỉ để sử dụng trên mặt bàn bếp. Lò không được thiết kế để tích hợp hoặc sử dụng bên trong tủ bếp.

1. Phải đặt lò ở nơi bằng phẳng và vững chắc. Không đặt trong thùng. Để lò hoạt động tốt, cần có đủ lượng không khí lưu chuyển. Chừa lại một khoảng 15 cm phía trên lò, 10 cm phía sau và 5 cm hai bên. Nếu một bên của lò đặt sát vào tường, bên còn lại hoặc phía trên phải không bị bít kín Không được bỏ đi chân đỡ phía dưới.




(a) Không được chặn lỗ thông gió. Nếu lỗ thông gió bị chặn trong lúc vận hành, lò sẽ bị quá nhiệt. Nếu lò bị quá nhiệt, thiết bị an toàn nhiệt sẽ ngắt lò. Lò sẽ không vận hành cho đến khi nguội.

(b) Không đặt lò gần bề mặt nóng và ẩm như bếp ga, bếp điện hoặc bồn rửa bát, v.v…

(c) Không vận hành lò khi độ ẩm trong phòng quá cao.

2. Lò được sản xuất chỉ để sử dụng tại gia đình.

Tiếng Việt

## Đồ ăn

1. Không sử dụng lò để đóng hộp hoặc làm nóng lọ đóng kín. Điều này sẽ tạo ra áp suất và làm nổ lọ. Ngoài ra, lò vi sóng không thể duy trì thực phẩm ở nhiệt độ đóng hộp thích hợp. Thực phẩm đóng hộp không đúng cách có thể hỏng và gây nguy hiểm khi sử dụng.
2. Không rán ngập dầu mỡ trong lò vi sóng.
3. Không nên hâm nóng trứng còn nguyên vỏ và trứng đã luộc còn nguyên quả trong lò vi sóng vì có thể gây nổ, ngay cả khi lò đã ngừng làm nóng.
4. Khoai tây, táo, lòng đỏ trứng, bí nguyên quả và xúc xích là những ví dụ về thực phẩm có bề mặt kín. Phải chọc lỗ các loại đồ ăn này trước khi nấu, để tránh gây nổ.
5. Khi làm nóng chất lỏng, ví dụ như súp, nước sốt và đồ uống trong lò vi sóng, có thể xảy ra hiện tượng quá nhiệt độ sôi mà không có dấu hiệu sủi bong bóng. Điều này có thể dẫn đến chất lỏng nóng sôi bất ngờ. Để tránh điều này cần làm theo các bước sau:

   (a) Tránh sử dụng hộp đựng có mặt bên thẳng và cổ hẹp.

   (b) Không nấu quá nhiệt.

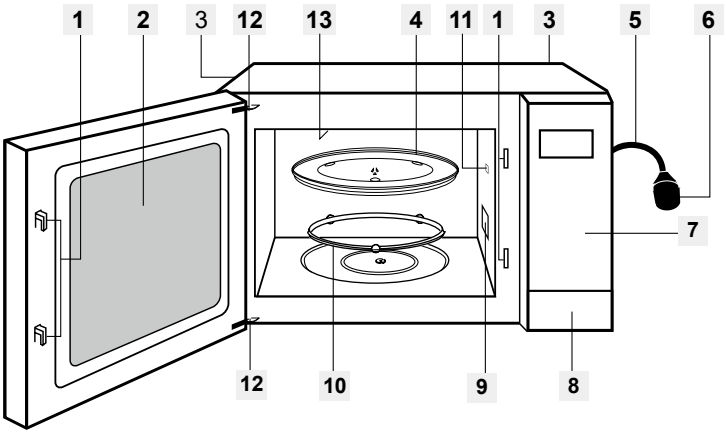
   (c) Khuấy chất lỏng trước khi đặt vào hộp đựng trong lò và khuấy giữa chừng trong thời gian nấu.

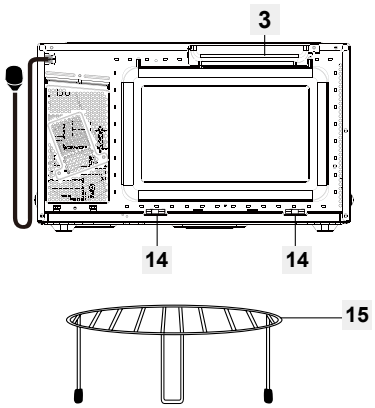
   (d) Sau khi làm nóng, giữ trong lò trong một khoảng thời gian ngắn, khuấy lại lần nữa trước khi cẩn thận lấy ra khỏi hộp đựng.

   (e) Làm nóng các loại đồ uống bằng lò vi sóng có thể dẫn đến phun trào chậm, vì vậy nên cẩn thận khi cầm hộp đựng.

   (f) Theo quy tắc thông thường, luôn bọc thức ăn có nước, ví dụ như súp, thịt hầm và đĩa thức ăn.
6. KHÔNG SỬ DỤNG NHIỆT KẾ THÔNG THƯỜNG TRONG LÒ VI SÓNG. Dùng NHIỆT KẾ VI SÓNG để kiểm tra nhiệt độ của thịt nướng và thịt gia cầm. Hoặc sử dụng nhiệt kế thông thường khi đồ ăn đã được lấy ra khỏi lò. Nếu chưa nấu chín, đưa thịt hoặc gia cầm trở lại lò và nấu thêm vài phút nữa ở mức công suất được khuyên dùng. Đảm bảo rằng thịt và gia cầm được nấu chín là rất quan trọng.
7. THỜI GIAN NẤU đưa ra ở trong sách nấu ăn là ƯỚC CHỪNG. Các yếu tố có thể ảnh hưởng đến thời gian nấu là độ ẩm, nhiệt độ ban đầu, độ cao, dung tích, kích cỡ, hình dạng của đồ ăn và thiết bị sử dụng. Khi bạn đã quen với lò, bạn có thể điều chỉnh những yếu tố này.
8. Đồ ăn NẤU CHƯA CHÍN TỐT HƠN NẤU QUÁ CHÍN. Nếu đồ ăn nấu chưa chín, có thể để lại vào lò để nấu thêm. Nếu đồ ăn bị nấu quá chín, không thể làm gì khác. Luôn luôn bắt đầu với thời gian nấu tối thiểu được đề nghị.
9. Cần chú ý đặc biệt khi nổ bỏng ngô trong lò vi sóng. Nổ bỏng trong thời gian tối thiểu được nhà sản xuất khuyên dùng. Sử dụng hướng dẫn thích hợp với công suất lò vi sóng. KHÔNG ĐƯỢC sao nhãng lò khi nổ bỏng ngô.
10. Khi làm nóng đồ ăn trong hộp nhựa hoặc giấy, hãy kiểm tra lò thường xuyên vì có khả năng cháy.
11. Phải khuấy hoặc lắc bình sữa và lọ đồ ăn của trẻ em và phải kiểm tra nhiệt độ trước khi sử dụng, để tránh bị bỏng.

# Sơ đồ chi tiết




**1 Hệ thống khóa an toàn cửa**

**2 Cửa lò**

Cửa lò có phủ lớp màng chống hơi nước (không được tháo ra).

**3 Lỗ thông hơi lò**

**4 Khay thủy tinh**

a. **KHÔNG** vận hành lò khi chưa đặt Vòng lăn và Khay thủy tinh vào đúng vị trí.

b. Chỉ sử dụng Khay thủy tinh dùng riêng cho lò vi sóng này. Không thay thế bằng bất kỳ Khay thủy tinh nào khác.

c. Nếu Khay thủy tinh nóng, phải làm nguội trước khi rửa hoặc cho vào nước.

d. **KHÔNG** nấu trực tiếp trên Khay thủy tinh. Luôn đặt thực phẩm lên đĩa dùng cho lò vi sóng, hoặc lên vỉ trên đĩa dùng cho lò vi sóng.

e. Luôn đặt hộp chứa vào chính giữa khay thủy tinh khi nấu.

f. Nếu thực phẩm hoặc dụng cụ nấu ăn trên Khay thủy tinh chạm vào thành lò, khiến cho khay dừng lại, khay sẽ tự động xoay theo hướng ngược lại. Đây là hiện tượng bình thường.

g. Khay thủy tinh có thể xoay theo cả hai hướng.

**5 Dây điện cấp nguồn**

**6 Phích cắm nguồn**

**7 Bảng điều khiển**

**8 Nút mở cửa lò**

Đẩy vào để mở cửa. Mở cửa khi đang nấu sẽ làm dừng quá trình nấu mà không hủy bỏ chương trình đó. Quá trình nấu sẽ được tiếp tục ngay sau khi cửa đóng và nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Có thể mở cửa lò bất cứ lúc nào trong khi nướng vì điều này khá an toàn và sẽ không có nguy cơ cháy nổ lò vi sóng.

**9 Tấm dẫn sóng** (không tháo ra)

**10 Vòng lăn**

a. Thường xuyên vệ sinh Vòng lăn để tránh tiếng ồn quá mức.

b. Nên sử dụng Vòng lăn và Khay thủy tinh cùng lúc.

**11 Đèn lò**

Đèn lò sẽ được bật lên khi nấu và khi cửa lò mở. Đèn sẽ tự tắt sau 1 phút nếu cửa vẫn mở.

**12 Bản lề cửa**

Để tránh nguy hiểm khi mở hoặc đóng cửa, hãy giữ ngón tay tránh xa bản lề cửa.

**13 Thanh nhiệt nướng**

**14 Chốt chặn (không thể di chuyển)**

Chốt chặn đảm bảo đủ không gian ở phía sau lò nướng giúp thông khí dễ dàng.

**15 Vỉ lò**

a. Kèm theo lò sẽ có một Vỉ lò để thuận tiện cho việc tạo màu nâu (browning) các món ăn nhỏ.

b. Vỉ lò cần phải được lau chùi thường xuyên.

c. Khi dùng Vỉ lò ở chế độ NƯỚNG hoặc NẤU KẾT HỢP thủ công, hãy cẩn thận chọn hộp chứa có nắp chịu nhiệt; hộp chứa bằng nhựa hoặc giấy có thể bị chảy hoặc cháy khi tiếp xúc với nhiệt phát ra khi nướng.

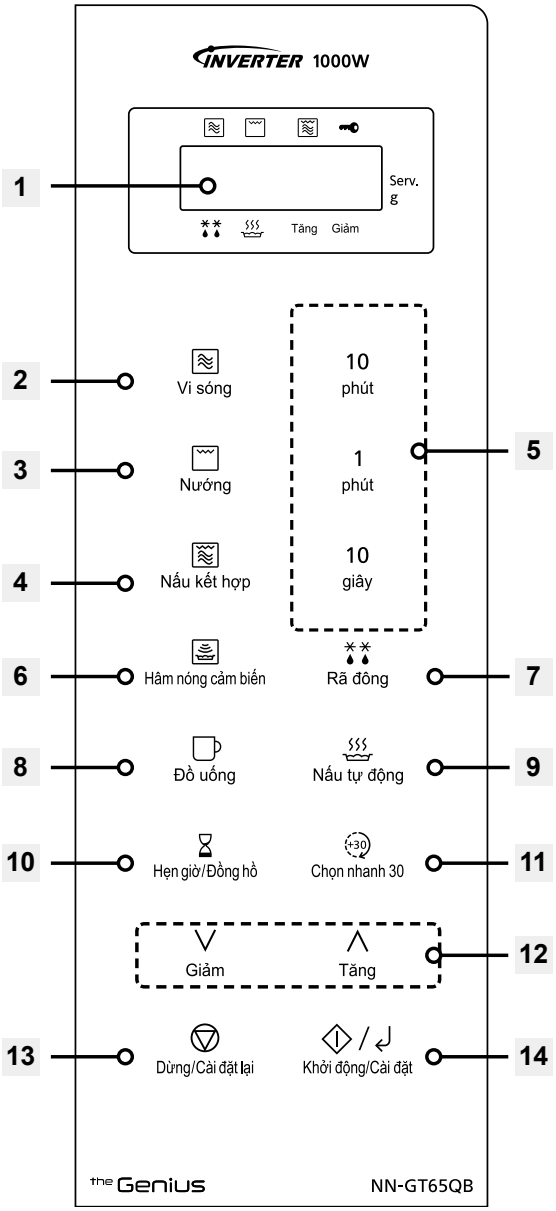
d. Khi sử dụng chế độ NẤU KẾT HỢP, không được đặt bất cứ hộp đựng bằng nhôm hay kim loại nào trực tiếp lên Vỉ lò. Luôn chèn thêm một bát hoặc đĩa thủy tinh vào giữa Vỉ lò và hộp đựng bằng nhôm. Làm như vậy sẽ ngăn những tia lửa có thể làm hỏng thiết bị.

e. Không dùng Vỉ Lò khi chỉ dùng chế độ VI SÓNG.

## Lưu ý

1. Hình minh họa ở trên chỉ có tính chất tham khảo.
2. Khay thủy tinh và Vỉ lò là các phụ kiện duy nhất đi kèm lò nướng này. Toàn bộ các dụng cụ nấu bếp khác nêu trong hướng dẫn này phải mua riêng.

# Bảng Điều khiển




1 **Màn hình hiển thị**

2 **Phím Vi sóng** (xem trang 14)

3 **Phím Nướng** (xem trang 15)

4 **Phím Nấu kết hợp** (xem trang 16)

5 **Phím Thời gian**

6 **Phím Hâm nóng cảm biến** (xem trang 20)

7 **Phím Rã đông** (xem trang 21)

8 **Phím Đồ uống** (xem trang 22)

9 **Phím Nấu tự động** (xem trang 23-28)

10 **Phím Hẹn giờ/Đồng hồ** (xem trang 13, 18)

11 **Phím Chọn nhanh 30** (xem trang 17)

12 **Phím Chọn Tăng/Giảm**

13 **Phím Dừng/Cài đặt lại**

**Trước khi nấu ăn:** Nhấn một lần để xóa toàn bộ các chỉ dẫn.

**Trong khi Nấu:** Nhấn lần thứ nhất sẽ tạm thời dừng quá trình nấu. Nhấn lần nữa sẽ hủy toàn bộ hướng dẫn và dấu hai chấm hoặc giờ trong ngày xuất hiện trên màn hình hiển thị.

14 **Phím Khởi động/Cài đặt**

Chỉ cần một lần nhấn là lò bắt đầu hoạt động. Nếu cửa đang mở hoặc phím **Dừng/Cài đặt lại** bị nhấn một lần khi lò đang hoạt động, một lần nữa phải nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để khởi động lại lò.

Tiếng Việt

## Lưu ý

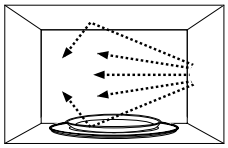
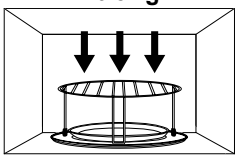
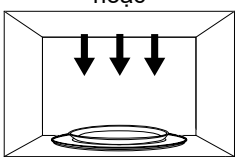
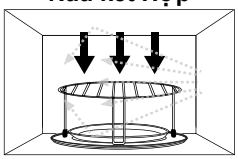
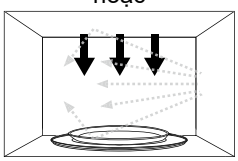
Nếu cài đặt vận hành và không nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** sau 6 phút, lò sẽ tự động hủy bỏ chế độ vận hành đó. Đồng hồ hoặc dấu hai chấm sẽ hiển thị lại trên màn hình.

## Tiếng bíp

Khi nhấn đúng phím, bạn sẽ nghe thấy một tiếng bíp. Nếu nhấn phím và không nghe thấy tiếng bíp nào, thì thiết bị đã không hoặc không thể nhận được lệnh đó, hoặc âm tiếng bíp đã bị tắt. Lò sẽ kêu bíp hai lần giữa các giai đoạn đã được lập trình sẵn. Khi bất kỳ chương trình nào hoàn tất, lò sẽ kêu bíp năm lần.

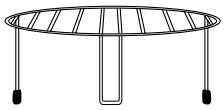
# Chế độ nấu

**Hình minh họa bên dưới là ví dụ về phụ kiện. Phụ kiện sử dụng cho các chế độ nấu là khác nhau tùy. theo thực đơn/món ăn.**

| Chế độ nấu | Sử dụng | Phụ kiện sử dụng | Đồ đựng |
|---|---|---|---|
| **Vi sóng**  | • Rã đông.<br>• Hâm nóng.<br>• Nóng chảy: bơ, sô-cô-la, phô mai.<br>• Nấu cá, rau, trái cây, trứng.<br>• Chuẩn bị: nước hoa quả ngâm, mứt, nước sốt, sữa trứng, bánh nướng, caramen, thịt lợn, cá.<br>• Nướng bánh không bị màu nâu. | – | Dụng cụ dùng cho lò vi sóng (ví dụ: bát thủy tinh chịu nhiệt, đĩa hoặc tô) trực tiếp lên khay thủy tinh.<br><br>Không dùng kim loại. |
| **Nướng**  hoặc  | • Nướng lát thịt hoặc cá.<br>• Nướng cháy cạnh | Vỉ lò | – |
| | • Tạo màu nâu cho các món nướng giòn vỏ hoặc bánh kem trứng. | – | Kim loại hoặc vật liệu chịu nhiệt đặt trực tiếp lên khay thủy tinh. |
| **Nấu kết Hợp**  hoặc  | • Quay bít tết và miếng gà. | Vỉ lò | Không dùng kim loại. |
| | • Nấu món lasagne, thịt, khoai tây hoặc món gratin rau củ.<br>• Nướng bánh và bánh pudding có màu nâu. | – | Dụng cụ dùng cho lò vi sóng hoặc vật liệu chịu nhiệt đặt trực tiếp lên khay thủy tinh.<br><br>Không dùng kim loại. |

Tiếng Việt

# Bảng dụng cụ nấu ăn

| | Vi sóng | Nướng | Nấu kết Hợp |
|---|---|---|---|
| **Vỉ lò**<br>(các phụ kiện lò)<br>  | không | có | có |
| **Giấy nhôm** | không | có | không |
| **Đĩa sứ** | có | có | có |
| **Đĩa nướng** | có | không | không |
| **Túi giấy** | không | không | không |
| **Dụng cụ bằng đất nung**<br>an toàn với lò/lò vi sóng | có | có | có |
| không an toàn với lò vi ba | không | không | không |
| **Đồ chứa làm bằng**<br>bìa cứng dùng một lần | có* | có* | có* |
| **Đồ thủy tinh**<br>đồ sứ và thủy tinh dùng trong lò vi sóng | có | có | có |
| không chịu nhiệt | không | không | không |
| **Dụng cụ nấu ăn bằng kim loại** | không | có | không |
| **Dây buộc bằng kim loại** | không | có | không |
| **Túi đựng thức ăn trong lò** | có | có* | có |
| **Khăn giấy và giấy ăn** | có | không | không |
| **Vỉ rã đông bằng nhựa** | có | không | không |
| **Bát nhựa**<br>an toàn với lò vi sóng | có | không | không |
| không an toàn với lò vi sóng | không | không | không |
| **Màng bọc nylon an toàn với lò vi sóng** | có | không | không |
| **Vật dụng bằng rơm, mây, gỗ** | có | không | không |
| **Nhiệt kế**<br>an toàn với lò vi sóng | có | không | không |
| thông thường | không | có | không |
| **Giấy nến** | có | có | có |
| **Khuôn nướng bánh silicon** | có* | có* | có* |

* Xem khuyến cáo của nhà sản xuất, phải có khả năng chịu nhiệt hoặc theo hướng dẫn trong công thức nấu ăn.

# Lựa chọn tiếng bíp

Lò này có cả chế độ “Bật tiếng bíp” và “Tắt tiếng bíp”. Chức năng độc đáo này của lò vi sóng Panasonic cho phép bạn thiết lập các cài đặt ban đầu không liên quan đến nấu nướng của lò.

1. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt sau khi cắm điện.**
   Chữ "bEEP" sẽ xuất hiện trong màn hình hiển thị. Chế độ mặc định là “Bật”.
2. **Nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.**
   Chế độ sẽ chuyển sang “TẮT”.
3. **Sau khi cài đặt, nhấn phím Dừng/Cài đặt lại để thoát**

## Lưu ý

1. Lựa chọn này chỉ có thể sử dụng được khi lò đã cắm điện.
2. Nhấn phím **Chọn Tăng/Giảm** một lần nữa trong bước 2 sẽ quay lại chế độ “Bật” ban đầu.

# Cài đặt Chế độ Khóa an toàn trẻ em

Tính năng này ngăn không cho trẻ nhỏ vận hành lò; mặc dù có thể mở cửa lò.
**Có thể cài đặt chức năng này khi dấu hai chấm hoặc thời gian hiển thị.**

**Để cài đặt:**

**Nhấn phím Khởi động/Cài đặt 3 lần.**
Dấu hai chấm hoặc thời gian trong ngày sẽ biến mất. Thời gian thực tế sẽ không mất đi.
" " xuất hiện trên màn hình hiển thị.

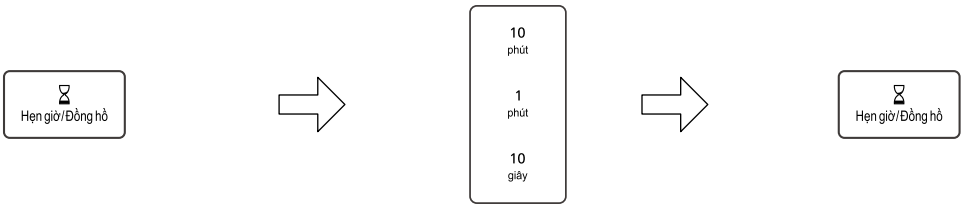
**Để hủy:**

**Nhấn Dừng/Cài đặt lại 3 lần.**
Dấu hai chấm hoặc thời gian trong ngày sẽ xuất hiện lại trên màn hình hiển thị.

Để cài đặt hoặc hủy khóa an toàn trẻ em, phải nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** hoặc **Dừng/Cài đặt lại** 3 lần trong vòng 10 giây.

# Cài đặt Thời gian

Có thể sử dụng lò mà không cần cài đặt đồng hồ.

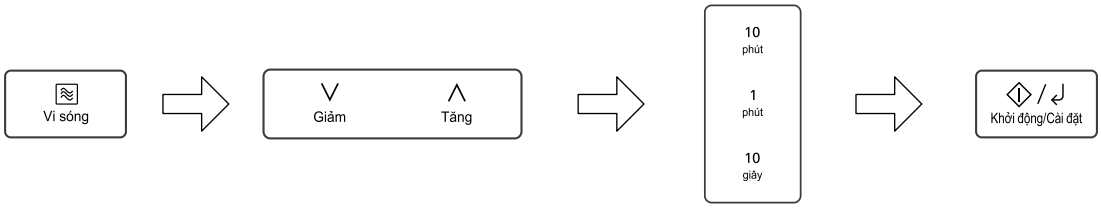



1. **Nhấn hai lần.**
   Dấu hai chấm sẽ nhấp nháy trên màn hình hiển thị.
2. **Cài đặt thời gian bằng cách nhấn phím Thời gian.**
   Thời gian hiển thị trên màn hình hiển thị; dấu hai chấm nhấp nháy.
3. **Nhấn một lần.**
   Dấu hai chấm ngừng nhấp nháy; thời gian trong ngày hiển thị và khóa trên màn hình hiển thị. Thời gian tính bằng phút.

## Lưu ý

1. Để cài đặt lại thời gian, lặp lại bước 1-3.
2. Đồng hồ sẽ hiển thị thời gian trong ngày miễn là lò được cắm điện nguồn.
3. Đồng hồ hiển thị ở chế độ 12 giờ.
4. Lò sẽ không hoạt động khi dấu hai chấm vẫn nhấp nháy.

# Cài đặt Vi sóng




1. **Nhấn một lần để chọn tính năng Vi sóng.**
2. **Nhấn phím Chọn Tăng/Giảm để chọn mức công suất.** Công suất sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị. (xem bảng bên dưới)
3. **Chọn thời gian nấu bằng cách nhấn phím Thời gian.** (1000 W: tối đa 30 phút. Các mức công suất khác: tối đa 99 phút 50 giây)
4. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.** Màn hình hiển thị sẽ đếm ngược thời gian.

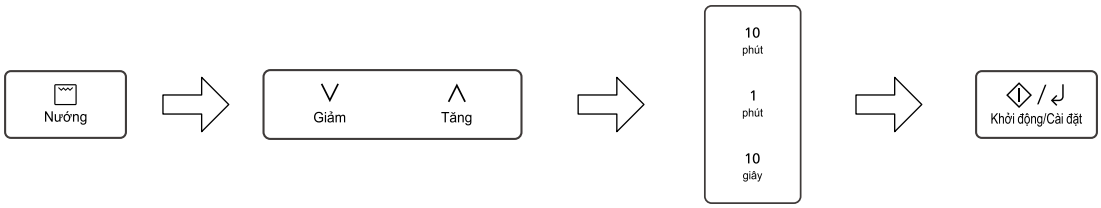
| Mức Công Suất | Ví dụ về cách sử dụng |
|---|---|
| 1000 W (CAO) | Đun nước. Hâm nóng. Nấu rau, cơm, mì lạnh và mì. |
| 800 W (TRUNG BÌNH-CAO) | Nấu thịt gia cầm, thịt, bánh, món tráng miệng. Hâm nóng sữa. |
| 600 W (TRUNG BÌNH) | Nấu thịt bò, thịt cừu, trứng, cá và hải sản. Tan bơ. |
| 440 W (TRUNG BÌNH-THẤP) | Đun sôi súp, hầm và thịt hầm (thái ít). |
| 300 W (RÃ ĐÔNG) | Thức ăn tan đông. |
| 100 W (THẤP) | Hâm nóng lại thức ăn đã nấu, đun sôi nhỏ. |

## Lưu ý

1. Bạn cũng có thể chọn mức công suất bằng cách nhấn vào phím **Vi sóng**.
2. Không thể lập trình quá 3 giai đoạn nấu khi cài đặt một lần nấu. Đối với lần nấu dùng 2 hoặc 3 giai đoạn, hãy lặp lại bước 1-3 ở trên trước khi nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Khi chọn mức công suất 1000W ở giai đoạn đầu tiên, bạn có thể bỏ qua bước 1-2. Khi vận hành, hai tiếng bíp sẽ phát ra giữa mỗi giai đoạn. (Vui lòng tham khảo trang 19 để biết chi tiết).
3. Bạn có thể tăng thời gian nấu trong khi nấu, nếu cần. Có thể tăng thời gian theo từng 1 phút, tối đa 10 phút. Nhấn phím **1 phút** đến mức tối đa 10 phút. Không thể giảm thời gian nấu trong lúc đang nấu.
4. Không dùng hộp kim loại cho chế độ vi sóng.
5. Có thể lập trình thời gian chờ sau khi cài đặt Vi sóng và thời gian.
   Tham khảo cách sử dụng chức năng hẹn giờ trang 18.

# Cài đặt Nướng

Có ba mức công suất để nướng. Nhiệt phát ra từ 2 thanh nhiệt trong khi nướng. Lò phải được giữ đóng chặt để tránh mùi nấu ăn lan tỏa trong bếp cũng như để không bị hao phí năng lượng. Chức năng nướng rất phù hợp cho việc nướng thịt lát mỏng, hải sản cũng như bánh mì và bột thô.
Chọn cài đặt Nướng, cài đặt thời gian và khởi động lò. Thường phải trở mặt thực phẩm đang nướng sau nửa thời gian nướng. Khi cửa lò mở ra, chương trình sẽ bị ngừng lại. Trở mặt thực phẩm lại, đặt trở lại vào lò, đóng cửa và khởi động lại lò. Trong khi nướng, có thể mở cửa lò vào bất cứ lúc nào để kiểm tra thực phẩm.




1. **Nhấn một lần để chọn tính năng Nướng.**
2. **Nhấn phím Chọn Tăng/Giảm để chọn mức công suất.** Công suất sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị. (xem bảng bên dưới)
3. **Chọn thời gian nấu bằng cách nhấn phím Thời gian.** (tối đa 99 phút 50 giây)
4. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.** Thời gian nấu sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

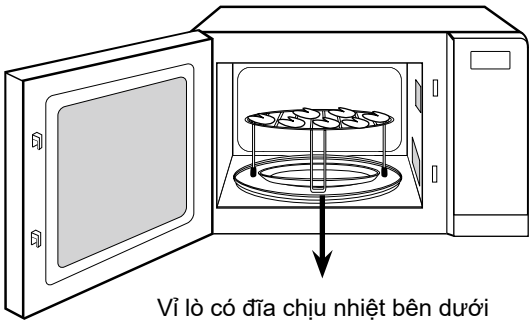
| Mức công suất | Ví dụ về cách sử dụng |
|---|---|
| Nướng 3 (CAO) | Thịt cắt miếng hoặc gia cầm cắt lát |
| Nướng 2 (TRUNG BÌNH) | Hải sản |
| Nướng 1 (THẤP) | Bánh mì tỏi, bánh mì nướng |

## Nguyên tắc

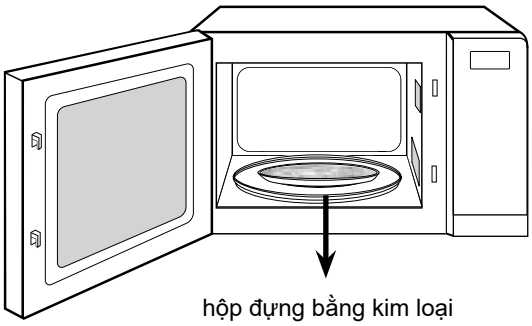
1. Bạn cũng có thể chọn mức công suất bằng cách nhấn vào phím Nướng.
2. Dùng vỉ lò kèm theo.
3. Không làm nóng chức năng nướng trước.
4. Có thể nướng hầu hết các loại thịt như xúc xích, sườn ở mức Nướng 3 nóng nhất. Mức nướng này cũng phù hợp cho việc Nướng Bánh mì, bánh muffin và bánh dùng với trà, v.v.
5. Nướng 2 được dùng cho các loại thực phẩm yêu cầu thời gian nướng lâu hơn như cá hoặc đùi gà.
6. Không bọc thực phẩm khi nướng.
7. Luôn dùng găng tay lò nướng khi lấy đồ ăn và vỉ lò sau khi nướng vì nhiệt độ của những vật này rất cao.
8. Sau khi nướng, khâu tháo rời và vệ sinh vỉ lò cho lần sử dụng tới và dùng khăn nhúng nước xà phòng nóng để lau bỏ dầu mỡ là rất quan trọng.
9. Bạn có thể tăng thời gian nấu trong khi nấu, nếu cần. Có thể tăng thời gian theo từng 1 phút, tối đa 10 phút. Nhấn phím 1 phút đến mức tối đa 10 phút. Không thể giảm thời gian nấu trong lúc đang nấu.

## Phụ kiện sử dụng

Khi nướng, có thể đặt thực phẩm trực tiếp lên Vỉ lò và đặt một đĩa chịu nhiệt bên dưới vỉ. Hoặc có thể đặt thực phẩm trực tiếp vào hộp kim loại hoặc hộp chịu nhiệt, sau đó đặt lên khay thủy tinh.



Vỉ lò có đĩa chịu nhiệt bên dưới

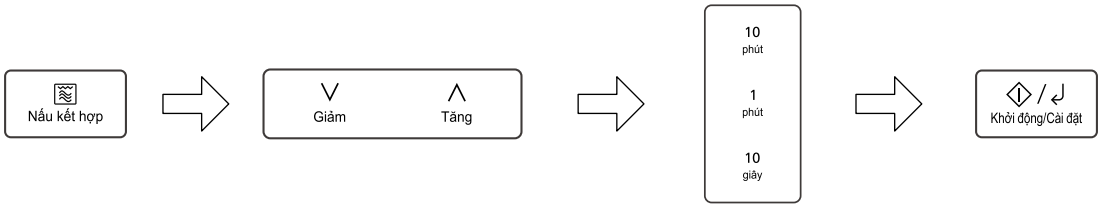


hộp đựng bằng kim loại
hoặc hộp chịu nhiệt

Tiếng Việt

# Cài đặt Nấu kết hợp

Có ba mức công suất cho tính năng này. Kết hợp hiệu quả chế độ vi sóng và nướng là cách tốt nhất để quay thức ăn.
Phù hợp để quay gia cầm, thịt và hải sản. Chức năng này có thể đảm bảo thức ăn khi nấu vẫn giữ được độ giòn của một số loại thực phẩm. Vui lòng mở cửa lò và lật thức ăn khi nấu được một nửa thời gian rồi nấu tiếp.




1. **Nhấn một lần để chọn tính năng Nấu kết hợp.**
2. **Nhấn phím Chọn Tăng/Giảm để chọn mức công suất.** Công suất sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị. (xem bảng bên dưới)
3. **Chọn thời gian nấu bằng cách nhấn phím Thời gian.** (tối đa 99 phút 50 giây)
4. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.** Thời gian nấu sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

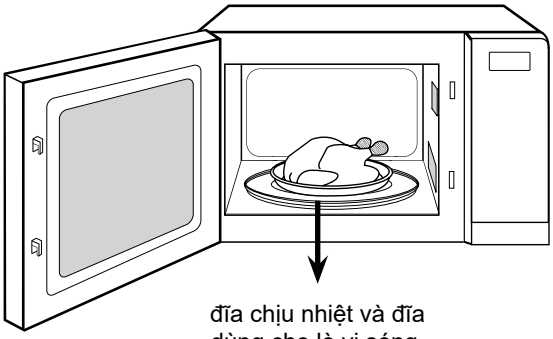
| Mức công suất | Ví dụ về cách sử dụng |
|---|---|
| Nấu kết hợp 3 (300 W + Nướng 3) | Gia cầm nguyên con |
| Nấu kết hợp 2 (300 W + Nướng 2) | Thịt bò, thịt cừu, hải sản |
| Nấu kết hợp 1 (300 W + Nướng 1) | Khoai tây nướng, bánh pudding |

## Nguyên tắc

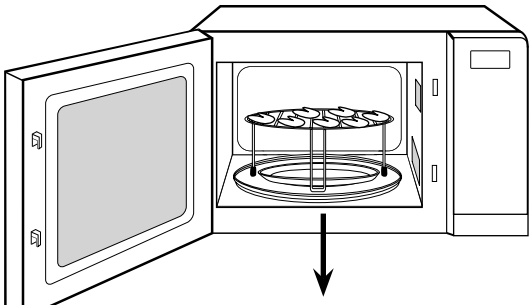
1. Bạn cũng có thể chọn mức công suất bằng cách nhấn vào phím Nấu kết hợp.
2. Không bọc thực phẩm khi nấu.
3. Luôn sử dụng gang tay khi lấy thực phẩm ra khỏi lò.
4. Không sử dụng nếu đang nấu dưới 200 g thực phẩm trong lò ở chế độ thủ công. Đối với lượng thực phẩm nhỏ, không nấu ở chế độ Nấu kết hợp, chỉ nấu ở chế độ nướng để đạt hiệu quả tốt nhất.
5. Không làm nóng ở chế độ nấu kết hợp.
6. Bạn có thể tăng thời gian nấu trong khi nấu, nếu cần. Có thể tăng thời gian theo từng 1 phút, tối đa 10 phút. Nhấn phím 1 phút đến mức tối đa 10 phút. Không thể giảm thời gian nấu trong lúc đang nấu.

## Phụ kiện sử dụng

Khi nấu, cho thức ăn lên đĩa chịu nhiệt có thể dùng trong lò vi sóng rồi đặt đĩa trực tiếp lên đáy lò. Hoặc có thể đặt thực phẩm trực tiếp lên Vỉ lò với đĩa chịu nhiệt dùng trong lò vi sóng ở phía dưới.



đĩa chịu nhiệt và đĩa dùng cho lò vi sóng.

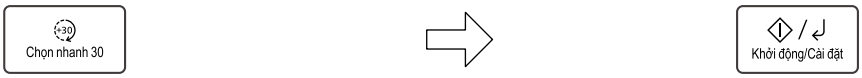


Vỉ lò có đĩa chịu nhiệt và dùng cho lò vi sóng bên dưới

Tiếng Việt

# Để nấu bằng tính năng Chọn nhanh 30

Tính năng này cho phép bạn cài đặt thời gian nấu nhanh theo các mức tăng 30 giây.




1. **Nhấn Chọn nhanh 30 để cài đặt thời gian nấu mong muốn (tối đa 5 phút).**
   Mỗi lần ấn là 30 giây. Thời gian xuất hiện trên màn hình. Mức công suất được cài đặt trước là 1000 W.

2. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
   Quá trình nấu bắt đầu và thời gian trên màn hình hiển thị sẽ đếm ngược. Khi nấu xong, 5 tiếng bíp sẽ phát ra.

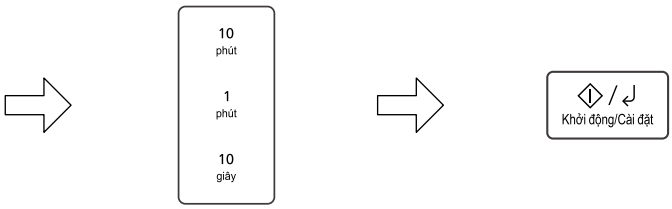
## Lưu ý

1. Tính năng này chỉ sử dụng được cho chế độ **Vi sóng**. Nếu muốn, bạn có thể sử dụng các mức công suất khác. Chọn mức vi sóng mong muốn trước khi ấn **Chọn nhanh 30**.
2. Sau khi cài đặt thời gian bằng **Chọn nhanh 30**, bạn sẽ không dùng được phím **Thời gian**.

# Sử dụng tính năng Thêm thời gian

Tính năng này cho phép thêm thời gian nấu khi kết thúc lần nấu trước đó.

1. **Ngay khi kết thúc quá trình nấu thủ công, màn hình sẽ nhấp nháy số "0"**




2. **Thêm thời gian nấu bằng cách nhấn phím Thời gian.**
   Thời gian nấu tối đa:
   Vi sóng: 1000 W tối đa 30 phút;
   các mức công suất khác tối đa 99 phút 50 giây.
   Nướng, Nấu kết hợp: tối đa 99 phút 50 giây.

3. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
   Thời gian sẽ được thêm vào. Màn hình hiển thị sẽ đếm ngược thời gian.

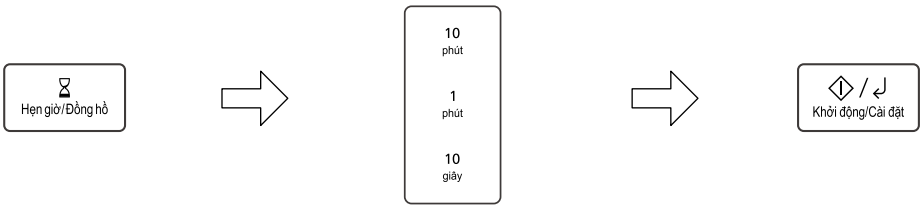
## Lưu ý

1. Tính năng này chỉ sử dụng được cho các chế độ Vi sóng, Chọn nhanh 30, Nướng, Nấu kết hợp và Hẹn giờ; không dùng được cho Chương trình tự động.
2. Tính năng Thêm thời gian chỉ sử dụng được trong vòng 1 phút sau khi nấu.
3. Tính năng Thêm thời gian có thể sử dụng sau khi nấu 3 giai đoạn. Mức công suất sẽ giống với giai đoạn cuối cùng.

# Cài đặt Hẹn giờ (Hẹn giờ nấu/Thời gian chờ/Hẹn giờ khởi động)

Tính năng này cho phép bạn cài đặt thời gian chờ sau khi nấu xong, lập trình lò như một đồng hồ đếm ngược theo phút hoặc giây, hoặc cài đặt khởi động trễ.

## Để cài đặt Hẹn giờ nấu



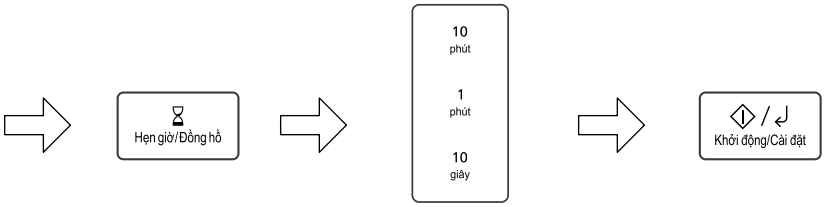

**1. Nhấn một lần.**

**2. Chọn thời gian mong muốn bằng cách nhấn phím Thời gian.**
(tối đa 99 phút 50 giây)

**3. Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
Đếm lùi thời gian mà không vận hành lò.

## Để cài đặt Thời Gian Chờ

**1. Cài đặt chương trìnhnấu mong muốn, tối đa 2 giai đoạn.**
(xem trang 19)

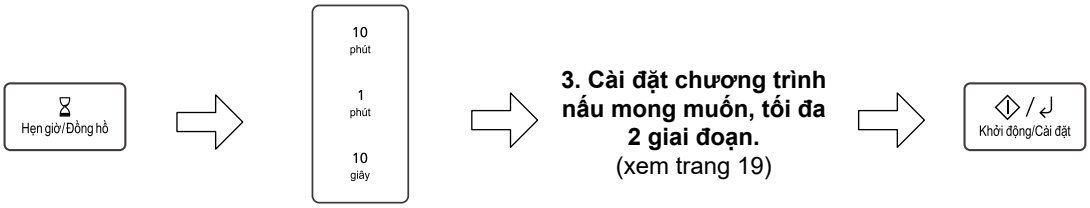



**2. Nhấn một lần.**

**3. Chọn thời gian chờ mong muốn bằng cách nhấn phím Thời gian.**
(tối đa 99 phút 50 giây)

**4. Nhấn phím Khởi động/ Cài đặt.**
Lò sẽ bắt đầu nấu. Sau khi nấu, thời gian chờ sẽ được đếm lùi mà không vận hành lò.

## Để cài đặt Giờ Khởi động




**3. Cài đặt chương trình nấu mong muốn, tối đa 2 giai đoạn.**
(xem trang 19)

**1. Nhấn một lần.**

**2. Chọn thời gian trễ mong muốn bằng cách nhấn phím Thời gian.**
(tối đa 99 phút 50 giây)

**4. Nhấn phím Khởi động/ Cài đặt.**
Thời gian trễ sẽ đếm ngược mà không vận hành lò. Sau đó quá trình nấu sẽ bắt đầu.

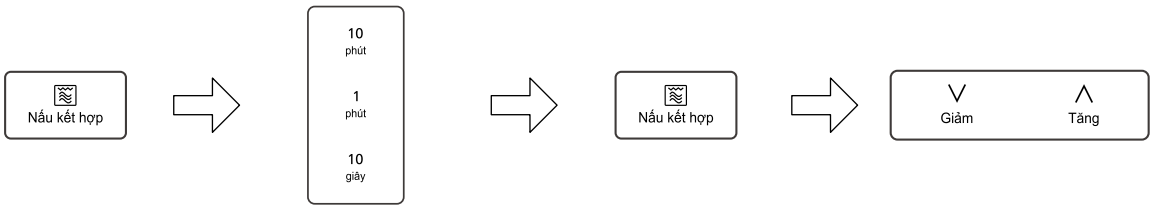
### Lưu ý

1. Nếu cửa lò mở trong khi vận hành chức năng Thời gian chờ, Hẹn giờ khởi động hoặc Hẹn giờ nấu, thời gian hiển thị trên màn hình hiển thị sẽ tiếp tục được đếm lùi.
2. Không thể lập trình Hẹn giờ khởi động và Thời gian chờ cùng với chế độ Rã đông, Đồ uống, Hâm nóng cảm biến và Nấu tự động. Điều này để tránh nhiệt độ thực phẩm tăng lên trước khi rã đông hoặc bắt đầu nấu. Việc thay đổi nhiệt độ bắt đầu có thể mang lại kết quả không chính xác.
3. Khi sử dụng Thời gian chờ hoặc Hẹn giờ khởi động, có thể cài đặt tối đa 2 giai đoạn công suất.

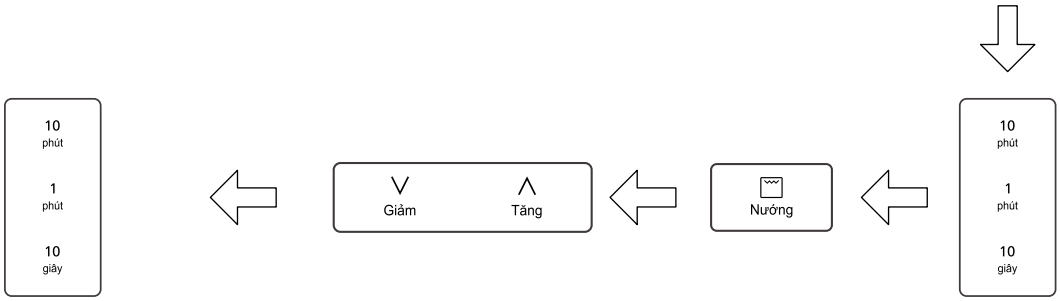
# Cài đặt 3-giai đoạn

Tính năng này cho phép bạn lập trình 3 giai đoạn nấu liên tục.

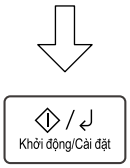
**Ví dụ: Cài đặt liên tục [Nấu kết hợp 3] 9 phút, [Nấu kết hợp 1] 13 phút và [Nướng 2] 2 phút.**




1. Ấn một lần để chọn cài đặt **"Nấu kết hợp 3".**
2. Cài đặt thành 9 phút bằng phím **Thời gian**.
3. Ấn một lần để chọn cài đặt **"Nấu kết hợp 3".**
4. Ấn hai lần **Phím Giảm** để chọn **"Nấu kết hợp 1".**




5. Cài đặt thành 13 phút bằng phím **Thời gian**.
6. Ấn một lần để chọn **"Nướng 3".**
7. Ấn **Phím Giảm** một lần để chọn **"Nướng 2".**
8. Cài đặt thành 2 phút bằng phím **Thời gian**.




9. Nhấn một lần.
   Thời gian sẽ đếm ngược ở giai đoạn đầu tiên trên màn hình hiển thị.

## Ví dụ về cách Sử dụng

| | Nấu 300 g cá phi lê | Quay 1 kg gà nguyên con |
|---|---|---|
| 1 giai đoạn | 600 W 3'00" | Nấu kết hợp 3 9'00" |
| 2 giai đoạn | 440 W 2'00" | Nấu kết hợp 1 13'00" |
| 3 giai đoạn | 300 W 2'00" | Nướng 2 2'00" |

## Lưu ý

1. Khi vận hành, hai tiếng bíp sẽ phát ra giữa các giai đoạn.
2. Tính năng này không sử dụng được với chế độ Rã đông, Đồ uống, Hâm nóng cảm biến và Nấu tự động.

Tiếng Việt

# Để sử dụng chức năng hâm nóng bằng cảm biến

Tính năng này cho phép bạn hâm nóng thức ăn mà không cần cài đặt thời gian và mức công suất. Cảm biến sẽ phát hiện nhiệt lượng và độ ẩm tỏa ra từ thức ăn và tự động hâm nóng lại.

1. **Nhấn một lần để chọn tính năng Hâm nóng cảm biến.**

2. **Phím Chọn Tăng/Giảm (Tùy chọn*):**
   Sở thích về độ chín của thức ăn thay đổi tùy theo từng cá nhân. Sau khi sử dụng chế độ Nấu cảm biến một vài lần, bạn có thể quyết định bạn muốn thức ăn của mình được nấu chín tới một mức khác. Bằng cách sử dụng phím **Chọn Tăng/Giảm**, có thể điều chỉnh các chương trình để nấu thức ăn trong thời gian dài hơn hoặc ngắn hơn. *Nếu hài lòng với kết quả hoạt động của chương trình Cảm biến, bạn không cần dùng phím này.

3. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
   Sau khi Cảm biến thông minh phát hiện ra nhiệt độ và độ ẩm, thời gian còn lại sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

## Lưu ý

1. Chức năng hâm nóng bằng Cảm biến thông minh phù hợp với thực phẩm đã được nấu chín, bảo quản lạnh hoặc ở nhiệt độ phòng (dưới 35°C). Thích hợp với các món hầm, món ăn bày đĩa, súp, món ninh, món mì Ý (trừ lasagna) và đồ hộp. Thực phẩm phải được bảo quản trong tủ lạnh hoặc ở nhiệt độ phòng. Không hâm nóng thực phẩm đông lạnh với cài đặt này. Thức ăn được hâm nóng phải có trọng lượng từ 125 g đến 1 kg. với thức ăn có trọng lượng dưới 125 g và trên 1 kg, hãy sử dụng cài đặt vi sóng thủ công.
2. Không hâm nóng lại bánh mì, bánh ngọt (sơ chế hoặc chưa chế biến) hay đồ uống.
3. Đảm bảo khay thủy tinh, bên ngoài hộp nấu ăn và bên trong lò vi sóng khô ráo trước khi đặt thức ăn vào lò. Nước ẩm đọng lại chuyển thành hơi nước có thể làm sai lệch cảm biến.
4. Phải luôn đậy hờ thức ăn, nhưng phải bọc hoàn toàn bằng giấy bọc nhựa. (Không sử dụng bất kỳ nắp đóng kẹp nào.)
5. Không mở cửa trước khi thời gian bắt đầu xuất hiện trên màn hình hiển thị.
6. Tất cả thức ăn cần phải được đậy nắp tối thiểu từ 3 đến 5 phút.
7. Nếu khoang lò quá nóng, "HOt" sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị, sau đó không thể dùng chức năng này. Thao tác lại sau khi "HOt" biến mất. Nếu cần nấu nhanh, hãy tự mình chọn chế độ và thời gian nấu thích hợp theo cách thủ công.

Tiếng Việt

# Cài đặt Rã đông

Tính năng này giúp rã đông thịt lợn, thịt gia cầm và hải sản tự động bằng cách cài đặt trọng lượng thực phẩm. Khẩu phần/trọng lượng là 100 g đến 3000 g.

1. **Nhấn một lần.** (trọng lượng mặc định là 100 g)
2. **Chọn trọng lượng của thực phẩm bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.**
3. **Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.** Thời gian rã đông sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

| Đồ ăn | Trọng lượng tối đat |
|---|---|
| Thịt băm nhỏ, miếng gà, sườn | 3000 g |
| Thịt bò quay, thịt cừu, gà nguyên con | 3000 g |
| Cá nguyên con, sò, tôm, cá phi lê | 1000 g |

## Lưu ý

Bạn cũng có thể chọn trọng lượng bằng cách nhấn phím **Rã đông**.

## Mẹo cho Rã đông

Cần hết sức cẩn thận khi rã đông thịt có xương. Ví dụ, nếu thịt có xương có trọng lượng bằng với thịt không xương, lượng thịt có trong thịt có xương sẽ nhẹ hơn thịt không xương. Do đó, tốt nhất hãy trừ 500 g cho 2000 g thịt có xương để rã đông. Trừ 250 g khi rã đông thịt có xương có trọng lượng dưới 2000 g.

## Khi phát ra hai tiếng bíp

Lật thịt, gà, cá và sò. Tách riêng thịt đã được hầm, gà miếng và cuộn thịt. Bỏ riêng thịt ra khỏi bánh ham-bơ-gơ.

## Nguyên tắc rã đông

Để rã đông đều, hãy lật chuyển vị trí của thực phẩm trong hộp chứa khi đang rã đông.

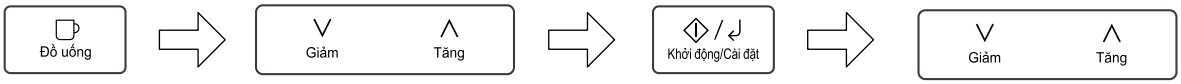
Bỏ bao bì của thịt sống và đặt thịt lên đĩa.

Bỏ bao bì của miếng phi lê cá và đặt lên đĩa.

Tiếng Việt

# Cách sử dụng chế độ hâm nóng đồ uống

Tính năng này cho phép bạn hâm nóng cà phê/sữa mà không cần cài đặt thời gian và vi sóng.

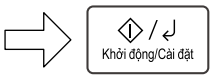



**1. Nhấn một lần để chọn tính năng Đồ uống.**

**2. Chọn mã số thực đơn ưa thích bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.** (xem bảng bên dưới)

**3. Nhấn một lần để xác nhận.**

**4. Chọn khẩu phần của thực phẩm bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/ Giảm.**




**5. Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
Thời gian hâm nóng sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

| Số thực đơn | Thực đơn | Phần ăn | | Đồ chứa khuyên dùng |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Cà phê | 1-1 (1 tách cà phê) | 1-2 (2 tách cà phê) | Cốc an toàn với lò vi sóng |
| 2 | Sữa | 2-1 (1 cốc sữa) | 2-2 (2 cốc sữa) | |

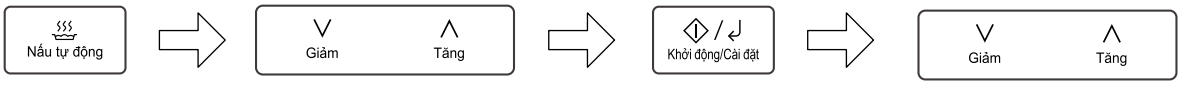
## Lưu ý

1. Bạn cũng có thể chọn Mã số Thực đơn bằng cách nhấn phím **Đồ uống**.
2. Sử dụng cốc an toàn với lò vi sóng. Cà phê/sữa nóng có thể trào ra nếu không lẫn với bọt khí. Không đun nóng cà phê/sữa trong lò vi sóng mà không khuấy trước và nửa chừng trong quá trình làm nóng.
3. Phải hết sức cẩn thận không làm cà phê/sữa quá nóng khi sử dụng tính năng **Đồ uống**. Tính năng này được lập trình để cho kết quả thích hợp khi đun nóng 1 tách hoặc 2 tách cà phê/sữa, bắt đầu từ nhiệt độ phòng đối với cà phê và nhiệt độ tủ lạnh đối với sữa. Quá nhiệt sẽ làm tăng nguy cơ bị bỏng hoặc trào chất lỏng.
4. 1 cốc sữa là 200 ml đến 250 ml và 1 cốc cà phê là 150 ml đến 200 ml.

# Để sử dụng Nấu tự động

## Để sử dụng Thực đơn nấu bằng cảm biến

Tính năng này cho phép bạn nấu thức ăn mà không cần chọn thời gian và mức công suất. Chỉ cần chọn mã số thực đơn mong muốn, và lò sẽ tự động nấu thức ăn của bạn.

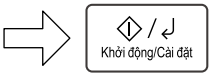



**1. Nhấn một lần để chọn tính năng Nấu tự động.**

**2. Chọn mã số thực đơn ưa thích bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.** (xem bảng bên dưới)

**3. Nhấn một lần để xác nhận.**

**4. Phím Chọn Tăng/Giảm (Tùy chọn*):**
Sở thích về độ chín của thức ăn thay đổi tùy theo từng cá nhân. Sau khi sử dụng chế độ Nấu cảm biến một vài lần, bạn có thể quyết định bạn muốn thức ăn của mình được nấu chín tới một mức khác. Bằng cách sử dụng phím **Chọn Tăng/Giảm**, có thể điều chỉnh các chương trình để nấu thức ăn trong thời gian dài hơn hoặc ngắn hơn. *Nếu hài lòng với kết quả hoạt động của chương trình Cảm biến, bạn không cần dùng phím này.




**5. Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
Sau khi Cảm biến thông minh phát hiện ra nhiệt lượng và độ ẩm, lò sẽ kêu bíp hai lần, thời gian còn lại sẽ xuất hiện trên Màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

### Lưu ý

1. Bạn cũng có thể chọn Mã số Thực đơn bằng cách nhấn phím **Nấu tự động**.
2. Nhiệt độ phòng xung quanh lò phải dưới 35°C.
3. Đảm bảo khay thủy tinh, bên ngoài hộp nấu ăn và bên trong lò vi sóng khô ráo trước khi đặt thức ăn vào lò. Nước ẩm đọng lại chuyển thành hơi nước có thể làm sai lệch cảm biến.
4. Phải luôn đậy hờ thức ăn, nhưng phải bọc hoàn toàn bằng giấy bọc nhựa. (Không sử dụng bất kỳ nắp đóng kẹp nào.)
5. KHÔNG mở cửa lò cho đến khi phát ra 2 tiếng bíp và thời gian nấu xuất hiện tại Màn hình hiển thị. Làm như vậy sẽ khiến việc nấu không chính xác vì hơi nước từ thức ăn không còn trong khoang lò. Khi thời gian nấu bắt đầu đếm ngược, có thể mở cửa lò để khuấy, xoay hoặc sắp xếp lại các loại thức ăn.
6. Tất cả thức ăn phải được đậy nắp tối thiểu từ 3 đến 5 phút.
7. Nếu khoang lò quá nóng, "HOt" sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị, sau đó không thể dùng chức năng này. Thao tác lại sau khi "HOt" biến mất. Nếu cần nấu nhanh, hãy tự mình chọn chế độ và thời gian nấu thích hợp theo cách thủ công.

| Số thực đơn | Danh mục thực đơn | Mức trọng lượng đề xuất |
|---|---|---|
| 3 | Rau | 125 g - 500 g |
| 4 | Rau củ | 125 g - 1,0 kg |
| 5 | Cá | 125 g - 500 g |
| 6 | Gà | 400 g - 1,0 kg |

Tiếng Việt

### 3. Rau

Phù hợp để nấu toàn bộ các loại rau lá, rau xanh và mềm, bao gồm bông cải xanh, bí nguyên quả, súp lơ, cải bắp, măng tây, đậu xanh, cần tây, bí xanh, rau bina, ớt hoặc hỗn hợp các loại này. Thái toàn bộ rau thành từng phần bằng nhau. Cho rau vào nồi có kích thước phù hợp và an toàn cho lò vi sóng. Thêm 1 muỗng canh đến ¼ chén nước nếu bạn thích món ăn nấu mềm hơn. Có thể cho thêm bơ, các loại thảo mộc, v.v trước khi làm nóng, không thêm muối cho tới lúc ăn. Đậy bằng nắp hoặc màng bọc nylon. Chọn chương trình sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.

### 4. Rau củ

Thích hợp để nấu các loại rau củ như khoai tây, khoai lang, bí ngô, củ hành tây, cải củ Thụy Điển, cà rốt, củ cải và củ cải đường. Tất cả các loại rau nên được cắt tỉa hoặc chế biến và cắt sẵn thành các miếng kích cỡ đều nhau. Cho rau vào nồi có kích thước phù hợp và an toàn cho lò vi sóng. Thêm 1 muỗng canh đến ¼ chén nước vào rau nếu bạn thích món ăn nấu mềm hơn. Đậy bằng nắp hoặc màng bọc nylon. Chọn chương trình sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Nếu muốn, có thể cho thêm bơ, các loại thảo mộc, v.v nhưng đừng thêm muối cho tới lúc chuẩn bị ăn. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục. Khi nấu xong, hãy khuấy đảo lượng rau củ nhiều hơn. Đậy nắp lại, hãy chờ trong 2 đến 3 phút.

### 5. Cá

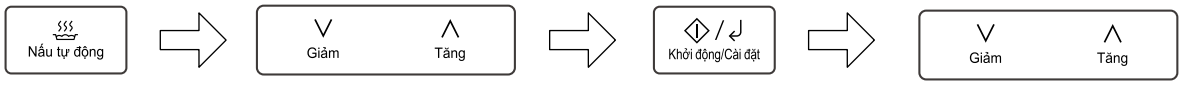
Phù hợp để nấu cá nguyên con và cá đã lọc xương. Cho cá đã chế biến vào đĩa dùng cho lò vi sóng. Thêm nước sốt và nước vào. Đậy lại với lớp ni lông. Chọn chương trình sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Nếu nấu lượng cá nhiều, hãy chờ khoảng 3 đến 5 phút trước khi ăn. (Có thể điều chỉnh lượng nước hoặc nước sốt tùy theo sở thích của cá nhân.)
**Lưu ý:** Độ dày của cá tối đa là 3 cm.

### 6. Gà

Phù hợp để nấu các miếng thịt gà, như cánh, đùi, bắp đùi, nửa ức, v.v. Thịt gà cần rã đông hoàn toàn trước khi nấu. Chọc lỗ các miếng thịt gà và ướp muối, cho thêm nước sốt hoặc rau nếu cần. Cho miếng thịt gà đã chế biến vào nồi hầm an toàn với lò vi sóng. Thêm dầu nếu bạn thích món ăn nấu mềm hơn. Đậy chặt đĩa bằng nắp hoặc giấy bọc nilon. Chọn chương trình sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.

## Để sử dụng Thực đơn nấu tự động

Tính năng này cho phép bạn nấu thức ăn mà không cần chọn thời gian và mức công suất. Chỉ cần chọn mã số thực đơn và trọng lượng/khẩu phần mong muốn, và lò sẽ tự động nấu thức ăn của bạn.

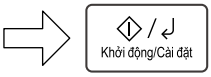



**1. Nhấn một lần để chọn tính năng Nấu tự động.**

**2. Chọn mã số thực đơn ưa thích bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.** (Xem biểu đồ trên trang tiếp theo)

**3. Nhấn một lần để xác nhận.**

**4. Chọn trọng lượng/khẩu phần của thực phẩm bằng cách nhấn phím Chọn Tăng/Giảm.**




**5. Nhấn phím Khởi động/Cài đặt.**
Thời gian nấu sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị và bắt đầu đếm ngược.

### Lưu ý

1 Bạn cũng có thể chọn Mã số Thực đơn bằng cách nhấn phím **Nấu tự động**.

2. Khi bạn chọn chương trình Nấu tự động, mã số thực đơn sẽ hiển thị trên màn hình.

3. Chỉ nấu thực phẩm trong phạm vi trọng lượng quy định.

4. Luôn cân trọng lượng thực phẩm hơn là chỉ dựa vào thông tin ghi trên bao bì đóng gói.

5. Nhờ có thời gian chờ sau khi vận hành Chương trình Nấu tự động, nên hầu hết thức ăn đều được truyền nhiệt vào giữa.

6. Để thay đổi tình trạng món ăn, kiểm tra món ăn đã được nấu chín hoàn toàn chưa và quạt nguội trước khi dùng.

| Số thực đơn | Thực đơn | Khẩu phần ăn/trọng lượng | | | | | | Đồ chứa khuyên dùng |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Bánh mì | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Đĩa an toàn với lò vi sóng |
| 8 | Bánh bao | 70 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Đĩa an toàn với lò vi sóng có màng bọc nylon |
| 9 | Xúc xích | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Đĩa an toàn với lò vi sóng |
| 10 | Rau củ đông lạnh | 120 g | 180 g | 250 g | 370 g | - | - | Nồi hầm có nắp đậy hoặc màng bọc nylon |
| 11 | Cơm trộn | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Nồi hầm có nắp |
| 12 | Cháo | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Nồi hầm có nắp |
| 13 | Mỳ ăn liền | 1 khẩu phần | 2 khẩu phần | - | - | - | - | Nồi hầm có nắp |
| 14 | Nấu chậm | 4-6 khẩu phần | 1-3 khẩu phần | - | - | - | - | Nồi hầm có nắp |
| 15 | Gà quay | 600 g | 900 g | 1200 g | 1500 g | - | - | Khoang chứa an toàn lò vi sóng với đĩa dựng đứng |

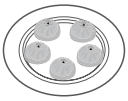
| Số thực đơn | Thực đơn | Khẩu phần ăn/trọng lượng | | | | | | Đồ chứa khuyên dùng |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 16 | Thịt bò/Thịt cừu quay | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Vỉ lò với đĩa bên dưới |
| 17 | Sườn BBQ | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Vỉ lò với đĩa bên dưới |
| 18 | Hâm nóng thức ăn chiên | 50 g | 150 g | 350 g | 500 g | - | - | Vỉ lò với đĩa bên dưới |
| 19 | Phô mai kem | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Đĩa/chén an toàn với lò vi sóng có màng bọc nylon |
| 20 | Sô cô la | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Đĩa an toàn với lò vi sóng |
| 21 | Bơ | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Đĩa an toàn với lò vi sóng và có màng bọc nylon |
| 22 | Kem | 300 g | 600 g | 900 g | 1200 g | - | - | - |

## 7. Bánh mì

Phù hợp để hâm nóng bánh mì ở nhiệt độ đóng băng (-18 °C). Đặt bánh mì lên một đĩa an toàn với lò vi sóng có kích cỡ phù hợp ở chính giữa khay thủy tinh. Nấu không cần đậy nắp. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong quá trình nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.
Lưu ý: 50 g = một lát bánh mì thông thường.

## 8. Bánh bao

Thích hợp cho việc hâm nóng các loại bánh bao như bánh bao nhân kem sữa đông lạnh, v.v. Đặt thức ăn lên đĩa an toàn với lò vi sóng xếp thành vòng tròn, rảy lên một ít nước. Dùng màng bọc thực phẩm bọc kín thức ăn, sau đó đặt thức ăn vào đĩa an toàn với lò vi sóng có kích cỡ phù hợp ở chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Xem hình minh họa bên dưới.



Lưu ý: 35-40 g = một miếng bánh bao thông thường.

## 9. Xúc xích

Thích hợp cho việc hâm nóng xúc xích đông lạnh, cho thức ăn vào một đĩa an toàn với lò vi sóng xếp thành vòng tròn, không có nắp đậy và đặt đĩa vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong quá trình nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục. Xem hình minh họa bên dưới.

Tiếng Việt

## 10. Rau củ đông lạnh

Phù hợp cho tất cả các loại rau củ đông lạnh, như đậu Hà Lan đông lạnh, bắp hoặc rau trộn. Cho rau đã sơ chế vào nồi hầm an toàn với lò vi sóng có kích thước phù hợp, thêm 1 muỗng canh nước cho mỗi 100g rau. Đậy bằng màng bọc nylon hoặc nắp. Không thêm muối/bơ cho đến sau khi nấu. (Không thích hợp với rau trộn bơ hoặc nước sốt.) Đặt nồi hầm vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục. Nêm muối và gia vị khác sau khi nấu chín (không dùng rau đã ướp muối hoặc bơ).

## 11. Cơm trộn

Phù hợp để nấu cơm bao gồm cơm gạo hạt ngắn, hạt dài, gạo hoa nhài và gạo basmati. Cho gạo vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng cho lò vi sóng. Thêm nước vào như gợi ý bên dưới. Để tối thiểu ½ thể tích nồi để tránh trào nước khi sôi. Đậy nắp vung chếch, đặt nồi hầm vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Để nắp đậy 5 phút sau khi nấu. Gạo sẽ bị trào nếu nồi quá nhỏ. Cài đặt này không phù hợp để nấu gạo lứt.

| Gạo | Lượng nước khuyến nghị | Lượng cơm trộn khuyến nghị |
|---|---|---|
| 100 g | 200 ml | 2,5 L |
| 200 g | 380 ml | 3 L |
| 300 g | 550 ml | 4 L |

## 12. Cháo

Phù hợp để nấu cháo. Cho gạo vào nồi có kích thước phù hợp an toàn với lò vi sóng. Thêm nước vào như gợi ý bên dưới. Để tối thiểu ½ thể tích nồi để tránh trào nước khi sôi. Đậy nắp vung chếch, đặt nồi hầm vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục. Để nắp đậy 5-10 phút sau khi nấu.

| Gạo | Lượng nước khuyến nghị | Đồ chứa khuyên dùng |
|---|---|---|
| 100 g | 750 ml | 3,25 L |
| 200 g | 1200 ml | 3,5 L |
| 300 g | 2100 ml | 5 L |

## 13. Mỳ ăn liền

Phù hợp để nấu mỳ ăn liền. Cho mỳ ăn liền và gia vị vào nồi có kích thước phù hợp và an toàn với lò vi sóng. Cho thêm nước sôi vào như gợi ý ở bên dưới. Để tối thiểu ½ thể tích nồi để tránh trào nước khi sôi. Đậy nắp lại, đặt nồi hầm vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục. Để 1-2 phút sau khi nấu.

| Phần ăn | Lượng nước sôi nên dùng | Đồ chứa khuyên dùng |
|---|---|---|
| 1 khẩu phần | 500 ml | 3 L |
| 2 khẩu phần | 800 ml | 4 L |

## 14. Nấu chậm

Phù hợp để nấu các loại súp truyền thống; súp thảo dược, súp tổ yến, v.v... đòi hỏi phải đun nhỏ lửa lâu hoặc “nấu chậm”. Phương pháp này đảm bảo thực phẩm mềm mà không bị biến dạng. Đồng thời cũng chiết xuất và giữ lại hương vị thơm ngon của món ăn. Cho toàn bộ nguyên liệu vào trong nồi sử dụng cho lò vi sóng. Thêm nguyên liệu vào như gợi ý bên dưới. Để tối thiểu ½ thể tích nồi để tránh trào nước khi sôi. Đậy nắp lại, đặt nồi hầm vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **KHUẤY SAU KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục, nêm muối sau khi nấu xong.

| Phần ăn | Thịt | Rau | Nước máy |
|---|---|---|---|
| 4-6 khẩu phần | 500 g | 400 g | 900 ml |
| 1-3 khẩu phần | 250 g | 200 g | 500 ml |

## 15. Gà quay

Phù hợp cho việc quay gà nguyên con. Chọc lỗ và ướp gà trước khi quay. Đặt gà đã chế biến lên hốc dựng đứng trên đĩa an toàn lò vi sóng sao cho ức gà hướng xuống. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong quá trình nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.

## 16. Thịt bò/Thịt cừu quay

Phù hợp để nấu bò và cừu. Có thể nấu thịt với nước sốt hoặc rau. Xếp thịt bò/cừu đã sơ chế lên vỉ lò, đặt khay hứng mỡ bên dưới. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong quá trình nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.
**Lưu ý:** Thịt phải được rã đông hoàn toàn. Độ dày của thịt không được quá 2 cm.

## 17. Sườn BBQ

Phù hợp để nấu các món thịt nguyên miếng. Thái thịt thành từng miếng mỏng. Chọc lỗ các miếng thịt và ướp muối, cho thêm nước sốt hoặc rau nếu cần. Xếp các miếng thịt đã sơ chế lên vỉ lò, đặt khay hứng mỡ bên dưới. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong khi nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.

## 18. Hâm nóng thức ăn chiên

Phù hợp để hâm nóng hầu hết các loại thức ăn chiên, như gà chiên, bánh gối kiểu Ấn, nem rán, v.v. Xếp thực phẩm chiên lên vỉ lò, đặt khay hứng mỡ bên dưới. Tất cả thực phẩm phải được nấu chín trước và ở nhiệt độ tủ lạnh khoảng + 5 °C. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Mở cửa lò để **ĐẢO KHI NGHE THẤY 2 TIẾNG BÍP** trong quá trình nấu, nhấn phím **Khởi động/Cài đặt** để tiếp tục.

## 19. Phô mai kem

Tháo lớp màng bọc, cắt phô mai thành khối vuông 3 cm, và đặt vào trong chén/đĩa an toàn với lò vi sóng. Dùng màng bọc thực phẩm bọc kín, đặt hộp đựng vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Nếu thức ăn cần thời gian nấu nhiều hơn hoặc trọng lượng vượt mức, hãy nấu bằng chế độ Rã đông để làm tan.

## 20. Sô cô la

Tháo lớp màng bọc, tách sô cô la thành từng miếng nhỏ và đặt vào trong đĩa an toàn với lò vi sóng. Để thức ăn không đậy nắp, và đặt đĩa vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Sau khi làm nóng, hãy khuấy cho đến khi tan hoàn toàn. Nếu thức ăn cần thời gian nấu nhiều hơn hoặc trọng lượng vượt mức, hãy nấu bằng chế độ Rã đông để làm tan.

Lưu ý: Sô cô la vẫn giữ được hình dạng của nó ngay cả khi được làm mềm.

## 21. Bơ

Tháo lớp màng bọc, cắt bơ thành khối vuông 3 cm, và đặt vào trong đĩa an toàn với lò vi sóng. Dùng màng bọc thực phẩm bọc kín, đặt vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Khuấy lên sau khi nấu. Nếu thức ăn cần thời gian nấu nhiều hơn hoặc trọng lượng vượt mức, hãy nấu bằng chế độ Rã đông để làm tan.

## 22. Kem

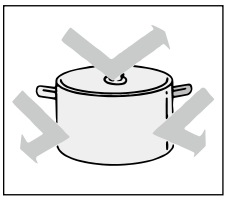
Hơi làm mềm khi không đậy nắp và đặt vào chính giữa khay thủy tinh. Chọn chương trình và trọng lượng, sau đó nhấn phím **Khởi động/Cài đặt**. Nếu thức ăn cần thời gian nấu nhiều hơn hoặc trọng lượng vượt mức, hãy nấu bằng chế độ Rã đông để làm tan.

# Vi sóng và Cách hoạt động

Vi sóng là một dạng sóng điện từ tần số cao (sóng xấp xỉ 12 cm) tương tự sóng của radio. Điện được chuyển đổi thành năng lượng vi sóng nhờ ống magnetron. Vi sóng di chuyển từ ống magnetron tới khoang lò và phản xạ, truyền hoặc hấp thụ ở đó.

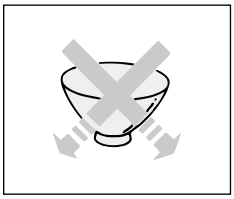
## Phản xạ

Nhờ kim loại, vi sóng phản xạ như một quả bóng bật lên tường. Sự kết hợp giữa phần tĩnh (thành bên trong) và phần kim loại quay (khay thủy tinh hoặc quạt bộ khuấy) giúp đảm bảo phân bổ đều vi sóng trong khoang lò để có thể nấu chín đều.



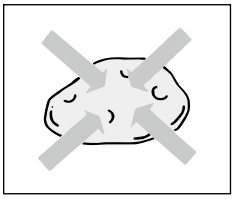
## Truyền dẫn

Vi sóng xuyên qua một số vật liệu như giấy, thủy tinh và nhựa giống như ánh nắng mặt trời chiếu qua cửa sổ. Bởi vì các chất này không hấp thụ hoặc phản xạ năng lượng vi sóng nên là vật liệu lý tưởng để làm hộp chứa khi nấu trong lò vi sóng.



## Hấp thụ

Vi sóng bị hấp thụ bởi thực phẩm. Vi sóng sẽ xuyên sâu vào khoảng 2-4 cm. Năng lượng vi sóng sẽ kích thích các phân tử trong thực phẩm (đặc biệt là phân tử nước, chất béo và đường), và khiến chúng bị rung rất nhanh.



Rung động gây ma sát và sản sinh ra nhiệt. Ở những thực phẩm lớn, nhiệt sản sinh ra do ma sát sẽ tác động vào trung tâm và làm chín thực phẩm.

# Đặc tính của thực phẩm

## ĐẶC TÍNH CỦA THỰC PHẨM

Các đặc tính của thực phẩm ảnh hưởng tới quá trình nấu ăn thông thường sẽ thể hiện rõ hơn khi làm nóng bằng vi sóng.

**Kích thước** — Các phần nhỏ sẽ nhanh chín hơn phần to.

**Hình dạng** — Thực phẩm có hình dạng giống nhau sẽ chín đều hơn. Để bù lại hình dáng không đều, đặt các lát mỏng về phía giữa đĩa và lát mỏng hơn về phía cạnh đĩa.

**Nhiệt độ bắt đầu** — Thực phẩm ở nhiệt độ phòng sẽ tốn ít thời gian làm nóng hơn so với thực phẩm đông lạnh.

**Xương và Chất béo** — Đều ảnh hưởng tới quá trình làm nóng. Xương có thể khiến lò làm nóng không đều. Lượng chất béo lớn hấp thụ năng lượng vi sóng và thịt ở cạnh đó có thể bị chín quá mức.

**Tỷ trọng** — Thực phẩm xốp, thoáng sẽ mất ít thời gian làm nóng hơn thực phẩm nặng và đặc.

Tiếng Việt

# Cách thức nấu

## Tính thời gian

Khoảng thời gian làm nóng được đưa ra trong mỗi công thức. Khoảng thời gian tùy theo sự khác biệt trong hình dạng thực phẩm, nhiệt độ khởi động và ưu tiên theo vùng miền. Luôn nấu thực phẩm trong thời gian nấu tối thiểu đưa ra cho mỗi công thức và kiểm tra mức độ chín. Nếu thực phẩm chưa chín, tiếp tục nấu. Dễ dàng thêm thời gian để nấu thực phẩm chưa chín. Khi đồ ăn bị nấu quá chín, không thể làm gì khác.

## Không gian

Các thực phẩm riêng lẻ như khoai tây nướng, bánh và món khai vị sẽ được làm nóng đều hơn nếu đặt đều trong lò. Nếu có thể, hãy xếp thực phẩm thành vòng tròn.

Tương tự như vậy, khi đặt thực phẩm trong đĩa nướng, hãy xếp xung quanh vành ngoài đĩa, không xếp thành hàng cạnh nhau. KHÔNG chồng thực phẩm lên nhau.

## Chọc lỗ

Lớp da hoặc màng trên một số thực phẩm sẽ tích tụ hơi nước khi nấu bằng lò vi sóng. Phải chọc lỗ, khía hoặc tước lớp da thực phẩm ra trước khi nấu giúp thoát hơi nước.

## Trứng:

Dùng tăm chọc lòng đỏ trứng hai lần và lòng trắng trứng vài lần.

## Nghêu và Trai:

Dùng tăm chọc vài lần.
**Khoai tây và Rau củ**: Dùng nĩa chọc.
**Xúc xích**: Khía xúc xích xông khói. Dùng nĩa chọc xúc xích tươi.

## Tạo màu nâu

Thực phẩm sẽ không có màu nâu như thực phẩm được nấu thông thường hoặc những thực phẩm được nấu chín bằng tính năng tạo màu nâu.
Thịt và gia cầm sẽ được phủ lớp sốt nâu, Sốt Worcestershire, nước sốt thịt nướng hoặc nước sốt rũ lên. Để sử dụng, kết hợp sốt nâu với bơ hoặc bơ thực vật tan; phết lên trên trước khi nấu.
Để làm bánh mì hoặc bánh muffin nhanh, có thể dùng đường nâu thay cho đường cát trong công thức, hoặc có thể rắc các gia vị sẫm màu lên mặt trước khi nướng.

## Bọc

Giống như cách nấu thông thường, hơi nước cũng sẽ bốc ra khi nấu bằng lò vi sóng. Bởi vì nấu bằng lò vi sóng thực hiện theo thời gian và không có nhiệt trực tiếp nên không dễ để kiểm soát tỉ lệ hơi nước. Tuy nhiên, có thể dễ dàng điều chỉnh bằng cách dùng nhiều loại vật liệu khác nhau để bọc thức ăn. Tuy nhiên, trừ khi có yêu cầu khác, có công thức sẽ không cần bọc thực phẩm khi làm nóng. Nắp nồi hoặc lớp màng bọc thực phẩm được dùng để bọc kín thực phẩm. Có thể duy trì mức độ ẩm khác nhau bằng giấy bọc hoặc khăn giấy.

## Khuấy

Thường phải khuấy khi nấu bằng lò vi sóng. Chúng tôi đã lưu ý khi nào cần khuấy, dùng từ một lần, hai lần, thường xuyên hoặc thỉnh thoảng để mô tả số lần cần khuấy. Luôn để cạnh ngoài đã chín vào giữa và phần giữa chưa chín ra phía ngoài.

## Lật và xếp lại

Một số loại thực phẩm không thể khuấy để phân bổ lại nhiệt. Đôi khi, năng lượng vi sóng sẽ tập trung ở một vùng thực phẩm. Để giúp nấu đều, cần phải lật hoặc xếp lại một số loại thực phẩm. Lật thực phẩm lớn như gà quay hoặc gà tây. Thông thường, cần lật các thực phẩm này ở giữa chu trình hâm nóng.

Xếp lại các phần nhỏ như miếng thịt gà, tôm hoặc bánh hamburger. Xếp lại các miếng từ cạnh vào giữa và các miếng từ giữa ra cạnh đĩa.

## Thời gian chờ

Do đặc tính dẫn nhiệt, hầu hết thực phẩm sẽ tiếp tục nấu sau khi lò vi sóng đã tắt. Khi nấu thịt, nhiệt độ bên trong sẽ tăng 5°C nếu để chờ, bọc lại trong 10-20 phút.
Thịt hầm và rau củ cần ít thời gian chờ hơn, nhưng cần phải có khoảng thời gian chờ này để thực phẩm có thể nấu chín hoàn toàn mà không bị cháy cạnh.

## Nếm thử

Có thể nếm thử xem thức ăn nấu bằng lò vi sóng chín chưa như khi nấu bình thường.

Bánh chín khi cắm đũa vào không dính và bánh tràn ra ngoài mép chảo.

Gà chín khi nước có màu vàng tươi và có thể xé đùi dễ dàng.

Thịt chín khi chọc nĩa thấy mềm hoặc xé ra thành thớ được.

Cá chín khi thịt chuyển sang màu đục.

## Chuyển đổi các công thức yêu thích

Chọn công thức có thể dễ dàng chuyển đổi sang nấu trong lò vi sóng như thịt hầm, món hầm, gà nướng, món cá và rau củ. Thành phẩm từ các món như trứng rán phồng (souffle) hoặc bánh hai lớp có thể sẽ không được như mong đợi. Không rán ngập dầu mỡ trong lò vi sóng. Một nguyên tắc cơ bản khi chuyển đổi công thức truyền thống sang công thức nấu cho lò vi sóng đó là giảm thời gian nấu đi 1/4. Đồng thời, tìm công thức cho lò vi sóng tương tự và điều chỉnh thời gian cũng như cài đặt công suất phù hợp. Nêm thảo mộc và gia vị (nửa phần muối) vào thịt trước khi nấu; phần muối còn lại cho vào sau khi nấu xong.

Món hầm không có màu nâu trước khi nấu. Loại bỏ dầu hoặc chất béo dùng để tạo màu nâu. Thái thịt hầm thành các miếng mỏng 2,5 cm. Thái cà rốt, khoai tây và các loại rau củ cứng thành miếng nhỏ. Thái cà rốt thành từng lát và thái hạt lựu khoai tây.

Đậy nắp thủy tinh và nấu ở 1000 W, cho chất lỏng vào luộc và nấu ở 100 W cho tới khi chín mềm. Thỉnh thoảng khuấy. Lưu ý: Đặt 1 chiếc đĩa nhỏ lên trên thịt và rau củ sẽ khiến cho thịt không bị chín quá.

Thịt hầm vi sóng rất ngon. Thái thực phẩm thành các miếng bằng nhau. Súp đặc sẽ giúp cho các món hầm ngon hơn.
Chọn đĩa to để có thể khuấy dễ dàng. Đậy nắp thủy tinh hoặc màng bọc thực phẩm khi nấu giúp giảm bớt thời gian nấu. Thỉnh thoảng khuấy trong quá trình nấu. Rắc vụn bánh lên bề mặt trước thời gian chờ.

## Hâm nóng thực phẩm đông lạnh

Hầu hết thực phẩm đông lạnh có chỉ dẫn hâm nóng bằng vi sóng ở mặt sau bao bì. Tham khảo những chỉ dẫn này để biết mức công suất, thời gian hâm nóng và hướng dẫn chung.

## Hướng dẫn chung khi hâm nóng thực phẩm đông lạnh tiện lợi

Dùng nĩa hoặc dao chọc lỗ rau đóng gói hoặc món khai vị. Đặt cả gói vào đĩa trước khi hâm nóng.

Đối với thực phẩm đông lạnh trong **hộp chứa kim loại sâu hơn 2 cm** như món mì lasagna hoặc khoai tây nhồi nướng, phải bỏ ra ngoài và đặt vào hộp khác có kích thước phù hợp và an toàn với lò vi sóng. Đậy bằng nắp hoặc màng bọc nylon dùng trong lò vi sóng khi hâm nóng.
**LƯU Ý**: Nếu khó lấy thực phẩm ra khỏi hộp, ngâm đáy hộp vào nước nóng.

**Để hâm nóng thức ăn đông lạnh trong hộp nhôm lá**, lấy thực phẩm ra khỏi hộp, bỏ nắp ra nếu có. Một số thực phẩm như bánh mì, khoai tây chiên hoặc bánh ngọt tráng miệng như bánh brownies không nên nấu bằng lò vi sóng. Lấy những loại thực phẩm này ra khỏi khay. Ngoại trừ món tráng miệng, dùng màng bọc nylon bọc khay lại. Hâm nóng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất. Đặt khay nhôm lá vào giữa lò. Không để khay nhôm lá chạm thành lò hoặc chạm vào kim loại khác. Để khoảng cách giữa khay nhôm lá và thành lò tối thiểu 2-3 cm. Chỉ hâm nóng 1 khay trong lò một lúc.

## RÃ ĐÔNG

### Chuẩn bị thực phẩm để làm đông

Chất lượng của thực phẩm chế biến phụ thuộc vào chất lượng ban đầu trước khi làm đông, bảo quản thực phẩm khi làm đông, và kỹ thuật, thời gian rã đông. Chọn thực phẩm tươi ngon và làm đông ngay khi mua về càng sớm càng tốt.
Túi và màng bọc nylon loại bền chắc, giấy bọc đông lạnh phù hợp để sử dụng trong tủ đông. Thịt để trong bao bì đóng gói từ cửa hàng cũng có thể đông trong thời gian ngắn.
Lưu ý: Nếu dùng nhôm lá để bọc, phải bỏ toàn bộ lá nhôm ra trước khi rã đông để tránh hiện tượng hồ quang.

Khi BỌC THỰC PHẨM ĐỂ LÀM ĐÔNG, xếp thịt, gia cầm, cá và hải sản thành các lớp mỏng như nhau. Gói thịt băm nhỏ thành hình chữ nhật, hình vuông hoặc hình tròn dày khoảng 2,5-5 cm.

Loại bỏ gia vị trong gà tươi nguyên con. (Nếu muốn có thể làm đông gia vị riêng) Rửa và để gia cầm ráo nước. Dùng dây buộc chân và cánh.

Loại bỏ không khí trước khi dán túi nhựa. Dán NHÃN gói với loại và miếng thịt, ngày và trọng lượng.

LÀM ĐÔNG thực phẩm trong tủ lạnh ở nhiệt độ - 18 °C hoặc thấp hơn. Thời gian rã đông nêu trong bảng ở trang 33 áp dụng cho thực phẩm đông hoàn toàn. (Nghĩa là thực phẩm phải được đông lạnh ít nhất 24 giờ trước khi rã đông)

## RÃ ĐÔNG

Để sử dụng chức năng này, chọn 300 W và lập trình thời gian rã đông. Thực hiện theo thời gian và hướng dẫn rã đông trong phần này và trang 33.

### Cách thức rã đông

1) Thực phẩm nên được làm đông trong môi trường ẩm và gói bằng vật liệu kín hơi. Nên làm đông những phần nhỏ như sườn, bánh hamburger, cá lọc xương, miếng thịt gia cầm, v.v thành 1 hoặc 2 lớp.

2) Tháo lớp bọc ban đầu ra. Cho thịt lên vỉ quay vi sóng đặt trong đĩa. Đặt mức 300 W và làm nóng trong thời gian được khuyến cáo trong bảng ở trang 33.
3) Lật thịt hoặc thịt gia cầm hai hoặc ba lần trong khi rã đông. Bọc các cạnh và các miếng thịt nướng có kích thước không đều nhau khi được nửa chu trình rã đông.
4) Giữa chu trình rã đông, hãy tách gỡ thịt bò, tôm, sò điệp hoặc thịt cua. Tách sườn hoặc miếng thịt gia cầm và bỏ thịt rã đông ra.

5) Gà quay hoặc gà nguyên con to có thể vẫn còn đóng đông ở giữa. Chờ.

Tiếng Việt

# Bảng rã đông

Thời gian nêu dưới đây chỉ mang tính tham khảo. Luôn kiểm tra tiến trình nấu thực phẩm bằng cách mở cửa lò và sau đó khởi động lại. Đối với lượng thực phẩm lớn, hãy điều chỉnh thời gian phù hợp. Không nên bọc thực phẩm khi rã đông.

| Đồ ăn | Trọng lượng/Số lượng | Thời gian & Chế độ | Cách làm |
|---|---|---|---|
| Thịt bò/Thịt cừu/Tảng thịt (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 phút | chờ 30 phút |
| Bít tết (1) (3) | 2 chiếc 250 g | 300 W 3-4 phút | chờ 3 phút |
| Thịt bò băm nhỏ (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-7 phút | chờ 5 phút |
| Hầm bít tết (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 phút | chờ 10 phút |
| Gà nguyên con (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-7 phút | chờ 10 phút |
| Đùi gà (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 phút | chờ 5 phút |
| Cá nguyên con (1) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 6-8 phút | chờ 5 phút |
| Cá lọc xương (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 5-6 mins | chờ 5 phút |
| Tôm (2) (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 4-6 phút | chờ 5 phút |
| Hoa quả mềm (1) | 250 g | 300 W 2-3 phút | chờ 2 phút |
| Bơ thực vật (3) | 250 g | 300 W 1-2 phút | chờ 2 phút |
| Phô mai (3) | 450 g (1 lb) | 300 W 2-4 phút | chờ 2 phút |
| Thức ăn đĩa tự làm tại nhà khẩu phần người lớn (2) | 350 g | 300 W 5-6 phút | chờ 3-5 phút |
| Hoa quả đã nấu (2) | 540 g | 300 W 4-5 phút | chờ 3-5 phút |
| Thịt đã nấu (2) | 520 g | 300 W 6-8 phút | chờ 3-5 phút |
| Bánh quiche (3) | 1 chiếc 65 g | 300 W 1-2 phút | chờ 2 phút |
| Thịt hầm (1) | 750 g | 1000 W 6-7 phút | chờ 3-5 phút |
| Bánh mì ổ (1) | 1 chiếc 85 g | 1000 W 20-30 giây | chờ 5 phút |
| Bánh mì hoa cúc (1) (3) (4) | 1 chiếc 400 g | Nấu kết hợp 2; 3 phút 30 giây | chờ 5 phút |
| Bánh sừng bò (1) (4) | 2 chiếc 100 g | Nấu kết hợp 2; 1 phút-1 phút 30 giây | Thêm 1 phút nướng 3 để giúp bánh giòn hơn |
| Bánh ngàn lớp (1) (3) | 1 cuộn 375 g | 300 W 2 phút-2 phút 30 giây | Thời gian chờ 20 phút trong tủ lạnh |
| Bánh pastry shortcrust (1) (3) | 1 cuộn 500 g | 300 W 4-5 phút | Thời gian chờ 20 phút trong tủ lạnh |
| Đế pizza (1) (3) | 1 khối 240 g | 300 W 2 phút-2 phút 30 giây | chờ 10 phút |
| Bánh doughnut (1) (4) | 2 chiếc 100 g | Nấu kết hợp 2; 1 phút-1 phút 30 giây | Thời gian chờ 3 phút trong lò |
| Bánh quế (1) (4) | 2 chiếc 40 g | Nấu kết hợp 2; 1 phút-1 phút 30 giây | Thêm 1 phút nướng 3 để giúp bánh giòn hơn |
| Bánh tarte hoa quả (3) | 470 g | 300 W 4-5 phút | chờ 5 phút |

(1) Lật hoặc khuấy khi được nửa thời gian.
(2) Để riêng và lật vài lần.
(3) Bỏ bao bì và đặt lên đĩa chịu nhiệt.
(4) Đặt lên vỉ lò, nếu cần đặt lên đĩa chịu nhiệt.

# Bảng hâm nóng

Thời gian đưa ra trong bảng dưới chỉ mang tính tham khảo và có thể thay đổi tùy thuộc vào nhiệt độ bắt đầu, số lượng và kích thước của món ăn.

| Đồ ăn | Trọng lượng/Số lượng | Thời gian & Chế độ | Cách làm |
|---|---|---|---|
| **Đồ uống-Cà phê-Sữa** | | | |
| Cà phê | 1 cốc 235 ml | 1000 W 1 phút 30 giây | Khuấy trước và sau khi hâm nóng. |
| Cà phê | 2 cốc 470 ml | 1000 W 2 phút 30 giây-3 phút | |
| Sữa | 1 cốc 235 ml | 1000 W 1 phút 20 giây-1 phút 30 giây | |
| **Bánh mì** | | | |
| Bánh sừng bò | 1 chiếc 50 g | 1000 W 10-20 giây hoặc Nướng 3; 3 phút -3 phút 30 giây | Đặt vào đĩa dùng cho lò vi sóng trên khay thủy tinh. Không bọc. Nếu dùng chế độ nướng, sử dụng vỉ lò hoặc đĩa chịu nhiệt. Lật khi được nửa thời gian. |
| | 2 chiếc 100 g | 1000 W 30-40 giây hoặc Nướng 3; 4 phút | |
| Bánh cuốn | 1 chiếc | 1000 W 10-20 giây hoặc Nướng 3; 3 phút -3 phút 30 giây | |
| | 4 chiếc | 1000 W 30-40 giây hoặc Nướng 3; 4-5 phút | |
| Bánh mì Naan | 225 g | 1000 W 30-40 giây | Không bọc. Lật khi được nửa thời gian. |
| Bánh mì Pitta | 2 chiếc | 1000 W 20-30 giây | |
| **Thức ăn đĩa- Tự làm tại nhà** | | | |
| Rau (nấu) | 300 g | 1000 W 2 phút-2 phút 30 giây | Bọc lại. Khuấy khi được nửa thời gian. |
| | 700 g | 1000 W 5 phút-5 phút 30 giây | |
| Khoai tây nghiền | 500 g | 1000 W 3-4 phút | |
| Cơm, quinoa, couscous | 300 g | 1000 W 2 phút-2 phút 20 giây | |
| Đồ ăn cho trẻ em | 120 g | 600 W 30-40 giây | |
| **Thực phẩm đóng hộp** | | | |
| Đậu nướng | 225 g | 1000 W 1 phút 30 giây-2 phút | Đặt vào bát dùng cho lò vi sóng trên khay thủy tinh. Bọc lại. Khuấy khi được nửa thời gian. |
| Mì spaghetti với nước sốt cà chua | 200 g | 1000 W 1 phút 30 giây | |
| Kem sốt cà chua | 400 g | 1000 W 2 phút 30 giây | |
| Súp gà | 425 g | 1000 W 3 phút 30 giây | |
| **Các sản phẩm pastry** | | | |
| Bánh quiche | 400 g | 1000 W 2-3 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 4-6 phút | Đặt vào đĩa dùng cho lò vi sóng trên khay thủy tinh. Không bọc. Nếu dùng chế độ nấu kết hợp, sử dụng đĩa chịu nhiệt. |
| Samosas/nem | 4 chiếc 240 g | 1000 W 1-1 phút 30 giây hoặc Nấu kết hợp 2; 5-6 phút | |
| **Thực phẩm tiện lợi** | | | |
| Bánh cottage pie (ướp lạnh) | 450 g | 1000 W 5-6 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 12-15 phút | Đặt vào đĩa dùng cho lò vi sóng trên khay thủy tinh. Không bọc. Nếu dùng chế độ nấu kết hợp, sử dụng đĩa chịu nhiệt. |
| Món lasagne (ướp lạnh) | 400 g | 1000 W 7-8 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 10-12 phút | |
| Bánh Shepherd's pie (Đông lạnh) | 450 g | 1000 W 3-4 phút sau đó Nấu kết hợp 2; 22-25 phút | |

# Bảng nấu ăn

| Đồ ăn | Trọng lượng/Số lượng | Thời gian & Chế độ | Cách làm |
|---|---|---|---|
| **Nên ngâm trước đậu & đậu Hà Lan (ngoại trừ đậu lăng)** | | | |
| Đậu xanh | 225 g | 1000 W 8 phút sau đó 440 W 35-40 phút | Cho 600 ml (1 pt) nước sôi vào một bát lớn. Bọc lại. Khuấy khi được nửa thời gian. |
| Đậu lăng | 225 g | 440 W 15-20 phút | |
| Đậu đỏ | 225 g | 1000 W 15 phút sau đó 440 W 35-40 phút | |
| **Rau củ tươi, thái lát, bổ ra thành miếng có kích thước bằng nhau. Đặt vào đĩa an toàn với lò vi sóng.** | | | |
| Măng tây | 200 g | 1000 W 4-5 phút | Thêm 30 ml (2 thìa cà phê) nước, bọc lại. Khuấy khi được nửa thời gian. |
| Súp lơ | 250 g | 1000 W 3-4 phút | |
| Khoai tây | 250 g | 1000 W 4-5 phút | |
| **Thịt cừu/Thịt bò sống-Chú ý: Mỡ nóng! Cẩn thận khi bỏ đĩa ra.** | | | |
| Sườn | 450 g (1 lb) | Nấu kết hợp 2: 10 phút | Đặt lên vỉ lò với đĩa chịu nhiệt bên dưới. Đảo giữa chừng. |
| Súc thịt | 450 g (1 lb) | 600 W 10-13 phút sau đó Nấu kết hợp 3; 6-10 phút | Đặt lên đĩa nông của đĩa sử dụng cho lò vi sóng hoặc vỉ trên khay thủy tinh. Bọc lại và lật súc thịt khi được nửa thời gian. Bỏ mỡ ra khi nấu. Không bọc khi dùng chế độ Nấu kết hợp. |
| **Mì ống- Đặt trong bát sử dụng cho lò vi sóng dung tích 3 lít (6 pint)** | | | |
| Mì ống | 450 g | 1000 W 13-15 phút | Dùng 1 lít (1¾ pint) nước sôi. Bọc lại. Khuấy khi được nửa thời gian. |
| Mì spaghetti, Tagliatellie | 225 g | 1000 W 11-12 phút | |
| **Pizza - Tươi ướp lạnh - Lưu ý: Tháo bỏ tất cả bao bì. Để pizza sẽ mềm hơn.** | | | |
| Mỏng & Giòn | 300 g | 1000 W 2-3 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 10-12 phút | Đặt vào đĩa chịu nhiệt trên khay thủy tinh. Không bọc. Nếu dùng chế độ nấu kết hợp, hãy sử dụng vỉ lò. |
| Chảo sâu | 400 g | 1000 W 4-6 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 10-12 phút | |
| **Một phần các sản phẩm khoai tây đã nấu-đông lạnh** | | | |
| Khoai tây croquettes | 300 g | Nấu kết hợp 2; 12-13 phút | Đặt lên vỉ lò trên khay thủy tinh. Đảo giữa chừng. |
| Bánh quế | 2 chiếc 120 g | Nướng 3; 14 phút | |
| **Xúc xích - từ nguyên liệu sống-Lưu ý: Mỡ nóng! Cẩn thận khi bỏ đĩa ra.** | | | |
| Dày | 4 chiếc 240 g | 1000 W 2-3 phút hoặc Nấu kết hợp 2; 8-10 phút | Đặt vào đĩa dùng cho lò vi sóng trên khay thủy tinh. Bọc lại. Nếu dùng chế độ nấu kết hợp/nướng, hãy sử dụng vỉ lò. Không bọc. Đảo giữa chừng. |
| Mỏng | 4 chiếc 120 g | 1000 W 1 phút 30 giây-2 phút 30 giây hoặc Nướng 3; 7-8 phút | |

## Lưu ý

Luôn kiểm tra xem thực phẩm có nóng sau khi hâm nóng trong lò vi sóng không. Nếu không chắc chắn, hãy cho lại vào lò. Thực phẩm sẽ vẫn cần thời gian chờ, đặc biệt nếu không được khuấy. Thực phẩm càng chặt, thời gian chờ càng lâu.

# Trước khi yêu cầu bảo hành

| TẤT CẢ NHỮNG HIỆN TƯỢNG SAU ĐÂY ĐỀU LÀ BÌNH THƯỜNG: | |
|---|---|
| Lò vi sóng có thể gây nhiễu TV. | Một số radio, TV, Wi-Fi, điện thoại không dây, thiết bị theo dõi em bé, Bluetooth hoặc các thiết bị không dây khác có thể bị nhiễu khi vận hành lò vi sóng. Hiện tượng nhiễu này tương tự như can nhiễu do các vật dụng nhỏ gây ra như máy xay, máy hút bụi, máy sấy tóc, v.v. Đây không phải là sự cố với lò của bạn. |
| Hơi nước sẽ tích tụ trong khoang lò và trên cửa lò, còn không khí nóng bay ra từ lỗ thông hơi. | Trong khi nấu, hơi nước và khí ấm tỏa ra từ thức ăn. Hầu hết hơi nước và không khí nóng được đưa ra ngoài qua các lỗ thông hơi của lò, nhưng một phần hơi nước sẽ ngưng tụ trên các bề mặt mát hơn như khoang lò và trên cửa lò. Đây là hiện tượng bình thường. Luôn lau khô sau khi đã để nguội. |
| Hơi nước đọng lại bên trong cửa lò. | Trong quá trình nấu nướng, một ít hơi nước sẽ ngưng tụ trên các bề mặt mát hơn, như mặt bên trong của cửa lò. Điều này bình thường và an toàn khi sử dụng sản phẩm. |
| Tôi vô tình khởi động lò vi sóng mà không có thức ăn trong đó. | Vận hành lò trống trong một thời gian ngắn sẽ không gây sự cố. Tuy nhiên, chúng tôi không khuyến khích điều này. |
| Xuất hiện tiếng ù nhẹ và tiếng lách cách từ lò vi sóng khi nấu bằng chế độ Nấu kết hợp. | Tiếng ồn xảy ra khi lò tự động chuyển sang chế độ Nướng. Điều này là bình thường. |
| Lò có mùi và nhả khói khi sử dụng chức năng Nấu kết hợp và Nướng. | Bạn cần lau lò vi sóng đặc biệt thường xuyên sau khi nấu bằng chức năng Nấu kết hợp và Nướng. Dầu mỡ và chất béo hình thành trên mặt lò và mặt bên của lò sẽ bắt đầu thành khói nếu không được làm sạch. |
| Khoang lò xuất hiện một ít khói khi vận hành lần đầu chế độ Nấu kết hợp và Nướng. | Do dầu dư thừa ở khoang lò và dầu chống han gỉ. |

# Trước khi yêu cầu bảo hành (tiếp)

| VẤN ĐỀ | CÁC NGUYÊN NHÂN CÓ THỂ | SỬA CHỮA |
|---|---|---|
| Lò không bật. | Lò chưa được cắm điện một cách chắc chắn. | Tháo phích cắm khỏi ổ cắm điện, chờ 10 giây rồi cắm lại vào. |
| | Bộ ngắt điện hay cầu chì bị ngắt hay nổ. | Hãy liên hệ với trung tâm dịch vụ ủy quyền. |
| | Vấn đề với ổ cắm điện. | Cắm thiết bị khác vào ổ cắm điện để kiểm tra xem ổ cắm có hoạt động không. |
| Lò không bắt đầu nấu nướng. | Cánh cửa không đóng hoàn toàn. | Đóng cửa lò chắc chắn. |
| | Không nhấn phím Khởi động/Cài đặt sau khi chọn chương trình. | Nhấn phím Khởi động/Cài đặt. |
| | Chương trình khác đã được nhập vào lò. | Nhấn phím Dừng/Cài đặt lại để hủy bỏ chương trình trước đó và chọn lại chương trình. |
| | Chương trình không được nhập đúng. | Cài đặt lại chương trình tuỳ theo Hướng Dẫn Sử Dụng. |
| | Phím Dừng/Cài đặt lại đã vô tình bị nhấn phải. | Cài đặt lại chương trình cho lò. |
| Khi đang bật lò, sẽ nghe thấy tiếng ồn phát ra từ Khay thủy tinh. | Vòng lăn và đáy lò bẩn. | Lau những bộ phận này theo phần bảo quản lò vi sóng (Xem trang tiếp theo). |
| "[ ]" xuất hiện trên cửa sổ hiển thị. | Khóa Trẻ Em đã được kích hoạt do nhấn phím Khởi động/Cài đặt 3 lần. | Hủy kích hoạt khóa bằng cách nhấn phím Dừng/Cài đặt lại 3 lần. |
| Chữ "H + số (ví dụ: H98)" sẽ xuất hiện trong Màn hình hiển thị. | Hiển thị cho biết đang có vấn đề với hệ thống phát ra vi sóng. | Hãy liên hệ với trung tâm dịch vụ được chỉ định. |
| "HOt" xuất hiện trên cửa sổ hiển thị. | Khoang lò quá nóng. | Vận hành lại sau khi khoang lò nguội. Nếu cần nấu nhanh, hãy tự mình chọn chế độ và thời gian nấu thích hợp theo cách thủ công. |

Nếu vấn đề là do lò, liên hệ trung tâm dịch vụ được ủy quyền.

Tiếng Việt

# Bảo quản lò vi sóng

1. Tắt lò và rút phích cắm điện khỏi ổ cắm trên tường trước khi làm sạch.
2. Giữ sạch khoang lò. Khi có tiếng lộp bộp của thức ăn hay chất lỏng tràn ra dính vào bên cạnh lò, lau sạch với khăn ướt. Có thể sử dụng chất tẩy rửa nhẹ nếu lò quá bẩn. Xà phòng thô hay chất mài mòn không được khuyên dùng.
3. Nên làm sạch bề mặt bên ngoài lò bằng khăn ẩm. Để tránh làm hư hỏng các bộ phận vận hành trong lò vi sóng, không để nước thấm vào lỗ thông gió.
4. Không để Bảng điều khiển bị ướt. Làm sạch bằng khăn ướt mềm. Không sử dụng chất tẩy rửa, chất mài mòn hay chai chất tẩy dạng phun vào Bảng Điều khiển. Khi làm sạch Bảng điều khiển, nên mở cửa lò để tránh lò tự bật. Sau khi làm sạch nhấn phím **Dừng/Cài đặt lại** để xóa màn hình hiển thị.
5. Nếu hơi nước đọng bên trong hoặc quanh bên ngoài cửa lò, lau sạch bằng khăn mềm. Điều này có thể xảy ra khi lò vi sóng hoạt động dưới điều kiện độ ẩm cao và không phải là lỗi trục trặc của thiết bị.
6. Thỉnh thoảng tháo khay thủy tinh để làm sạch. Rửa khay bằng nước xà phòng ấm hoặc nước rửa chén.
7. Thường xuyên vệ sinh vòng lăn và sàn khoang lò để tránh tiếng ồn quá mức. Lau chùi mặt đáy lò bằng chất tẩy rửa nhẹ, nước hoặc nước lau cửa và sau đó lau khô.
   Có thể rửa vòng lăn bằng nước xà phòng nhẹ hoặc nước rửa chén. Hơi nước đọng lại khi sử dụng nhiều lần không làm ảnh hưởng tới bề mặt đáy hoặc bánh vòng lăn. Khi tháo vòng lăn ra khỏi khoang lò, đảm bảo sau đó đặt lại đúng vị trí.
8. Khi sử dụng chế độ NƯỚNG hoặc NẤU KẾT HỢP, một số thực phẩm có thể bắn mỡ lên thành lò. Nếu lò không sạch, thỉnh thoảng lò có thể "bốc khói" trong quá trình sử dụng. Những vết này sẽ rất khó để lau rửa.
9. Sau khi NƯỚNG hoặc NẤU KẾT HỢP, trần và tường của lò vi sóng cần phải được vệ sinh bằng vải mềm đã vắt kiệt nước xà phòng. Đặc biệt chú ý tới việc vệ sinh bộ phận cửa sổ, nhất là sau khi vận hành chế độ NƯỚNG hoặc NẤU KẾT HỢP. Có thể dùng nước tẩy rửa dành do lò vi sóng xịt vào miếng vải mềm để tẩy các vết bẩn cứng đầu bên trong lò. Lau lên vết bẩn, để trong khoảng thời gian đề nghị và sau đó lau sạch. Tránh lau cửa lò và khu vực hướng tiếp vi sóng phía bên tay phải thành khoang lò.

   KHÔNG XỊT TRỰC TIẾP VÀO BÊN TRONG LÒ. Không được sử dụng thiết bị tẩy rửa bằng hơi nước để làm sạch lò.
10. Khi cần phải thay đèn lò vi sóng, hãy liên hệ đại lý ủy quyền.
11. Nên thường xuyên lau lò và lau sạch bất kỳ thực phẩm nào dính trên lò.

# Các Thông Số Kỹ Thuật

| Tên model: | | NN-GT65QB | NN-GT65QB | |
|---|---|---|---|---|
| Nguồn điện: | | 230 - 240 V~ 50 Hz | 220 V~ 50 Hz | |
| Quốc gia: | | Dành cho thị trường Malaysia | Dành cho thị trường Indonesia | Dành cho thị trường Việt Nam |
| Mức Tiêu Hao Điện: | Vi sóng | 5,3 A 1250 W | 5,7 A 1230 W | |
| | Nướng | 4,8 A 1140 W | 5,2 A 1140 W | |
| | Nấu kết Hợp | 5,8 A 1350 W | 6,2 A 1350 W | |
| Công suất nấu: | Vi sóng* | 1000 W | | |
| | Nướng | 1100 W | | |
| Kích thước bên ngoài (Rộng × Cao × Sâu) | | 525 mm × 310 mm × 401 mm | | |
| Kích Thước Bên Trong Lò (Rộng × Cao × Sâu): | | 359 mm × 247 mm × 362 mm | | |
| Dung tích Khoang Lò: | | 31 L | | |
| Đường kính khay thủy tinh: | | Ø340 mm | | |
| Tần Số Hoạt Động: | | 2450 MHz | | |
| Trọng lượng tịnh: | | Khoảng. 12,7 kg | | |

* Quy trình Kiểm tra IEC
Các tính năng kỹ thuật có thể thay đổi mà không báo trước.
Để biết thông tin về điện áp yêu cầu, số hiệu nhà sản xuất và số sê-ri, vui lòng xem trên thân của lò vi sóng.

# Daftar Isi

Panduan Cepat Pengoperasian ..... 2-4
PETUNJUK KESELAMATAN PENTING ..... 5-6
Pemasangan dan Petunjuk Umum ..... 7-8
Fitur Diagram ..... 9
Panel Kontrol ..... 10
Mode Memasak ..... 11
Bagan Peralatan dan Perlengkapan Memasak ..... 12
Pilihan Bip ..... 13
Pengaturan Kunci Keselamatan untuk Anak-anak ..... 13
Pengaturan Jam ..... 13
Pengaturan Daya Mikro ..... 14
Pengaturan Panggang ..... 15
Pengaturan Kombinasi ..... 16
Memasak Menggunakan Fitur Quick 30 ..... 17
Menggunakan Fitur Tambah Waktu ..... 17
Pengaturan Waktur (Waktur Dapur/Waktu Siaga/Mulai Tunda) ..... 18
Pengaturan 3 Tahap ..... 19
Untuk Menggunakan Memanaskan Dengan Sensor ..... 20
Pengaturan Pencairan Turbo ..... 21
Untuk menggunakan Tombol Minuman ..... 22
Untuk Menggunakan Menu Otomatis ..... 23-28
Gelombang Mikro dan Cara Bekerja ..... 29
Karakteristik Makanan ..... 29
Teknik Memasak ..... 30-32
Bagan Pencairan Beku ..... 33
Bagan Pemanasan Ulang ..... 34
Bagan Memasak ..... 35
Sebelum Meminta Perbaikan ..... 36-37
Merawat Tungku Anda ..... 38
Spesifikasi Teknis ..... 39

Indonesia

© Panasonic Corporation 2025

# Panduan Cepat Pengoperasian

Setelah terhubung ke daya, pesan “88 : 88” akan muncul di layar tampilan, dan Anda bisa mulai mengoperasikannya.

| Fitur | Cara Menggunakan |
|---|---|
| **Untuk Mengatur Bunyi Bip Pilih Hidup/Mati**<br>(☞ halaman 13) | Setelah terhubung ke daya:<br>Start/Set → ∨ ∧ → Stop/Cancel<br>Tekan sekali. Mode default adalah "Hidup" — Atur mode — Tekan sekali |
| **Untuk Mengatur/ Membatalkan Kunci Pengaman Anak**<br>(☞ halaman 13) | **Untuk mengatur** Tampilan<br>Start/Set → Tampilan<br>Tekan 3 kali<br>**Untuk membatalkan** Tampilan<br>Stop/Cancel → 11:00 atau :<br>Tekan 3 kali — Waktu hari atau titik dua muncul kembali di layar |
| **Untuk Mengatur Jam**<br>(☞ halaman 13) | Timer/Clock → 10 min / 1 min / 10 sec → Timer/Clock<br>Tekan dua kali — Atur waktu hari (12-jam) — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak/ Memanaskan/ Mencairkan Beku dengan Daya Mikro dan Pengaturan Waktu**<br>(☞ halaman 14) | Micro Power → ∨ ∧ → 10 min / 1 min / 10 sec → Start/Set<br>Tekan sekali — Pilih daya. — Atur waktu memasak. — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Tombol Panggang**<br>(☞ halaman 15) | Grill → ∨ ∧ → 10 min / 1 min / 10 sec → Start/Set<br>Tekan sekali — Pilih daya. — Atur waktu memasak. — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Tombol Kombinasi**<br>(☞ halaman 16) | Combination → ∨ ∧ → 10 min / 1 min / 10 sec → Start/Set<br>Tekan sekali — Pilih daya. — Atur waktu memasak. — Tekan sekali |
| **Untuk Memasak menggunakan Tombol Quick 30**<br>(☞ halaman 17) | Quick 30 → Start/Set<br>Tekan untuk mengatur waktu memasak yang diinginkan. — Tekan sekali |

Indonesia

| Fitur | Cara Menggunakan |
|---|---|
| **Untuk Menggunakan Fitur Tambahkan Waktu** (☞ halaman 17) | Begitu memasak manual berakhir, layar akan berkedip “0” ⇨ 10 min / 1 min / 10 sec ⇨ Start/Set<br>Tambahkan Waktu dengan menekan Tombol Waktu — Tekan sekali |
| **Untuk Menggunakan Tombol Memanaskan Dengan Sensor** (☞ halaman 20) | Sensor Reheat ⇨ Start/Set<br>Tekan sekali — Tekan sekali |
| **Untuk Menggunakan Tombol Pencairan Turbo** (☞ halaman 21) | Turbo Defrost ⇨ ∨ ∧ ⇨ Start/Set<br>Tekan sekali — Pilih berat. — Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Tombol Minuman** (☞ halaman 22) | Beverage ⇨ ∨ ∧ ⇨ Start/Set ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang diinginkan — Tekan sekali<br>∨ ∧ ⇨ Start/Set<br>Pilih Porsi — Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Tombol Menu Otomatis (No. 3-6 Memasak dengan Sensor)** (☞ halaman 23) | Auto Menu ⇨ ∨ ∧ ⇨ Start/Set ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang diinginkan — Tekan sekali<br>Start/Set<br>Tekan sekali |
| **Untuk menggunakan Tombol Menu Otomatis (No. 7-22 Memasak Otomatis)** (☞ halaman 25) | Auto Menu ⇨ ∨ ∧ ⇨ Start/Set ⇨<br>Tekan sekali — Pilih No. menu yang diinginkan — Tekan sekali<br>∨ ∧ ⇨ Start/Set<br>Pilih Porsi/berat — Tekan sekali |

Indonesia

| Fitur | Cara Menggunakan |
|---|---|
| **Untuk Menggunakan Sebagai Waktur Dapur**<br>(☞ halaman 18) | Timer/Clock → 10 min / 1 min / 10 sec → Start/Set<br>Tekan sekali — Atur waktu dapur. — Tekan sekali |
| **Untuk Mengatur Waktu Tunggu**<br>(☞ halaman 18) | **Atur program memasak yang diinginkan, hingga 2 tahap** (lihat halaman 19) → Timer/Clock → 10 min / 1 min / 10 sec → Start/Set<br>Tekan sekali — Atur waktu tunggu. — Tekan sekali |
| **Untuk Mengatur Mulai Tunda**<br>(☞ halaman 18) | Timer/Clock → 10 min / 1 min / 10 sec → **Atur program memasak yang diinginkan, hingga 2 tahap** (lihat halaman 19) → Start/Set<br>Tekan sekali — Atur waktu tunda — Tekan sekali |

Indonesia

# PETUNJUK KESELAMATAN PENTING

## BACA DENGAN TELITI DAN SIMPAN UNTUK REFERENSI DI MASA DATANG

### Tindakan Pencegahan yang harus dilakukan apabila menggunakan Tungku Gelombang Mikro untuk Memanaskan Masakan

#### Pemeriksaan Kerusakan:

Tungku gelombang mikro ini siap digunakan apabila telah diperiksa secara menyeluruh terhadap semua kondisi sebagai berikut:

1. Tempat pemanggang tidak rusak atau patah.
2. Pintunya tepat dan sesuai pada posisinya dan dalam kondisi baik ketika dibuka dan ditutup.
3. Engsel pintu dalam kondisi baik.
4. Pelat logam yang ada pada segel logam di pintu tidak bengkok atau cacat.
5. Segel pintu tidak tertutup oleh makanan maupun terdapat bekas terbakar yang cukup besar.

#### Perhatian:

Radiasi akan timbul dari penggunaan tungku gelombang mikro ini apabila anda tidak memperhatikan hal-hal di bawah ini:

1. Jangan merusak atau mematikan alat yang saling berhubungan pada pintu tungku.
2. Jangan memasukkan benda, khususnya benda yang terbuat dari bahan logam, melalui pemanggang atau di antara pintu dan tungku pada saat tungku ini beroperasi.
3. Jangan menyimpan panci bergagang, kaleng yang belum dibuka, atau benda lain berbahan logam berat di tungku.
4. Jangan biarkan benda logam lain, seperti kertas timah pembungkus makanan, menyentuh sisi tungku.
5. Keterangan untuk membersihkan segel pintu, rongga, dan komponen yang berdekatan. Bersihkan setiap rongga tungku, pintu, dan segel dengan air dan detergen lembut dalam jangka waktu tertentu. Jangan menggunakan pembersih abrasif yang dapat menggores atau menggosok permukaan di sekitar pintu.
6. Selalu gunakan tungku dengan baki atau peralatan masak yang direkomendasikan oleh pabrik.
7. Jangan mengoperasikan tungku dalam keadaan kosong (misalnya, bahan yang mudah menyerap seperti makanan dan air) di dalam rongga tungku kecuali jika disebutkan dalam buku petunjuk ini.
8. Untuk engsel pintu yang horizontal, jangan menggantungkan benda yang berat seperti wadah makanan pada pintu saat pintu tungku terbuka.
9. Jangan meletakkan wadah tertutup di dalam tungku gelombang mikro. Botol susu bayi dengan tutup ulir atau dot bayi dianggap wadah tertutup.
10. Alat ini tidak diperuntukkan bagi orang dengan cacat fisik, cacat sensor atau mental, kurang berpengalaman dan pengetahuan (termasuk anak-anak), kecuali mendapat pengawasan dan petunjuk tentang penggunaan alat oleh orang yang berpengalaman untuk keselamatan mereka.
11. Anak-anak harus selalu diawasi untuk memastikan mereka tidak memainkan alat ini.
12. Risiko bahaya bila melakukan perbaikan yang dilakukan selain oleh orang yang berpengalaman yang meliputi, melepaskan penutup pelindung dari pancaran energi gelombang mikro.
13. Permukaan bisa panas selama penggunaan.
14. Perangkat ini tidak boleh dipasang di belakang pintu dekoratif untuk menghindari panas berlebih.
15. Jangan gunakan pembersih abrasif yang keras atau pengikis logam tajam untuk membersihkan kaca pintu tungku, karena dapat menggores permukaan, yang dapat menyebabkan kaca pecah. Jangan gunakan pembersih uap.

### Petunjuk Pembumian

Tungku gelombang mikro ini harus dibumikan.
Jika terjadi arus pendek listrik, penghubungan ke tanah akan mengurangi risiko kejut listrik dengan melepaskan kabel untuk aliran listrik. Tungku gelombang mikro ini dilengkapi dengan senur suplai yang dibumikan. Senur suplai harus terpasang pada tusuk kontak yang telah terpasang dengan benar dan dihubungkan ke tanah.
PERHATIAN—Penggunaan dari tusuk kontak yang dibumikan yang tidak benar dapat menyebabkan kejut listrik.

### Pengoperasian Motor Kipas Setelah Memasak

Setelah tungku selesai digunakan, kipas mungkin masih berputar untuk mendinginkan komponen listrik. Hal ini sangat normal, dan Anda dapat mengeluarkan makanan dari tungku meskipun kipas masih berputar.

### Petunjuk Penting

PERINGATAN—Untuk mengurangi risiko terbakar, kejut listrik, kebakaran, cedera tubuh atau energi gelombang mikro yang berlebihan:

1. Baca seluruh isi petunjuk pada buku ini sebelum Anda menggunakan tungku gelombang mikro.
2. Beberapa produk, seperti telur dan wadah tertutup - (misalnya, tabung gelas tertutup dan botol susu bayi yang dan dot yang tertutup) dapat mengakibatkan ledakan dan sebaiknya tidak dipanaskan di tungku gelombang mikro.
3. Gunakan tungku gelombang mikro ini hanya sesuai dengan petunjuk yang ada dalam panduan ini.
4. Sama seperti peralatan lain, penggunaan tungku oleh anak-anak harus dalam pengawasan secara saksama.
5. Jangan mengoperasikan tungku gelombang mikro ini, apabila tidak berfungsi sebagaimana mestinya, atau apabila tungku rusak atau terjatuh.
6. Jangan menyimpan atau menggunakan alat ini di luar ruangan.
7. Jangan merendam senur suplai atau tusuk kontak ke dalam air.
8. Jauhkan senur suplai dari permukaan yang panas.
9. Jangan biarkan senur suplai menggantungkan melewati ujung meja atau konter dapur.

10. Untuk mengurangi risiko kebakaran pada rongga tungku:
    (a) Jangan memasak makanan hingga gosong. Selalu awasi tungku gelombang mikro apabila kertas, plastik atau peralatan yang mudah terbakar diletakkan di dalam tungku untuk memfasilitasi proses memasak.
    (b) Kantong gandum terapi pemanasan tidak dianjurkan. Saat memanaskan, jangan tinggalkan tanpa pengawasan dan ikuti instruksi pabrik dengan hati-hati.
    (c) Lepaskan pengikat kawat dari kantung sebelum memasang kantung di tungku.
    (d) Apabila bahan di dalam tungku menimbulkan nyala api, biarkan pintu tungku tertutup, matikan tungku dengan mencabut tusuk kontak, atau matikan daya pada sekring atau panel pemutus arus listrik.
    (e) Jangan pernah membiarkan gelombang mikro tanpa diawasi saat memasak atau memanaskan makanan.
11. Jangan melepas panel luar tungku.
12. Alat ini tidak ditujukan untuk dioperasikan menggunakan timer eksternal atau sistem kontrol jarak jauh terpisah.
13. Kegagalan menjaga tungku dalam keadaan bersih dapat menyebabkan kerusakan permukaan dan dapat memperpendek usia alat dan mungkin menimbulkan situasi yang membahayakan.
14. PERINGATAN: Pastikan rongga tidak berisi benda atau peralatan makan yang tidak sesuai untuk digunakan dengan tungku gelombang mikro sebelum Anda mengoperasikan alat tersebut.
15. PERINGATAN: Jangan gunakan rongga tersebut untuk menyimpan produk yang mudah terbakar, peralatan memasak, atau makanan dan sejenisnya saat tungku gelombang mikro tidak digunakan.
16. Peralatan tidak boleh dibersihkan dengan pembersih uap.
17. Peralatan harus dioperasikan dengan pintu dekoratif terbuka.

## Kotak Kontak

Tungku gelombang mikro Anda harus dioperasikan pada kotak kontak listrik yang terpisah dari alat lainnya. Tegangan yang digunakan harus sesuai dengan tegangan pada tungku gelombang mikro ini. Kesalahan penggunaan tegangan dapat menyebabkan sekring daya meledak, dan/atau mengakibatkan proses memasak menjadi lebih lama. Jangan memasukkan sekring dengan daya yang lebih tinggi dalam kotak kontak.

## Petunjuk Praktis:

1. Untuk penggunaan pertama PANGGANG dan KOMBINASI, jika timbul asap putih, hal ini adalah wajar bukan malafungsi.
2. Tungku memiliki dua pemanas pemanggang yang terletak di bagian atas tungku. Setelah menggunakan fungsi PANGGANG dan KOMBINASI, bagian langit-langit tungku akan menjadi sangat panas.
3. Selama penggunaan perangkat akan menjadi panas. Perhatian diperlukan agar tidak menyentuh elemen pemanas di dalam tungku. Jauhkan dari jangkauan anak-anak kecil di bawah usia 8 tahun. **PERINGATAN**: Bagian yang dapat diakses dapat menjadi panas saat digunakan. Jauhkan dari jangkauan anak kecil.
4. Sebelum menggunakan fungsi PANGGANG dan KOMBINASI untuk pertama kali, operasikan tungku tanpa makanan dan aksesori (termasuk baki kaca dan cincin pemutar) pada Pemanggang 3 kali selama 5 menit. Ini akan memungkinkan pembakaran minyak yang digunakan untuk perlindungan karat. Ini adalah masa tungku untuk dioperasikan dalam keadaan benar-benar kosong. Peringatan: Semua permukaan di bagian dalam tungku akan menjadi panas.
5. Permukaan tungku bagian luar, termasuk ventilasi udara pada kabinet dan pintu tungku akan menjadi panas selama KOMBINASI dan PANGGANG. Berhati-hatilah saat membuka atau menutup pintu dan saat memasukkan atau mengeluarkan makanan dan aksesori.

**Hati-hati! Permukaan panas**

# PERINGATAN

a) Segel pintu dan daerah segel pintu harus dibersihkan dengan kain basah. Alat harus selalu diperiksa apabila ada kerusakan pada segel pintu dan area sekitarnya dan apabila terdapat kerusakan di area ini, maka alat ini tidak boleh dioperasikan sampai diperbaiki oleh teknisi layanan yang telah dididik oleh pihak pabrik.
b) Jika pintu dan segel pintu rusak, tungku tidak boleh dioperasikan sampai diperbaiki oleh orang yang kompeten.
c) Akan berbahaya untuk setiap orang selain pihak yang kompeten untuk melakukan layanan atau pengoperasian perbaikan yang termasuk melepaskan penutup pelindung dari pancaran energi gelombang mikro.
d) Apabila kabel daya alat ini rusak, maka harus diganti oleh pabrik, agen servis, atau petugas yang berpengalaman untuk menghindari bahaya.
e) Sebelum penggunaan, pengguna harus memeriksa peralatan yang digunakan cocok untuk digunakan pada tungku gelombang mikro.
f) Jangan memanaskan cairan dan makanan lain dalam wadah yang tertutup karena dapat mengakibatkan ledakan, yang secara bersamaan juga akan menghindari percikan cairan yang mendidih.
g) Anak-anak dapat menggunakan tungku tanpa pengawasan jika petunjuk penggunaan yang mencukupi telah diberikan, agar anak-anak dapat menggunakan tungku secara aman dan memahami bahaya dari penggunaan yang salah.
h) Saat alat dioperasikan dalam mode panggang atau kombinasi, anak-anak dapat menggunakan tungku dengan pengawasan orang dewasa karena suhu panas yang dihasilkan.
i) Hati-hati agar baki kaca tidak bergeser saat mengeluarkan wadah dari alat.

# Pemasangan dan Petunjuk Umum

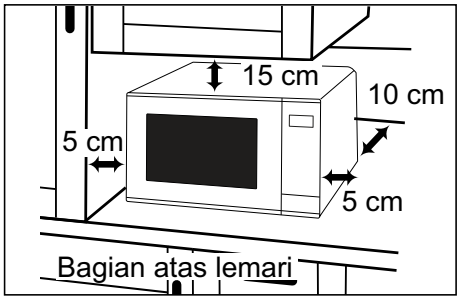
## Penggunaan Secara Umum

1. Untuk mendapatkan kualitas yang baik, jangan menggunakan tungku ini dalam keadaan kosong. Energi gelombang mikro akan terus menerus berada di dalam tungku jika tidak ada makanan atau air di dalam tungku untuk menyerap energi. Hal ini dapat menyebabkan kerusakan tungku gelombang mikro termasuk percikan bunga api di dalam rongga tungku.
2. Jika terlihat asap, matikan alat atau cabut kabel daya dan biarkan pintu tertutup untuk mencegah api menyebar.
3. Jika terlihat asap, tekan Tombol **Stop/Reset (Berhenti/Atur Ulang)** dan biarkan pintu tertutup untuk mencegah api menyebar. Cabut kabel daya atau matikan daya pada sekering atau panel pemutus aliran listrik.
4. Tungku gelombang mikro adalah ditujukan untuk memanaskan makanan dan minuman. Mengeringkan makanan atau pakaian dan memanaskan tatakan penghangat, sandal, busa, pakaian basah, dan sebagainya dapat mengakibatkan cedera, percikan api atau kebakaran.
5. Jangan menggunakan produk kertas daur ulang, karena dapat mengandung bahan yang tercemar yang dapat menimbulkan percikan api dan/atau api saat digunakan.
6. Jangan menggunakan koran atau kantung kertas untuk memasak.
7. Jangan memukul atau mengetuk panel kontrol. Akan terjadi kerusakan pada pengontrol.
8. POT HOLDER (Cempal) akan dibutuhkan karena panas dari makanan dapat tersalur ke wadah memasak, dan dari wadah ke baki kaca. Baki kaca akan menjadi panas saat anda mengambil wadah memasak dari dalam tungku.
9. Jangan meletakkan material yang mudah terbakar di sebelah, di atas, atau di dalam tungku. Karena dapat mengakibatkan kebakaran.
10. Jangan memasak makanan secara langsung pada baki kaca, kecuali disebutkan dalam resep. (Makanan harus ditempatkan pada peralatan masak yang sesuai).
11. JANGAN menggunakan tungku untuk memanaskan produk kimia atau bukan makanan. JANGAN membersihkan tungku ini dengan produk yang mengandung bahan kimia korosif. Memanaskan bahan kimia korosif dalam tungku akan mengakibatkan kebocoran radiasi gelombang mikro.
12. Jika baki kaca panas, dinginkan terlebih dahulu sebelum membersihkan atau merendam dalam air.
13. Saat menggunakan mode KOMBINASI, jangan meletakkan wadah aluminium atau logam secara langsung pada rak kawat. Selalu sisipkan piring atau pinggan kaca tahan panas di antara rak kawat dengan wadah aluminium. Hal ini dapat mencegah percikan api yang dapat merusak tungku.
14. Selama memasak, uap akan mengembun di dalam dan/atau pada pintu tungku. Hal ini adalah normal dan aman. Uap akan hilang setelah tungku dingin.
15. Jangan tinggalkan gelombang mikro tanpa pengawasan saat memanaskan ulang atau memasak makanan dalam wadah sekali pakai yang terbuat dari plastik, kertas, atau bahan mudah terbakar lainnya, karena wadah jenis ini dapat menyala jika terlalu panas.
16. Wadah berbahan logam untuk makanan dan minuman tidak boleh digunakan selama proses memasak dengan gelombang mikro.
17. Disarankan untuk tidak menggunakan Rak Kawat saat memasak dalam fungsi GELOMBANG MIKRO saja.
18. Hanya gunakan peralatan memasak yang sesuai untuk digunakan dengan tungku gelombang mikro.

## Penempatan Tungku

Tungku ini ditujukan untuk penggunaan di atas Konter saja. Tidak ditujukan untuk penggunaan terpasang atau di dalam lemari.

1. Tungku harus diletakkan pada permukaan datar dan stabil. Jangan diletakkan dalam lemari kabinet. Untuk pengoperasian yang benar, tungku ini harus memiliki sirkulasi udara yang baik. Buat jarak sekitar 15 cm dari atas tungku, 10 cm dari belakang dan 5 cm dari setiap sisinya. Apabila salah satu sisi berjarak terlalu dekat dengan dinding, sisi lainnya atau bagian atasnya tidak boleh terhalangi oleh dinding. Jangan melepas kaki-kaki tungku.




(a) Jangan menutupi ventilasi udara. Jika ventilasi terhalangi selama pengoperasian, maka tungku ini akan terlalu panas. Jika tungku terlalu panas, perangkat keselamatan panas akan mematikan tungku. Tungku tidak beroperasi sebelum menjadi dingin kembali.

(b) Jangan meletakkan tungku di dekat permukaan panas atau basah, seperti kompor gas, kisaran listrik, atau wastafel, dsb.

(c) Jangan mengoperasikan tungku saat kelembapan ruangan terlalu tinggi.

2. Tungku ini diproduksi untuk penggunaan rumah tangga saja.

Indonesia

## Makanan

1. Jangan menggunakan tungku ini untuk memanaskan makanan kaleng atau botol yang tertutup rapat. Tekanan pada botol akan sangat tinggi dan dapat mengakibatkan ledakan. Selain itu, tungku gelombang mikro ini tidak dapat mengatur suhu makanan kaleng yang benar. Memanaskan makanan kaleng yang tidak tepat dapat merusak makanan dan berbahaya untuk dikonsumsi.
2. Jangan menggoreng lemak dengan minyak yang banyak dalam tungku gelombang mikro.
3. Telur dalam cangkangnya dan telur rebus tidak boleh dipanaskan dengan tungku gelombang mikro karena dapat meledak, bahkan setelah pemanasan dengan gelombang mikro telah selesai.
4. Kentang, apel, kuning telur, labu, dan sosis adalah contoh makanan dengan kulit tanpa pori. Sebelum memasak bahan makanan tersebut pastikan untuk mengupasnya agar tidak retak.
5. Saat memanaskan cairan seperti sup, saus dan minuman di dalam tungku gelombang mikro, memanaskan cairan di atas titik didih dapat membuat cairan terlalu panas tanpa gejala berbuih. Hal ini dapat mengakibatkan cairan panas meluap keluar dari wadah. Untuk mencegah kemungkinan ini, ikuti langkah yang harus diambil.

   (a) Hindari penggunaan wadah dengan sisi lurus dengan leher menyempit.

   (b) Jangan memanaskan terlalu lama.

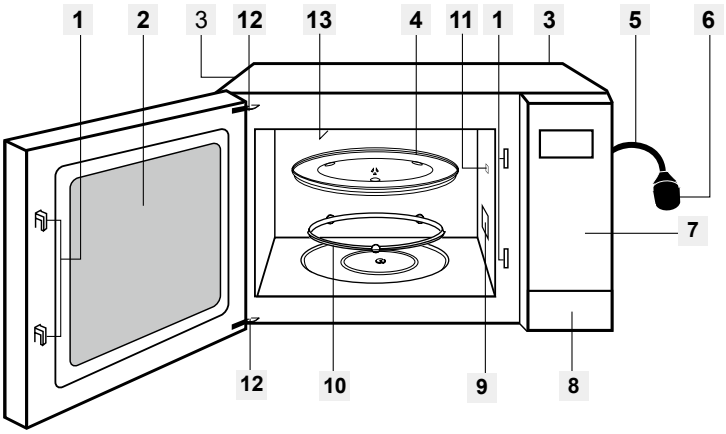
   (c) Aduk cairan sebelum memasukkan wadah ke tungku, ulangi lagi setelah pertengahan waktu memasak.

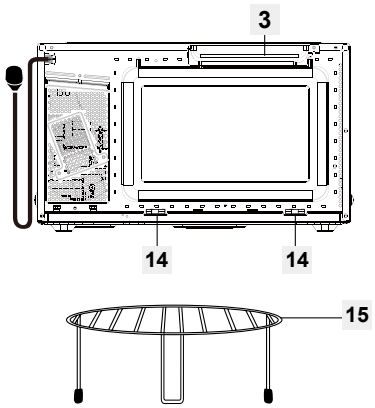
   (d) Setelah memanaskan, biarkan wadah berada di dalam tungku untuk beberapa saat, aduk sekali lagi dan angkat secara hati-hati.

   (e) Memanaskan minuman dengan gelombang mikro bisa menimbulkan ledakan panas, sehingga harus hati-hati dalam menangani wadah.

   (f) Sebagai aturan umum, selalu tutup makanan basah, seperti sup, kaserol, dan hidangan di piring.
6. **JANGAN MENGGUNAKAN TERMOMETER DAGING TRADISIONAL UNTUK TUNGKU GELOMBANG MIKRO. Untuk memeriksa suhu memasak daging dan ayan panggang, gunakan GELOMBANG MIKRO THERMOMETER.** Sebagai alternatif, termometer tradisional dapat digunakan setelah makanan dikeluarkan dari tungku. Apabila masih mentah, masukan kembali daging atau unggas ke dalam tungku selama beberapa menit sesuai dengan tingkat daya yang direkomendasikan. Sangat penting untuk memastikan bahwa daging atau unggas matang secara menyeluruh.
7. **WAKTU MEMASAK yang ada dalam buku memasak adalah PERKIRAAN.** Faktor-faktor yang memengaruhi waktu memasak adalah tingkat kelembapan yang diinginkan, suhu awal, ketinggian dataran, volume, ukuran, bentuk makanan, dan peralatan yang digunakan. Setelah Anda terbiasa dengan tungku ini, Anda dapat mengatur sendiri faktor-faktor tersebut di atas.
8. Lebih baik untuk **MEMASAK DALAM KEADAAN BELUM MATANG DARIPADA TERLALU MATANG.** Apabila masakan belum matang, tinggal masukan kembali ke dalam tungku. Jika makanan terlalu matang, tidak ada yang bisa Anda lakukan. Selalu mulai dengan waktu memasak minimum yang direkomendasikan.
9. Ekstra hati-hati sangat diperlukan saat memasak berondong jagung di tungku gelombang mikro. Memasak dengan waktu minimum sesuai yang direkomendasikan oleh pabrik. Gunakan petunjuk watt yang cocok untuk tungku gelombang mikro Anda. JANGAN pernah meninggalkan tungku tanpa pengawasan saat memasak berondong jagung.
10. Ketika memanaskan makanan yang berada dalam kantung plastik atau wadah kertas, selalu perhatikan tungku untuk menghindari kemungkinan adanya api.
11. Isi botol makanan bayi dan wadah makanan bayi harus diaduk atau dikocok terlebih dahulu dan periksa suhu makanan sebelum dikonsumsi, untuk menghindarkan panas yang berlebih.

# Fitur Diagram




**1 Sistem Kunci Pengaman Pintu**

**2 Jendela Tungku**

Jendela tungku dengan film penghalang uap (jangan dilepas)

**3 Ventilasi Udara Tungku**

**4 Baki Kaca**

a. **JANGAN** mengoperasikan tungku tanpa Cincin Roller dan Baki Kaca pada tempatnya.

b. Hanya gunakan Baki Kaca yang dirancang khusus untuk tungku ini. Jangan mengganti dengan Baki Kaca lainnya.

c. Jika Baki Kaca panas, biarkan dingin sebelum dibersihkan atau dimasukkan ke dalam air.

d. **JANGAN** masak langsung di atas Baki Kaca. Selalu letakkan makanan pada wadah aman untuk gelombang mikro, atau pada rak yang diletakkan di dalam wadah aman untuk gelombang mikro.

e. Selalu letakkan wadah di tengah baki kaca saat memasak.

f. Jika makanan atau peralatan makan pada Baki Kaca bersentuhan dengan dinding tungku dan menyebabkan baki berhenti bergerak, baki akan otomatis berputar ke arah berlawanan. Ini normal.

g. Baki Kaca dapat berputar ke kedua arah.

**5 Kabel Catu Daya**

**6 Steker Catu Daya**

**7 Panel Kontrol**

**8 Tombol Pelepas Pintu**

Dorong untuk membuka pintu tungku. Membuka pintu tungku saat memasak akan menghentikan proses memasak tanpa membatalkan program. Proses memasak dilanjutkan segera setelah pintu ditutup dan Tombol **Mulai/Atur** ditekan. Cukup aman untuk membuka pintu tungku kapan saja selama program memasak dan tidak ada risiko paparan gelombang mikro.

**9 Penutup Waveguide** (jangan dilepas)

**10 Cincin Roller**

a. Cincin Roller harus dibersihkan secara teratur untuk menghindari kebisingan yang berlebihan.

b. Cincin Roller dan Baki Kaca harus digunakan secara bersamaan.

**11 Lampu Tungku**

Lampu tungku akan menyala selama memasak dan juga saat pintu dibuka. Lampu akan mati setelah 1 menit jika pintu dibiarkan terbuka.

**12 Engsel Pintu**

Untuk mencegah cedera saat membuka atau menutup pintu, jauhkan jari dari engsel pintu.

**13 Elemen Panggang**

**14 Stopper (tidak bisa dipindahkan)**

Stopper memastikan adanya ruang yang cukup di bagian belakang tungku untuk menyediakan ventilasi yang memadai.

**15 Rak kawat**

a. Rak Kawat yang diberikan bersama tungku digunakan untuk memanggang makanan dalam jumlah sedikit.

b. Rak Kawat harus dibersihkan secara berkala.

c. Saat menggunakan Rak Kawat pada mode memasak PANGGANG atau KOMBINASI manual, berhati-hatilah dalam memilih wadah yang tahan panas; wadah yang terbuat dari plastik atau kertas dapat meleleh atau terbakar bila terkena panas yang terpancar dari pemanggang.

d. Saat menggunakan mode KOMBINASI, jangan sekali-kali meletakkan wadah aluminium atau logam langsung pada Rak Kawat. Selalu masukkan piring atau wadah kaca di antara Rak Kawat dan wadah aluminium. Hal ini akan mencegah nyala api yang dapat merusak tungku.

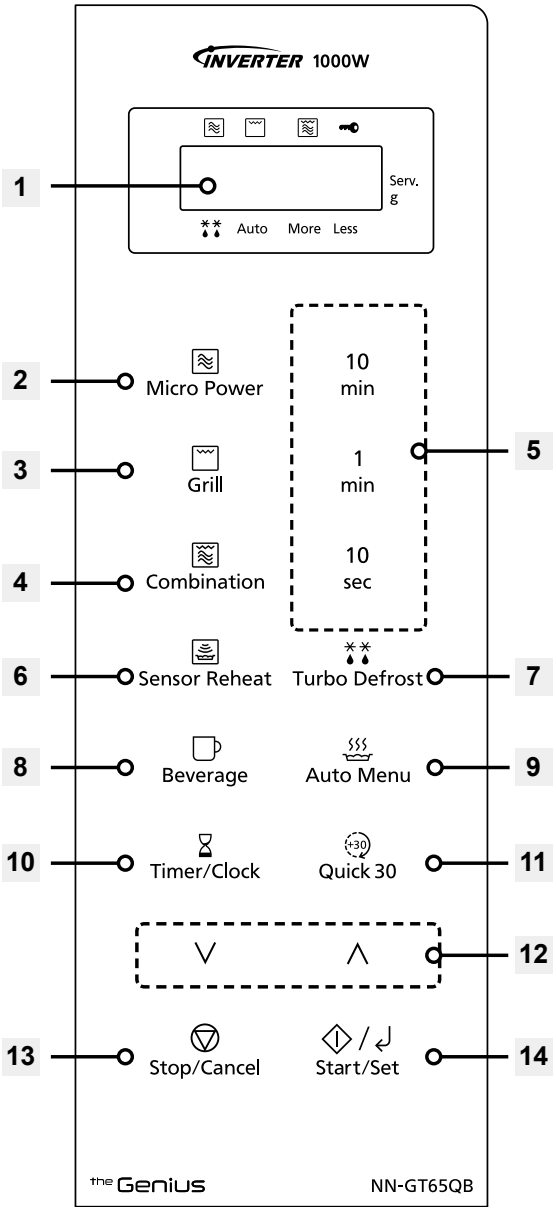
e. Jangan menggunakan Rak Kawat saat memasak dalam mode GELOMBANG MIKRO.

Indonesia

## Catatan

1. Gambar di atas hanya untuk referensi.
2. Baki Kaca dan Rak Kawat adalah satu-satunya aksesori yang ada pada tungku ini. Semua peralatan memasak lainnya yang disebutkan dalam panduan ini harus dibeli secara terpisah.

# Panel Kontrol




**1 Layar tampilan**

**2 Tombol Daya Mikro** (lihat halaman 14)

**3 Tombol Panggang** (lihat halaman 15)

**4 Tombol Kombinasi** (lihat halaman 16)

**5 Tombol Waktu**

**6 Tombol Memanaskan Dengan Sensor** (lihat halaman 20)

**7 Tombol Pencairan Turbo** (lihat halaman 21)

**8 Tombol Minuman** (lihat halaman 22)

**9 Tombol Menu Otomatis** (lihat halaman 23-28)

**10 Tombol Timer/Jam** (lihat halaman 13, 18)

**11 Tombol Quick 30** (lihat halaman 17)

**12 Tombol Pemilihan Atas/Bawah**

**13 Tombol Berhenti/Batal**

**Sebelum memasak:** Tekan tombol satu kali untuk menghapus semua instruksi Anda.
**Selama Memasak:** Tekan tombol satu kali untuk menghentikan proses memasak sementara. Tekan tombol lagi untuk membatalkan semua instruksi Anda dan titik dua atau waktu akan muncul di layar tampilan.

**14 Tombol Mulai/Atur**

Tekan tombol satu kali untuk memulai fungsi tungku. Jika pintu dibuka atau Tombol **Berhenti/Batal** ditekan sekali selama pengoperasian tungku, Tombol **Mulai/Atur** harus ditekan lagi untuk memulai ulang tungku.

Indonesia

## Catatan

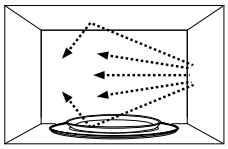
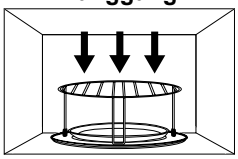
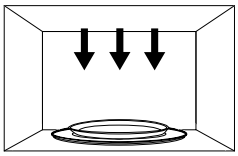
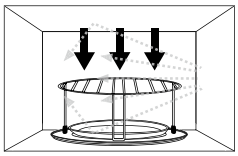
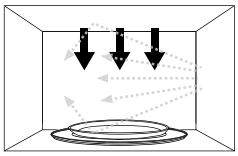
Jika suatu pengoperasian diatur dan Tombol **Mulai/Atur** tidak ditekan, setelah 6 menit, tungku akan secara otomatis membatalkan operasi. Layar akan kembali ke mode jam atau titik dua.

## Bunyi Bip

Ketika tombol ditekan dengan benar, bunyi bip akan terdengar. Jika tombol ditekan dan tidak terdengar bunyi bip, unit tidak atau tidak dapat menerima instruksi, atau bunyi bip telah dimatikan. Tungku akan berbunyi bip dua kali di antara tahap yang diprogram. Di akhir setiap program yang telah selesai, tungku akan berbunyi bip lima kali.

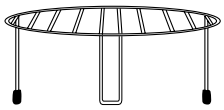
# Mode Memasak

**Diagram di bawah menunjukkan contoh aksesori. Aksesori dapat beragam tergantung pada resep/ hidangan yang digunakan.**

| Mode memasak | Penggunaan | Aksesori untuk penggunaan | Wadah |
|---|---|---|---|
| **Gelombang Mikro**  | • Pencairan Beku.<br>• Pemanasan Ulang.<br>• Mencairkan: mentega, cokelat, keju.<br>• Memasak ikan, sayuran, buah, telur.<br>• Menyiapkan: buah rebus, selai, saus, kustar, kue, karamel, daging, ikan.<br>• Memanggang kue tanpa kecokelatan. | – | Khusus gelombang mikro (misalnya pinggan, piring, atau mangkuk Pyrex®) secara langsung pada baki kaca.<br><br>Tanpa logam. |
| **Panggang**  atau  | • Memanggang daging atau ikan yang tipis.<br>• Memanggang roti | Rak kawat | – |
| | • Pewarnaan hidangan gratin atau pai meringue. | – | Logam atau tahan panas, secara langsung pada baki kaca. |
| **Kombinasi**  atau  | • Memanggang daging steak dan potongan ayam. | Rak kawat | Tanpa logam. |
| | • Memasak lasagna, daging, kentang, atau gratin sayuran.<br>• Memanggang kue dan puding dengan warna kecokelatan. | – | Khusus gelombang mikro dan tahan panas, secara langsung pada baki kaca.<br><br>Tanpa logam. |

Indonesia

# Bagan Peralatan dan Perlengkapan Memasak

| | Gelombang Mikro | Panggang | Kombinasi |
|---|---|---|---|
| **Rak kawat** (aksesori tungku)  | tidak | ya | ya |
| **Aluminium foil** | tidak | ya | tidak |
| **Piring Keramik** | ya | ya | ya |
| **Pinggan Panggang** | ya | tidak | tidak |
| **Kantong Kertas Cokelat** | tidak | tidak | tidak |
| **Peralatan makan** aman untuk tungku/ gelombang mikro | ya | ya | ya |
| tidak aman untuk tungku/ gelombang mikro | tidak | tidak | tidak |
| **Wadah kertas** sekali pakai | ya* | ya* | ya* |
| **Barang pecah belah:** Peralatan kaca & keramik tungku | ya | ya | ya |
| tidak tahan panas | tidak | tidak | tidak |
| **Peralatan masak logam** | tidak | ya | tidak |
| **Kawat pengikat dari logam** | tidak | ya | tidak |
| **Kantong memasak untuk tungku** | ya | ya* | ya |
| **Serbet dan tisu kertas** | ya | tidak | tidak |
| **Rak pencairan beku dari plastik** | ya | tidak | tidak |
| **Pinggan plastik** aman untuk gelombang mikro | ya | tidak | tidak |
| tidak aman untuk gelombang mikro | tidak | tidak | tidak |
| **Pembungkus plastik yang aman untuk gelombang mikro** | ya | tidak | tidak |
| **Jerami, anyaman, kayu** | ya | tidak | tidak |
| **Termometer** aman untuk gelombang mikro | ya | tidak | tidak |
| konvensional | tidak | ya | tidak |
| **Kertas dengan lilin** | ya | ya | ya |
| **Peralatan panggang silikon** | ya* | ya* | ya* |

* Lihat rekomendasi pabrik, harus dapat menahan panas, atau ikuti petunjuk resep.

# Pilihan Bip

Tungku memiliki mode "Bip Hidup" dan "Bip Mati". Fitur unik dari tungku gelombang mikro Panasonic ini memungkinkan Anda untuk mengatur fitur non-memasak awal pada tungku Anda.

1. **Tekan Tombol Mulai/Atur setelah mencolokkan.**
   "bEEP" akan muncul di layar tampilan. Mode default adalah "Hidup".
2. **Tombol Pemilihan Atas/ Bawah.**
   Mode beralih ke "MATI".
3. **Setelah pengaturan, ketuk Tombol Berhenti/Batal untuk keluar**

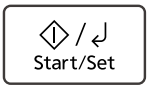
## Catatan

1. Pilihannya hanya dapat dipilih saat Anda mencolokkan tungku.
2. Menekan Tombol **Pemilihan Atas/Bawah** lagi selama langkah 2 akan kembali ke mode “Hidup” awal

# Pengaturan Kunci Keselamatan untuk Anak-anak

Fitur ini memungkinkan anda untuk mencegah pemakaian tungku oleh anak-anak; tetapi, pintu akan terbuka.
**Fungsi ini hanya bisa diatur ketika tanda titik dua atau waktu hari ini muncul.**

**Untuk mengatur:**




**Tekan Mulai/Atur 3 kali.**
Tanda titik dua atau waktu hari akan hilang.
Waktu aktual tidak akan hilang.
" " akan muncul pada layar tampilan.

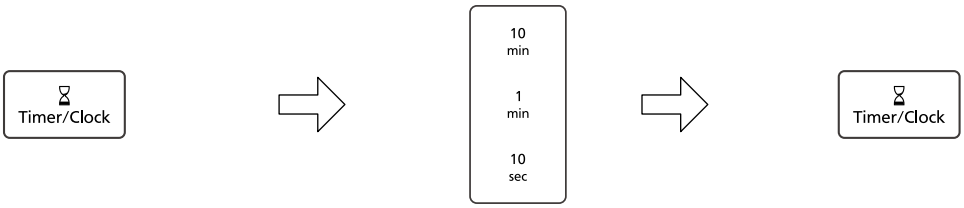
**Untuk membatalkan:**

**Tekan Berhenti/Batal 3 kali.**
Tanda titik dua atau waktu hari akan muncul kembali pada layar tampilan.

Untuk mengatur atau membatalkan kunci pengaman anak-anak, Tombol **Mulai/Atur** atau Tombol **Berhenti/Batal** harus ditekan 3 kali dalam waktu 10 detik.

# Pengaturan Jam

Anda dapat menggunakan tungku tanpa menyetel jam.



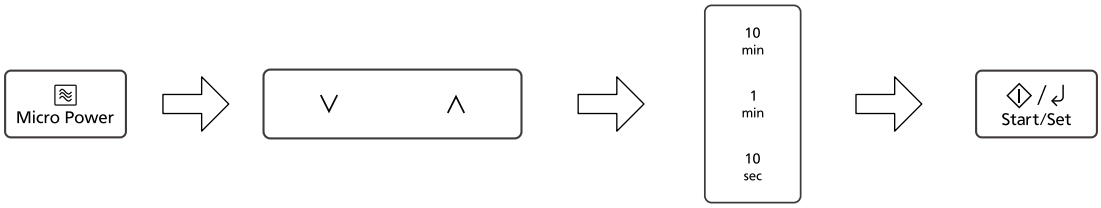

1. **Tekan dua kali.**
   Tanda titik dua akan berkedip di layar tampilan.
2. **Atur waktu dengan menekan Tombol Waktu.**
   Waktu muncul di layar tampilan; titik dua berkedip.
3. **Tekan sekali.**
   Tanda titik dua berhenti berkedip; waktu dimasukkan dan terkunci di layar tampilan. Waktu dihitung dalam menit.

## Catatan

1. Untuk mengatur ulang waktu hari, ulangi langkah 1-3.
2. Jam akan tersimpan selama tungku dihubungkan ke power dan daya listrik tersedia.
3. Jam dalam tampilan mode 12 jam.
4. Tungku tidak akan beroperasi saat tanda titik dua berkedip.

Indonesia

# Pengaturan Daya Mikro




1. **Tekan sekali untuk memilih fitur Daya Mikro.**
2. **Tekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah untuk memilih tingkat daya.**
   Daya akan muncul di layar tampilan. (lihat bagan di bawah)
3. **Pilih waktu memasak dengan menekan Tombol Waktu.**
   (1000 W: hingga 30 menit
   Tingkat Daya Lainnya: hingga 99 menit dan 50 detik)
4. **Tekan Mulai/Atur.**
   Waktu pada layar tampilan akan menghitung mundur.

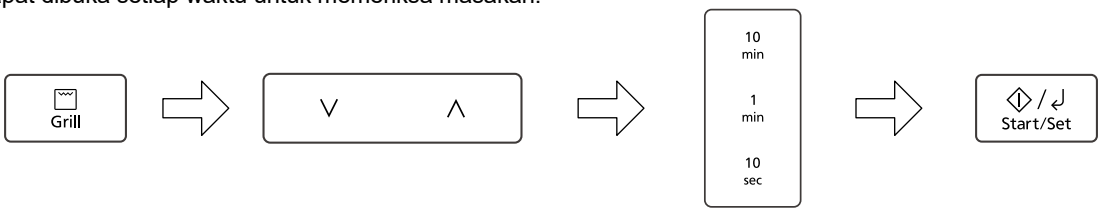
| Tingkat Daya | Contoh Penggunaan |
|---|---|
| 1000 W (TINGGI) | Mendidihkan air. Memanaskan. Memasak sayuran, nasi, pasta, dan mie. |
| 800 W (MEDIUM TINGGI) | Memasak unggas, daging, kue, makanan penutup. Memanaskan susu. |
| 600 W (MEDIUM) | Memasak daging sapi, daging domba, telur, ikan, dan makanan laut. Mencairkan mentega. |
| 440 W (MEDIUM RENDAH) | Merebus sup, semur, dan kaserol (potongan daging yang tidak terlalu empuk). |
| 300 W | Mencairkan makanan beku. |
| 100 W (RENDAH) | Menjaga makanan yang dimasak tetap hangat, memasak dengan api kecil secara perlahan. |

## Catatan

1. Anda juga dapat memilih tingkat daya dengan menekan Tombol **Daya Mikro**.
2. Dimungkinkan untuk memprogram tidak lebih dari 3 tahap memasak dalam satu pengaturan memasak. Untuk 2 atau 3 tahap memasak, ulangi langkah 1-3 di atas sebelum menekan Tombol **Mulai/Atur**. Saat memilih 1000 W pada tahap pertama, Anda dapat melewati langkah 1-2. Ketika beroperasi, dua bunyi bip akan terdengar di antara setiap tahap. (Silakan lihat halaman 19 untuk perinciannya).
3. Anda dapat menambah waktu memasak selama proses memasak jika diperlukan. Waktu dapat ditambahkan dalam kelipatan 1 menit, hingga 10 menit. Tekan Tombol **1 menit** hingga maksimum 10 menit. Waktu memasak tidak dapat dikurangi selama proses memasak.
4. Jangan gunakan wadah logam pada mode gelombang mikro.
5. Waktu siaga dapat diprogram setelah mengatur Daya Mikro dan waktu.
   Lihat halaman 18 untuk menggunakan Waktur.

# Pengaturan Panggang

Terdapat tiga tingkat daya untuk memanggang. Saat memanggang, hawa panas akan dihasilkan dari dua pemanas. Pintu tungku harus selalu tertutup rapat untuk menghindari dari bau yang timbul saat memanggang dan juga untuk menghindari dari energi yang banyak terbuang. Pemanggang secara khusus cocok untuk potongan daging dan hidangan laut yang tipis, serta roti dan camilan.
Pilihan penyetelan Panggang, setel waktu dan mulai ovennya. Biasanya makanan yang dipanggang akan di balik setelah proses memanggang berjalan setengahnya. Saat pintu tungku terbuka, program akan terganggu. Balik makanan, masukan kembali ke dalam tungku, tutup pintu dan mulai ulang tungku. Saat memanggang, pintu tungku dapat dibuka setiap waktu untuk memeriksa masakan.




1. **Tekan sekali untuk memilih fitur Panggang.**
2. **Tekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah untuk memilih tingkat daya.** Daya akan muncul di layar tampilan. (lihat bagan di bawah)
3. **Pilih waktu memasak dengan menekan Tombol Waktu.** (hingga 99 menit 50 detik)
4. **Tekan Mulai/Atur.** Lamanya waktu memasak muncul pada layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

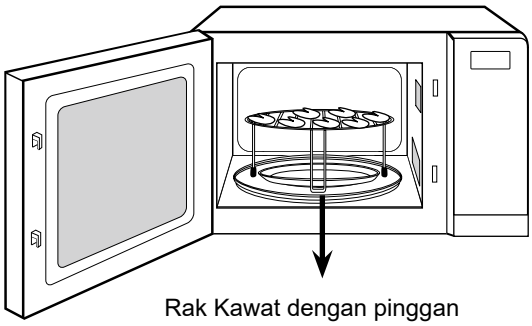
| Tingkat Daya | Contoh Penggunaan |
|---|---|
| Panggang 3 (TINGGI) | Mengiris potongan daging atau unggas |
| Panggang 2 (MEDIUM) | Makanan laut |
| Panggang 3 (RENDAH) | Roti bawang, roti bakar |

## Panduan

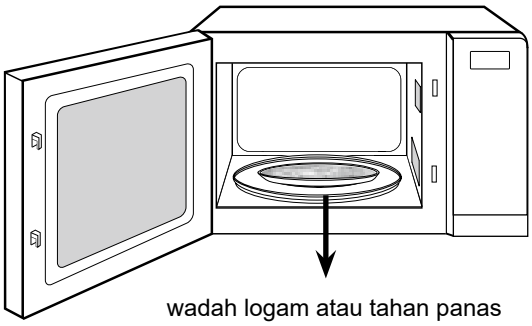
1. Anda juga dapat memilih tingkat daya dengan menekan Tombol Panggang.
2. Gunakan Rak Kawat yang disediakan.
3. Jangan mencoba untuk memanaskan pemanggang.
4. Kebanyakan jenis daging, seperti sosis dan daging potong dapat dimasak dengan pengaturan Panggang 3 paling panas. Pengaturan ini cocok untuk memanggang roti, muffin, dan kue pendamping teh, dll.
5. Panggang 2 digunakan untuk makanan yang memerlukan waktu pemanggangan yang lebih lama, seperti ikan atau potongan ayam.
6. Jangan menutup makanan ketika memanggang.
7. Selalu gunakan sarung tangan ketika mengeluarkan makanan dan Rak Kawat setelah memanggang karena alat akan menjadi sangat panas.
8. Setelah memanggang, sangat penting untuk melepaskan Rak Kawat untuk dibersihkan sebelum penggunaan ulang serta dinding dan bagian dasar tungku harus dilap dengan kain yang dibasahi dengan air sabun hangat untuk menghilangkan sisa minyak.
9. Anda dapat menambah waktu memasak selama proses memasak jika diperlukan. Waktu dapat ditambahkan dalam kelipatan 1 menit, hingga 10 menit. Tekan Tombol **1 menit** hingga maksimum 10 menit. Waktu memasak tidak dapat dikurangi selama proses memasak.

## Aksesori untuk penggunaan

Saat memanggang, Anda dapat meletakkan makanan secara langsung di Rak Kawat pada pinggan tahan panas. Atau Anda dapat meletakkan makanan secara langsung pada wadah logam atau tahan panas, lalu letakkan pada baki kaca.



Rak Kawat dengan pinggan tahan panas di bawahnya

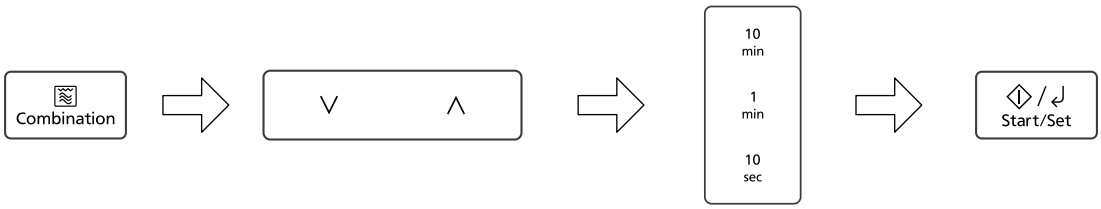


wadah logam atau tahan panas

Indonesia

# Pengaturan Kombinasi

Terdapat tiga level daya untuk fitur ini. Cara ini cocok untuk memanggang makanan dengan menggabungkan fungsi gelombang mikro dan grill secara efektif.
Sangat cocok untuk memanggang daging unggas, daging, dan makanan laut. Fungsi ini menjamin makanan benar-benar matang dan menjaga agar makanan tertentu tetap garing. Buka pintu tungku dan balik makanan pada pertengahan waktu memasak, kemudian lanjutkan lagi proses memasak.




1. **Tekan sekali untuk memilih fitur Kombinasi.**
2. **Tekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah untuk memilih tingkat daya.**
   Daya akan muncul di layar tampilan. (lihat bagan di bawah)
3. **Pilih waktu memasak dengan menekan Tombol Waktu.**
   (hingga 99 menit 50 detik)
4. **Tekan Mulai/Atur.**
   Lamanya waktu memasak muncul pada layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

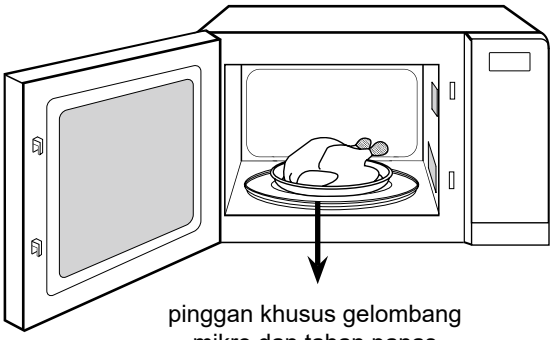
| Tingkat Daya | Contoh Penggunaan |
|---|---|
| Kombinasi 3 (300 W + Panggang 3) | Unggas utuh |
| Kombinasi 2 (300 W + Panggang 2) | Sapi, domba, makanan laut |
| Kombinasi 1 (300 W + Panggang 1) | Kentang panggang, puding |

## Panduan

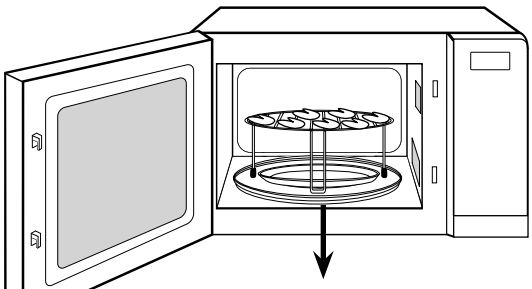
1. Anda juga dapat memilih tingkat daya dengan menekan Tombol Kombinasi.
2. Jangan tutup makanan ketika memasak.
3. Selalu gunakan sarung tangan tungku saat mengeluarkan makanan.
4. Jangan gunakan, jika mengoperasikan tungku dengan kurang dari 200 g makanan pada program manual. Untuk kuantitas kecil jangan memasak dengan mode kombinasi, memasak dengan pemanggang hanya untuk hasil terbaik.
5. Jangan memanaskan pada mode kombinasi.
6. Anda dapat menambah waktu memasak selama proses memasak jika diperlukan. Waktu dapat ditambahkan dalam kelipatan 1 menit, hingga 10 menit. Tekan Tombol **1 menit** hingga maksimum 10 menit. Waktu memasak tidak dapat dikurangi selama proses memasak.

## Aksesori untuk penggunaan

Saat memasak, Anda dapat meletakkan makanan secara langsung di bagian dasar tungku dengan pinggan tahan panas dan yang khusus gelombang mikro. Atau Anda dapat meletakkan makanan secara langsung di Rak Kawat dengan wadah khusus gelombang mikro dan pinggan tahan panas di bawahnya.



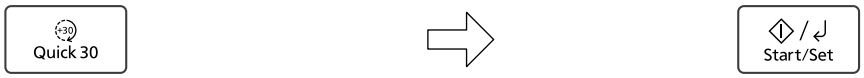
pinggan khusus gelombang mikro dan tahan panas



Rak Kawat dengan pinggan khusus gelombang mikro dan tahan panas di bawahnya.

# Memasak Menggunakan Fitur Quick 30

Fitur ini memungkinkan Anda mengatur waktu memasak dengan cepat dalam penambahan 30 detik.




1. **Tekan Quick 30 untuk mengatur waktu memasak yang diinginkan (hingga 5 menit).**
   Setiap penekanan berdurasi 30 detik. Waktu akan muncul di layar. Tingkat daya ditetapkan sebelumnya pada 1000 W.

2. **Tekan Mulai/Atur.**
   Proses memasak akan dimulai dan waktu pada layar akan menghitung mundur. Pada akhir program memasak, bunyi bip akan terdengar sebanyak lima kali.

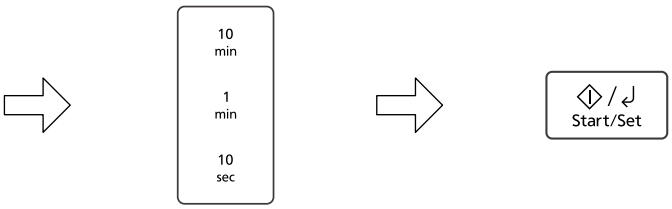
## Catatan

1. Fitur ini hanya tersedia dalam mode **Daya Mikro**. Jika diinginkan, Anda dapat menggunakan tingkat daya lainnya. Pilih tingkat daya mikro yang diinginkan sebelum menekan **Quick 30**.
2. Setelah mengatur waktu dengan **Quick 30**, Anda tidak dapat menggunakan Tombol **Waktu** .

# Menggunakan Fitur Tambah Waktu

Fitur ini memungkinkan Anda menambahkan waktu memasak pada akhir proses memasak sebelumnya.

1. **Begitu memasak manual berakhir, layar akan berkedip “0”**




2. **Tambahkan waktu memasak dengan menekan Tombol Waktu.**
   Waktu memasak maksimum:
   Gelombang Mikro: 1000 W hingga 30 menit; tingkat daya lainnya hingga 99 menit dan 50 detik.
   Panggang, Kombinasi: hingga 99 menit dan 50 detik.

3. **Tekan Mulai/Atur.**
   Waktu akan ditambahkan. Waktu pada layar tampilan akan menghitung mundur.

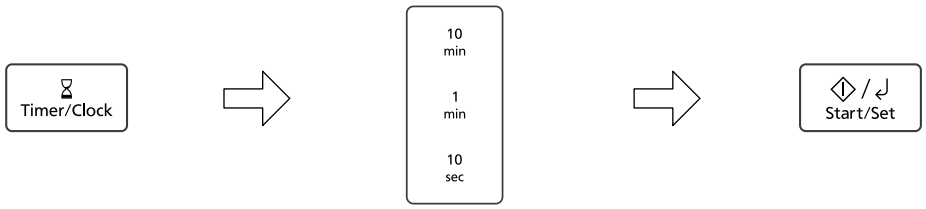
## Catatan

1. Fitur ini hanya tersedia dalam fitur Daya Mikro, Quick 30, Panggang, Kombinasi and Waktu dan tidak tersedia untuk program Otomatis.
2. Fitur Tambah Waktu hanya tersedia dalam waktu 1 menit setelah memasak.
3. Fitur Tambah Waktu dapat digunakan setelah 3 tahap memasak. Tingkat daya sama dengan tingkah terakhir.

# Pengaturan Waktur (Waktur Dapur/Waktu Siaga/Mulai Tunda)

Fitur ini memungkinkan Anda memprogram waktu siaga setelah memasak selesai, memprogram tungku sebagai pengatur waktu menit atau detik, atau memprogram mulai yang tertunda.

## Untuk Menggunakan Sebagai Waktur Dapur

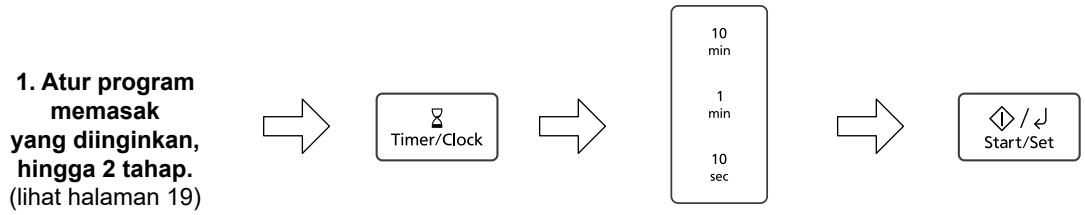



**1. Tekan sekali.**

**2. Pilih waktu yang diinginkan dengan menekan Tombol Waktu.** (hingga 99 menit 50 detik)

**3. Tekan Mulai/Atur.** Waktu akan menghitung mundur tanpa tungku beroperasi.

## Untuk Mengatur Waktu Tunggu



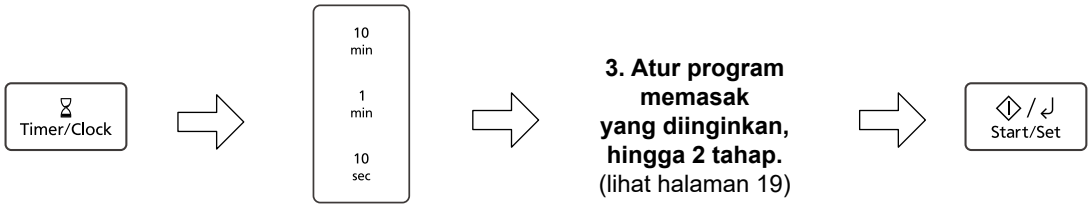

**1. Atur program memasak yang diinginkan, hingga 2 tahap.** (lihat halaman 19)

**2. Tekan sekali.**

**3. Pilih waktu Siaga yang diinginkan dengan menekan Tombol Waktu.** (hingga 99 menit 50 detik)

**4. Tekan Mulai/Atur.** Proses memasak akan dimulai. Setelah memasak, waktu siaga akan menghitung mundur tanpa tungku beroperasi.

## Untuk Mengatur Mulai Tunda




**1. Tekan sekali.**

**2. Pilih waktu tunda yang diinginkan dengan menekan Tombol Waktu.** (hingga 99 menit 50 detik)

**3. Atur program memasak yang diinginkan, hingga 2 tahap.** (lihat halaman 19)

**4. Tekan Mulai/Atur.** Waktu tunda akan menghitung mundur tanpa tungku beroperasi. Proses memasak akan dimulai.

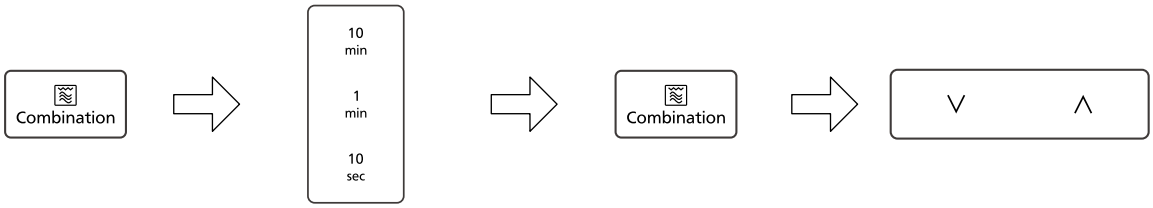
## Catatan

1. Jika pintu tungku dibuka selama Waktu Siaga, Mulai Tunda, atau Waktur Dapur, waktu di layar tampilan akan terus menghitung mundur.
2. Mulai Tunda dan Waktu Siaga tidak dapat diprogram bersama dengan Menu Pencairan Turbo, Minuman, Memanaskan Dengan Sensor, dan Menu Otomatis. Ini untuk mencegah suhu siaga pada makanan menjadi tinggi sebelum pencairan beku maupun memasak dimulai. Perubahan pada suhu awal dapat menimbulkan hasil yang tidak akurat.
3. Ketika menggunakan Waktu Siaga atau Mulai Tunda, program hanya sampai tahapan Daya 2.

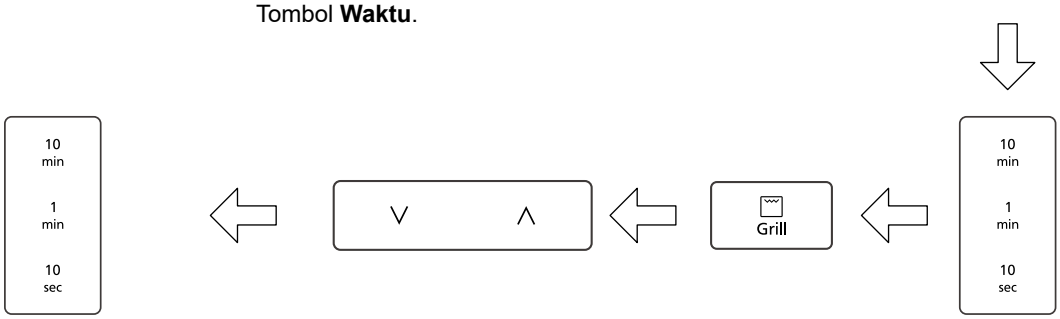
# Pengaturan 3 Tahap

Fitur ini memungkinkan Anda memprogram 3 tahap memasak secara terus-menerus.

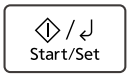
**Misalnya: Terus atur [Kombinasi 3] 9 menit, [Kombinasi 1] 13 menit, dan [Panggang 2] 2 menit.**




1. Tekan sekali untuk memilih **"Kombinasi 3".**
2. Atur menjadi 9 menit dengan menggunakan Tombol **Waktu**.
3. Tekan sekali untuk memilih **"Kombinasi 3".**
4. Tekan **Tombol Bawah** dua kali untuk memilih **"Kombinasi 1".**




5. Atur menjadi 13 menit dengan menggunakan Tombol **Waktu** .
6 Tekan sekali untuk memilih **"Panggang 3".**
7. Tekan **Tombol Bawah** sekali untuk memilih **"Panggang 2".**
8. Atur menjadi 2 menit dengan menggunakan Tombol **Waktu** .




9. Tekan sekali.
   Waktu mulai menghitung mundur pada tingkat pertama pada layar tampilan.

## Contoh penggunaan

| | Masak 300 g filet ikan | Panggang 1 kg ayam utuh |
|---|---|---|
| 1 tahap | 600 W 3'00" | Kombinasi 3 9'00" |
| 2 tahap | 440 W 2'00" | Kombinasi 1 13'00" |
| 3 tahap | 300 W 2'00" | Panggang 2 2'00" |

## Catatan

1. Ketika beroperasi, akan terdengar bunyi bip dua kali di antara setiap tingkat.
2. Fitur ini tidak tersedia untuk Menu Pencairan Turbo, Minuman, Memanaskan Dengan Sensor, dan Menu Otomatis.

Indonesia

# Untuk Menggunakan Memanaskan Dengan Sensor

Fitur ini memungkinkan Anda memanaskan kembali makanan tanpa memilih waktu dan tingkat daya. Sensor mendeteksi panas dan kelembapan yang dihasilkan oleh makanan dan memanaskan kembali makanan Anda secara otomatis.

**1. Tekan sekali untuk memilih fitur Memanaskan Dengan Sensor.**

**2. Tombol Pemilihan Atas/Bawah (Opsional*):**
Preferensi terhadap tingkat kematangan makanan bervariasi pada setiap individu. Setelah menggunakan Memasak dengan Sensor beberapa kali, Anda mungkin memutuskan lebih suka makanan Anda dimasak dengan tingkat kematangan yang berbeda. Dengan menggunakan Tombol **Pemilihan Atas/Bawah** , program dapat disesuaikan untuk memasak makanan dalam waktu lebih lama atau lebih pendek. *Jika Anda puas dengan hasil program Sensor, Anda tidak perlu menggunakan tombol ini.

**3. Tekan Mulai/Atur.**
Setelah panas dan kelembapan terdeteksi oleh Sensor Genius, waktu yang tersisa muncul di layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

## Catatan

1. Memanaskan makanan menggunakan Sensor Genius cocok untuk makanan yang sudah dimasak sebelumnya dari suhu dingin atau suhu ruangan (di bawah 35 °C). Cocok untuk kaserol, makanan di piring, sup, semur, kecuali lasagna, dan makanan kaleng. Makanan sebaiknya disimpan dalam lemari es atau pada suhu ruangan. Jangan memanaskan makanan beku pada pengaturan ini. Makanan yang dipanaskan harus memiliki berat antara 125 g dan 1 kg. Untuk makanan dengan berat kurang dari 125 g dan lebih dari 1 kg, gunakan pengaturan daya mikro manual.
2. Jangan memanaskan roti atau produk kue (mentah atau belum dimasak), atau Minuman.
3. Pastikan baki kaca, bagian luar wadah memasak, dan bagian dalam gelombang mikro kering sebelum memasukkan makanan ke dalam tungku. Tetesan air sisa yang berubah menjadi uap dapat mengelabui sensor.
4. Makanan harus selalu ditutup secara longgar, tetapi sepenuhnya, dengan plastik pembungkus. (Jangan gunakan tutup yang dapat ditutup rapat.)
5. Pintu tidak boleh dibuka sebelum waktu muncul di layar tampilan.
6. Semua makanan harus memiliki waktu siaga tertutup minimal 3 sampai 5 menit.
7. Jika rongga terlalu panas, "HOt" akan muncul di layar tampilan, dan fungsi ini tidak dapat digunakan. Operasikan lagi setelah "HOt" hilang. Jika terburu-buru, masak makanan secara manual dengan memilih mode memasak yang benar dan waktu memasak sendiri.

# Pengaturan Pencairan Turbo

Fitur ini memungkinkan Anda untuk mencairkan daging, unggas, dan makanan laut yang beku secara otomatis hanya dengan mengatur beratnya.
Porsi/berat 100 g hingga 3000 g.

1. **Tekan sekali.**
   (berat default adalah 100 g)
2. **Pilih berat makanan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah.**
3. **Tekan Mulai/Atur.**
   Waktu pencairan beku muncul di layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

| Makanan | Berat maksimum |
|---|---|
| Daging cincang, potongan ayam, cincang | 3000 g |
| Daging sapi panggang, daging domba, ayam utuh | 3000 g |
| Ikan utuh, kerang, udang, filet ikan | 1000 g |

## Catatan

Anda dapat memilih berat dengan menekan Tombol **Pencairan Turbo**.

## Tips untuk Pencairan Beku Turbo

Berhati-hatilah saat mencairkan daging yang ada tulangnya. Misalnya, jika daging dengan tulang mempunyai berat yang sama dengan daging tanpa tulang, daging dengan tulang lebih ringan daripada daging saja. Jadi, mengurangi 500 g untuk 2000 g daging dengan tulang akan lebih baik untuk melakukan pencairan beku. Kurangi 250 g ketika mencairkan daging dengan tulang yang beku yang memiliki berat kurang dari 2000 g.

## Ketika Bunyi Bip Dua Kali

Balik daging, ayam, ikan, dan kerang. Pisahkan daging rebus, potongan ayam, dan daging cincang gulung. Pisahkan daging cincang gulung dari hamburger.

## Kunci untuk pencairan beku

Untuk mencairkan dengan rata, balik makanan atau pindahkan posisi makanan dalam wadah selama proses pencairan beku.

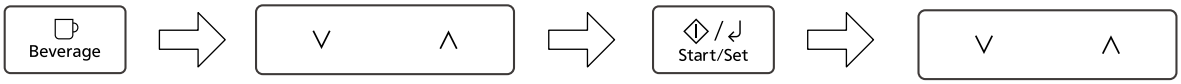
Buang pembungkus daging mentah dan letakkan daging di piring.

Buang pembungkus filet ikan dan letakkan daging di piring.

Indonesia

# Untuk menggunakan Tombol Minuman

Fitur ini memungkinkan Anda memanaskan kembali kopi/susu tanpa mengatur daya mikro dan waktu.

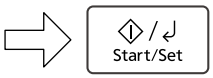



**1. Tekan sekali untuk memilih fitur Minuman.**

**2. Pilih nomor menu yang diinginkan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah.** (lihat bagan di bawah)

**3. Tekan sekali untuk mengonfirmasi.**

**4. Pilih porsi makanan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/ Bawah.**




**5. Tekan Mulai/Atur.**
Waktu pemanasan muncul di layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

| No. Menu | Menu | Porsi | | Wadah yang direkomendasikan |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Kopi | 1-1 (1 cangkir kopi) | 1-2 (2 cangkir kopi) | Cangkir yang aman untuk gelombang mikro |
| 2 | Susu | 2-1 (1 cangkir susu) | 2-2 (2 cangkir susu) | |

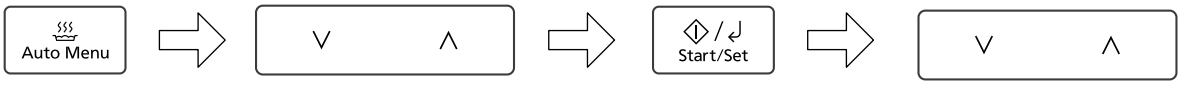
## Catatan

1. Anda dapat memilih No. Menu dengan menekan Tombol **Minuman**.
2. Gunakan gelas khusus gelombang mikro. Kopi/susu yang dipanaskan dapat meletus jika tidak dicampur dengan udara. Jangan panaskan kopi/susu dalam tungku gelombang mikro tanpa diaduk sebelum dan di tengah pemanasan.
3. Berhati-hatilah agar tidak terlalu memanaskan kopi/susu saat menggunakan fitur **Minuman**. Ini diprogram untuk memberikan hasil yang tepat saat memanaskan 1 cangkir atau 2 cangkir kopi/susu, dimulai dari suhu ruangan untuk kopi dan suhu lemari es untuk susu. Panas berlebih akan menyebabkan peningkatan risiko luka bakar atau letusan cairan.
4. 1 cangkir susu adalah 200 ml hingga 250 ml dan 1 cangkir kopi adalah 150 ml hingga 200 ml.

# Untuk Menggunakan Menu Otomatis

## Untuk Menggunakan Menu Memasak dengan Sensor

Fitur ini memungkinkan Anda memasak makanan tanpa memilih waktu dan tingkat daya. Cukup pilih nomor menu yang diinginkan, dan tungku akan memasak makanan Anda secara otomatis.

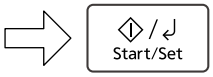



**1. Tekan sekali untuk memilih fitur Menu Otomatis.**

**2. Pilih nomor menu yang diinginkan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah.** (lihat bagan di bawah)

**3. Tekan sekali untuk mengonfirmasi.**

**4. Tombol Pemilihan Atas/ Bawah (Opsional*):** Preferensi terhadap tingkat kematangan makanan bervariasi pada setiap individu. Setelah menggunakan Memasak dengan Sensor beberapa kali, Anda mungkin memutuskan lebih suka makanan Anda dimasak dengan tingkat kematangan yang berbeda. Dengan menggunakan Tombol **Pemilihan Atas/Bawah** , program dapat disesuaikan untuk memasak makanan dalam waktu lebih lama atau lebih pendek. *Jika Anda puas dengan hasil program Sensor, Anda tidak perlu menggunakan tombol ini.




**5. Tekan Mulai/Atur.** Setelah panas dan kelembaban terdeteksi oleh Sensor Genius, tungku akan berbunyi bip dua kali, waktu yang tersisa muncul di Layar Tampilan dan mulai menghitung mundur.

## Catatan

1 Anda dapat memilih No. Menu dengan menekan Tombol **Menu Otomatis**.

2. Suhu ruangan di sekitar tungku harus di bawah 35 °C.

3. Pastikan baki kaca, bagian luar wadah memasak, dan bagian dalam gelombang mikro kering sebelum memasukkan makanan ke dalam tungku. Tetesan air sisa yang berubah menjadi uap dapat mengelabui sensor.

4. Makanan harus selalu ditutup secara longgar, tetapi sepenuhnya, dengan plastik pembungkus. (Jangan gunakan tutup yang dapat ditutup rapat.)

5. JANGAN membuka pintu tungku sebelum terdengar bunyi bip 2 kali dan waktu memasak muncul di layar tampilan. Melakukan hal itu akan menyebabkan proses memasak tidak akurat karena uap dari makanan tidak lagi tertampung dalam rongga tungku. Setelah waktu memasak mulai dihitung mundur, pintu tungku dapat dibuka untuk mengaduk, membalik, atau menyusun ulang makanan.

6. Semua makanan harus didiamkan dalam keadaan tertutup selama minimal 3 hingga 5 menit.

7. Jika rongga terlalu panas, "HOt" akan muncul di layar tampilan, dan fungsi ini tidak dapat digunakan. Operasikan lagi setelah "HOt" hilang. Jika terburu-buru, masak makanan secara manual dengan memilih mode memasak yang benar dan waktu memasak sendiri.

| No. Menu | Kategori Menu | Rentang Berat yang Direkomendasikan |
|---|---|---|
| 3 | Sayuran | 125 g - 500 g |
| 4 | Sayuran Akar | 125 g - 1.0 kg |
| 5 | Ikan | 125 g - 500 g |
| 6 | Ayam | 400 g - 1.0 kg |

Indonesia

### 3. Sayuran

Cocok untuk memasak semua jenis sayuran berdaun, hijau, dan lunak, termasuk brokoli, labu, kembang kol, kubis, asparagus, kacang-kacangan, seledri, zukini, bayam, paprika, atau campuran dari semuanya. Potong semua sayuran menjadi potongan-potongan dengan ukuran yang sama. Letakkan sayuran dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai. Tambahkan 1 sendok makan ke ¼ cangkir air jika Anda lebih suka tekstur yang lebih lembut. Mentega, rempah-rempah, dll. dapat ditambahkan sebelum dipanaskan, tetapi jangan tambahkan garam sampai disajikan. Tutup dengan penutup atau bungkus plastik. Pilih program, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.

### 4. Sayuran Akar

Cocok untuk memasak sayuran akar seperti kentang, ubi jalar, labu, bawang, rutabaga, wortel, lobak dan bit. Semua sayuran harus dipangkas atau disiapkan dan dipotong menjadi potongan-potongan berukuran sama. Letakkan sayuran dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai. Tambahkan 1 sendok makan ke ¼ cangkir air ke sayuran jika Anda lebih suka tekstur yang lebih lembut saat dimasak. Tutup dengan penutup atau bungkus plastik. Pilih program, lalu tekan **Mulai/Atur**. Bila perlu, mentega, rempah-rempah, dan lain-lain dapat ditambahkan, tetapi jangan tambahkan garam sampai setelah memasak. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan. Setelah selesai memasak, aduk sayuran dalam jumlah banyak. Diamkan, tutup, selama 2 hingga 3 menit.

### 5. Ikan

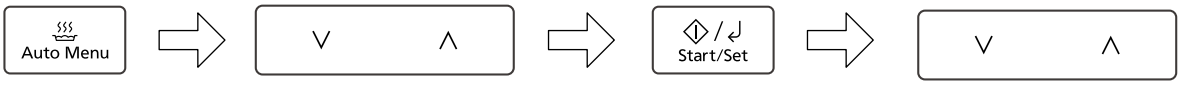
Cocok untuk memasak ikan utuh dan filet ikan. Letakkan ikan yang sudah disiapkan dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro. Tambahkan saus dan air. Tutup dengan bungkus plastik. Pilih program, lalu tekan **Mulai/Atur**. Setelah memasak ikan dalam porsi besar, diamkan ikan selama 3 hingga 5 menit sebelum disajikan. (Mungkin perlu menyesuaikan jumlah air atau saus sesuai dengan selera pribadi Anda.)
**Catatan:** Ketebalan ikan tidak boleh lebih dari 3 cm.

### 6. Ayam

Cocok untuk memasak potongan ayam seperti sayap, paha atas, paha bawah, setengah dada ayam dan sebagainya. Potongan ayam harus dicairkan sepenuhnya sebelum dimasak. Tusuk-tusuk potongan ayam dan marinasi dengan saus atau sayuran jika perlu. Masukkan potongan ayam yang sudah disiapkan ke dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro. Tambahkan minyak jika Anda lebih menyukai tekstur matang yang lebih lembut. Tutup wadah dengan rapat menggunakan penutup atau bungkus plastik. Pilih program, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.

## Untuk Menggunakan Menu Memasak Otomatis

Fitur ini memungkinkan Anda memasak makanan tanpa memilih waktu dan tingkat daya. Cukup pilih nomor menu dan berat/porsi yang diinginkan, dan tungku akan memasak makanan Anda secara otomatis.

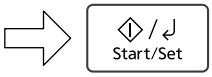



**1. Tekan sekali untuk memilih fitur Menu Otomatis.**

**2. Pilih nomor menu yang diinginkan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah.** (Lihat bagan di halaman berikutnya)

**3. Tekan sekali untuk mengonfirmasi.**

**4. Pilih berat/porsi makanan dengan menekan Tombol Pemilihan Atas/Bawah.**




**5. Tekan Mulai/Atur.**
Lamanya waktu memasak muncul pada layar tampilan dan mulai menghitung mundur.

### Catatan

1 Anda dapat memilih No. Menu dengan menekan Tombol **Menu Otomatis**.

2. Ketika Anda memilih program Menu Otomatis, nomor menu akan ditampilkan di layar.

3. Hanya memasak makanan dalam kisaran berat yang dijelaskan.

4. Selalu timbang makanan dan jangan terpaku pada informasi kemasan.

5. Sebagian besar makanan akan lebih baik jika didiamkan beberapa saat, setelah dimasak dengan Program Menu Otomatis, agar panas dapat terus mengalir ke bagian tengah.

6. Untuk memungkinkan beberapa variasi terjadi di makanan Anda, pastikan makanan matang secara menyeluruh dan sajikan selagi panas.

| No. Menu | Menu | Hidangan/Berat | | | | | | Wadah yang direkomendasikan |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Roti | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Wadah yang aman untuk gelombang mikro |
| 8 | Bakpao | 70 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan plastik pembungkus |
| 9 | Sosis | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | - | - | Wadah yang aman untuk gelombang mikro |
| 10 | Sayuran Beku | 120 g | 180 g | 250 g | 370 g | - | - | Panci kaserol dengan tutup atau plastik pembungkus |
| 11 | Nasi Kaserol | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Panci kaserol dengan tutup |
| 12 | Bubur | 100 g | 200 g | 300 g | - | - | - | Panci kaserol dengan tutup |

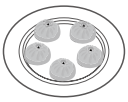
| No. Menu | Menu | Hidangan/Berat | | | | | | Wadah yang direkomendasikan |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 13 | Mie Instan | 1 porsi | 2 porsi | - | - | - | - | Panci kaserol dengan tutup |
| 14 | Perebusan Ganda | 4-6 porsi | 1-3 porsi | - | - | - | - | Panci kaserol dengan tutup |
| 15 | Ayam Panggang | 600 g | 900 g | 1200 g | 1500 g | - | - | Wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan piring terbalik |
| 16 | Sapi/Domba Panggang | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Rak Kawat dengan pinggan di bawahnya |
| 17 | Irisan Daging Barbeku | 200 g | 400 g | 600 g | 800 g | - | - | Rak Kawat dengan pinggan di bawahnya |
| 18 | Memanaskan Gorengan | 50 g | 150 g | 350 g | 500 g | - | - | Rak Kawat dengan pinggan di bawahnya |
| 19 | Krim Keju | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Wadah/mangkuk yang aman untuk gelombang mikro dengan plastik pembungkus |
| 20 | Cokelat | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Wadah yang aman untuk gelombang mikro |
| 21 | Mentega | 50 g | 100 g | 150 g | 200 g | 250 g | 300 g | Wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan plastik pembungkus |
| 22 | Es Krim | 300 g | 600 g | 900 g | 1200 g | - | - | - |

## 7. Roti

Cocok untuk memanaskan roti pada suhu beku (-18 °C). Letakkan roti pada wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai di tengah baki kaca. Masak tanpa penutup. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.
Catatan: 50 g = satu potong roti standar.

## 8. Bakpao

Cocok untuk memanaskan roti seperti roti custard krim beku, dsb., Letakkan makanan pada wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan pola radial, basahi dengan sedikit air. Bungkus dengan plastik pembungkus, dan letakkan makanan pada wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Lihat ilustrasi di bawah.



Catatan: 35-40 g = satu potong roti standar.

## 9. Sosis

Cocok untuk memanaskan sosis beku, letakkan makanan di wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan pola radial, tanpa penutup dan taruh wadah di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan. Lihat ilustrasi di bawah.

Indonesia

## 10. Sayuran Beku

Cocok untuk semua jenis sayuran beku, seperti kacang polong beku, jagung manis atau sayuran campuran. Masukkan sayuran yang sudah disiapkan ke dalam kaserol yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai, tambahkan 1 sdm air per 100 g sayuran. Tutup dengan plastik pembungkus atau penutup. Jangan tambahkan garam/mentega sampai setelah memasak. (Tidak cocok untuk sayuran dalam mentega atau saus.) Letakkan kaserol di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan. Tambahkan garam dan bumbu lainnya setelah dimasak (jangan gunakan sayuran dengan garam atau mentega).

## 11. Nasi Kaserol

Cocok untuk memasak nasi putih termasuk nasi bulir pendek, panjang, melati, dan basmati. Letakkan nasi dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai. Tambahkan air sesuai rekomendasi dari yang tercantum di bawah ini. Sisakan setidaknya ½ kedalaman volume untuk penguapan guna mencegah meluapnya air. Tutup sebagian dengan penutup, dan letakkan kaserol di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Diamkan selama 5 menit dengan penutup setelah dimasak. Nasi akan meluap jika kaserol terlalu kecil. Pengaturan ini tidak cocok untuk memasak nasi merah.

| Nasi | Air yang Direkomendasikan | Volume kaserol yang direkomendasikan |
|---|---|---|
| 100 g | 200 ml | 2,5 L |
| 200 g | 380 ml | 3 L |
| 300 g | 550 ml | 4 L |

## 12. Bubur

Cocok untuk memasak bubur. Letakkan nasi dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai. Tambahkan air sesuai rekomendasi dari yang tercantum di bawah ini. Sisakan setidaknya ½ kedalaman volume untuk penguapan guna mencegah meluapnya air. Tutup sebagian dengan penutup, dan letakkan kaserol di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan. Diamkan selama 5-10 menit dengan penutup setelah dimasak.

| Nasi | Air yang Direkomendasikan | Wadah yang Direkomendasikan |
|---|---|---|
| 100 g | 750 ml | 3,25 L |
| 200 g | 1200 ml | 3,5 L |
| 300 g | 2100 ml | 5 L |

## 13. Mie Instan

Cocok untuk memasak mie instan. Letakkan mie instan dan bumbu dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan ukuran yang sesuai. Tambahkan air mendidih yang direkomendasikan dari yang tercantum di bawah ini. Sisakan setidaknya ½ kedalaman volume untuk penguapan guna mencegah meluapnya air. Tutup dengan penutup, dan letakkan kaserol di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan. Diamkan selama 1-2 menit setelah dimasak.

| Porsi | Air mendidih yang direkomendasikan | Wadah yang Direkomendasikan |
|---|---|---|
| 1 porsi | 500 ml | 3 L |
| 2 porsi | 800 ml | 4 L |

## 14. Perebusan Ganda

Cocok untuk memasak sup tradisional, sup herbal, sup sarang burung, dan sebagainya yang membutuhkan proses didih perlahan atau "perebusan ganda". Metode ini memastikan hasil masakan yang lembut tanpa kehilangan bentuknya. Metode ini juga bisa menyerap dan mempertahankan bumbu di dalam makanan. Masukkan semua bahan dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro. Tambahkan bahan-bahan yang direkomendasikan dari yang tercantum di bawah ini. Sisakan setidaknya ½ kedalaman volume untuk penguapan guna mencegah meluapnya air. Tutup dengan penutup, dan letakkan kaserol di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MENGADUK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan, tambahkan garam di akhir proses memasak.

| Porsi | Daging | Sayuran | Air Keran |
|---|---|---|---|
| 4-6 porsi | 500 g | 400 g | 900 ml |
| 1-3 porsi | 250 g | 200 g | 500 ml |

## 15. Ayam Panggang

Cocok untuk memanggang ayam utuh. Tusuk-tusuk dan marinasi ayam sebelum dipanggang. Letakkan ayam yang telah disiapkan ke dalam piring kecil terbalik di dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro dengan bagian dada ayam menghadap ke bawah. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.

## 16. Sapi/Domba Panggang

Cocok untuk memasak daging sapi dan domba. Daging dapat dimasak dengan saus dan sayuran. Letakkan daging sapi/domba yang telah disiapkan pada rak kawat dengan wadah di bawahnya. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.
**Catatan:** Daging harus dicairkan sepenuhnya. Ketebalan daging tidak boleh lebih dari 2 cm.

## 17. Irisan Daging Barbeku

Cocok untuk memasak potongan daging. Potong daging menjadi potongan tipis. Tusuk-tusuk potongan daging dan marinasi dengan saus atau sayuran jika perlu. Letakkan potongan daging yang telah disiapkan pada rak kawat dengan wadah di bawahnya. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.

## 18. Memanaskan Gorengan

Cocok untuk memanaskan sebagian besar makanan yang digoreng, seperti ayam goreng, curry puff, lumpia goreng, dan lain sebagainya. Semua makanan harus dimasak terlebih dahulu dan pada suhu lemari es sekitar +5°C. Tata makanan yang digoreng di atas rak kawat dengan wadah di bawahnya. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Buka pintu tungku untuk **MEMBALIK KETIKA TERDENGAR BUNYI BIP DUA KALI** selama proses memasak, tekan Tombol **Mulai/Atur** untuk melanjutkan.

## 19. Krim Keju

Lepaskan pembungkusnya, potong keju menjadi kubus berukuran 3 cm, dan letakkan dalam mangkuk/wadah yang aman untuk gelombang mikro. Tutup dengan plastik pembungkus, dan letakkan wadah di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Jika makanan memerlukan waktu memasak lebih lama atau beratnya melebihi kisaran, masak menggunakan Pencairan Beku untuk mencairkannya.

## 20. Cokelat

Lepaskan pembungkusnya, pisahkan cokelat menjadi potongan kecil, dan letakkan dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro. Biarkan terbuka, dan letakkan wadah di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Setelah dipanaskan, aduk hingga meleleh seluruhnya. Jika makanan memerlukan waktu memasak lebih lama atau beratnya melebihi kisaran, masak menggunakan Pencairan Beku untuk mencairkannya.

Catatan: Cokelat tetap mempertahankan bentuknya bahkan ketika dilunakkan.

## 21. Mentega

Lepaskan pembungkusnya, potong mentega menjadi kubus berukuran 3 cm, dan letakkan dalam wadah yang aman untuk gelombang mikro. Tutup dengan plastik pembungkus, dan letakkan di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Aduk setelah dimasak. Jika makanan memerlukan waktu memasak lebih lama atau beratnya melebihi kisaran, masak menggunakan Pencairan Beku untuk mencairkannya.

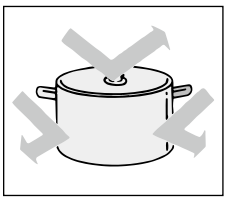
## 22. Es Krim

Lunakkan sedikit tanpa ditutup dan letakkan di tengah baki kaca. Pilih program dan berat, lalu tekan **Mulai/Atur**. Jika makanan memerlukan waktu memasak lebih lama atau beratnya melebihi kisaran, masak menggunakan Pencairan Beku untuk mencairkannya.

# Gelombang Mikro dan Cara Bekerja

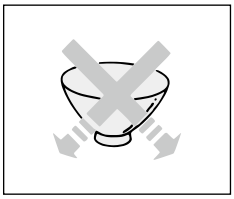
Gelombang Mikro adalah bentuk gelombang elektromagnetis frekuensi tinggi (sekitar panjang gelombang 12 cm) sama seperti yang digunakan pada radio. Listrik diubah ke dalam energi gelombang mikro oleh tabung magnetron. Gelombang mikro mengalir dari tabung magnetron menuju ruang tungku di mana gelombang tersebut dipantulkan atau diserap.

### Refleksi (Pemantulan)



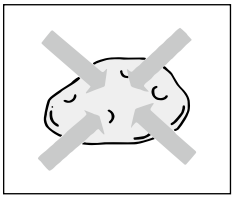
Gelombang mikro dipantulkan oleh logam seperti bola yang memantul dari dinding ke dinding. Kombinasi benda tidak bergerak (dinding bagian dalam) dan logam berputar (baki kaca atau wadah adukan) membantu penyebaran gelombang mikro tersebut ke semua ruang tungku selama memasak.

### Transmisi (Pengiriman)



Gelombang mikro dapat menembus beberapa material seperti kertas, kaca, dan plastik seperti sinar matahari menebus kaca jendela. Karena benda tersebut tidak menyerap atau memantulkan energi gelombang mikro, oleh karena itu benda tersebut sangat cocok sebagai wadah memasak dalam gelombang mikro.

### Penyerapan



Gelombang mikro diserap oleh makanan. Mereka dapat mencapai kedalaman sekitar 2-4 cm. Energi gelombang mikro mengikat molekul di makanan (khususnya molekul air, lemak, dan gula), dan membuatnya bergetar dengan cepat. Penggetaran ini menyebabkan gesekan dan panas. Untuk masakan yang banyak, panas yang dihasilkan dari gesekan yang dialirkan ke pusat untuk mematangkan masakan.

# Karakteristik Makanan

## KARAKTERISTIK MAKANAN

Karakteristik makanan yang mempengaruhi proses memasak konvensional lebih berat dibandingkan dengan pemanasan oleh gelombang mikro.

**Ukuran** — Memasak dengan porsi sedikit akan lebih cepat dibandingkan porsi besar.

**Bentuk** — Ukuran panas yang sama untuk kematangan merata. Untuk mengimbangi bentuk yang tidak merata, atur potongan tipis ke arah tengah pinggan dan potongan tebal ke sisi pinggan.

**Temperatur Memulai** — Makanan dalam suhu tuangan memerlukan waktu pemanasan yang lebih singkat daripada makanan beku dari lemari es.

**Tulang dan Lemak** — Keduanya berpengaruh terhadap panas.

Tulang dapat menyebabkan pemanasan yang tidak teratur. Lemak dalam jumlah yang banyak akan menyerap energi gelombang mikro dan daging di sebelah area ini dapat terlalu matang.

**Kepadatan** — Makanan yang berpori dan berongga membutuhkan waktu pemanasan yang lebih sedikit daripada makanan yang padat dan berat.

Indonesia

# Teknik Memasak

## Waktu

Kisaran waktu pemanasan diberikan di setiap resep. Kisaran waktu pemanasan mengimbangi tidak terkontrolnya bentuk makanan yang berbeda, temperatur mulai dan pilihan daerah. Selalu memasak dengan waktu minimum yang diberikan buku resep dan periksa kematangannya. Jika masakan belum matang lanjutkan proses memasak. Akan sangat mudah menambah waktu memasak jika makanan belum matang. Saat masakan kematangan, Anda tidak bisa berbuat apa-apa!

## Jarak

Makanan individual, seperti kentang panggang, kue mangkok, makanan penutup, akan dipanaskan secara merata jika ditempatkan pada tungku dengan penempatan dengan jarak yang sama. Jika memungkinkan, atur makanan dalam susunan melingkar.

Demikian pula, ketika menempatkan makanan dalam baki memanggang, atur melingkar di tepi pinggan, tidak sejajar satu dengan yang lainnya. JANGAN menumpuk makanan.

## Menusuk

Kulit atau selaput pada sebagian makanan akan menggelembung karena panas selama dimasak dalam gelombang mikro. Jika seperti itu makanan perlu ditusuk, disayat, atau dikuliti sebelum dimasak untuk mengeluarkan panas.

## Telur:

Tusuk kuning telur sebanyak dua kali dan putih telur beberapa kali menggunakan tusuk gigi.

## Tiram dan Kerang Utuh:

Tusuk beberapa kali menggunakan tusuk gigi.
**Sayur dan Kentang Utuh**: Tusuk menggunakan garpu.
**Frankfurter dan Sosis**: Sosis asap dan Frankfurter. Tusuk sosis segar menggunakan garpu.

## Mencokelatkan

Warna kecokelatan akan terlihat berbeda pada setiap masakan seperti memasak makanan dengan cara biasa atau makanan yang dimasak dengan warna kecokelatan agar lebih menonjol. Daging dan ayam yang diolesi saus kecokelatan seperti saus Worcestershire, saus barbekyu, atau saus kocok kecokelatan. Untuk menggunakan, campurkan saus dengan margarin; olesi sebelum dimasak.
Untuk roti atau muffin, gula merah dapat digunakan dengan resep sebagai ganti gula pasir, atau pada permukaan makanan dapat ditaburi dengan bumbu berwarna gelap sebelum dipanggang.

## Menutup

Sama halnya dengan memasak konvensional, uap lembap menguap selama proses memasak dengan gelombang mikro. Karena memasak dengan gelombang mikro dilakukan oleh waktu dan bukan dengan panas langsung, tingkat penguapan tidak bisa dikontrol dengan mudah. Bagaimanapun hal ini akan sangat mudah diperbaiki dengan menggunakan bahan yang berbeda sebagai penutup pinggan. Tetapi, jika disebutkan, resep dipanaskan tanpa tutup. Tutup kuali atau plastik bening digunakan sebagai penutup yang rapat. Penyimpanan derajat kelembapan yang berbeda juga dihasilkan oleh penggunaan kertas lilin atau tisu.

## Pengadukan (Stirring)

Pengadukan biasanya diperlukan selama proses memasak dengan gelombang mikro. Kami menjelaskan bila pengadukan diperlukan, dengan penggunaan kata sekali, dua kali, sering, atau sesaat untuk mengetahui jumlah pengadukan yang diperlukan. Selalu ratakan masakan dari sisi luar ke arah tengah dan sebaliknya.

## Pembalikan dan Penyusunan Kembali

Mengaduk untuk meratakan panas ke beberapa makanan tidak dimungkinkan. Kadang-kadang, energi gelombang mikro akan dipusatkan pada satu area makanan. Untuk mengatasi hal tersebut, beberapa makanan perlu di balik dan disusun kembali. Balik masakan besar seperti daging panggang atau kalkun. Pada umumnya masakan tersebut di balik sekali selama pemanasan.

Penyusunan kembali makanan kecil seperti potongan ayam, udang, atau pattie hamburger. Penyusunan kembali potongan daging tersebut dari bagian pinggir ke tengah atau sebaliknya.

## Waktu Tunggu

Kebanyakan makanan akan kembali dimasak oleh sisa penghantaran panas setelah tungku gelombang mikro dimatikan. Dalam memasak daging, suhu internal akan naik 5 °C jika dibiarkan tertutup selama 10-20 menit. Kaserol dan sayuran memerlukan waktu tunggu yang tidak lama, tapi waktu tersebut diperlukan untuk melengkapi waktu pemasakan tanpa mengakibatkan bagian pinggir masakan terlalu matang.

## Mencoba Hasil

Pengujian masakan dengan cara biasa dapat dilakukan untuk memasak dengan gelombang mikro.

Kue matang saat batang kayu bersih setelah ditusukkan ke dalam kue dan kue tidak menempel ke wadah.

Ayam matang saat sari yang berwarna kuning cerah terlihat dan bagian kaki tidak kaku.

Daging matang ketika terasa empuk atau seratnya terpisah.

Ikan matang ketika kulitnya mengelupas dan warnanya agak kusam.

## Mengubah Resep Favorit

Pilih resep yang dapat diubah dengan mudah untuk memasak dengan gelombang mikro, seperti kaserol, semur, ayam panggang, ikan dan sayuran. Hasil dari masakan seperti souffle masak atau dua lapisan adonan pai akan kurang dari kepuasan. Jangan pernah menggoreng dengan minyak yang banyak dengan tungku gelombang mikro. Peraturan dasar saat mengubah resep konvensional ke dalam resep gelombang mikro adalah dengan memotong waktu memasak yang disarankan menjadi seperempat. Cari juga resep gelombang mikro yang sama dan sesuaikan waktu serta pengaturan daya. Sebelum memasak dengan bumbu dan rempah (dan setengah bagian garam) sebelum memasak; dan sisa garam setelah memasak.

Semur tidak berwarna kecokelatan sebelum dimasak. Bersihkan minyak atau lemak yang digunakan untuk membuat kecokelatan. Potong daging semur menjadi 2,5 cm. Potong wortel, kentang, dan sayuran menjadi potongan kecil. Wortel dipotong tipis dan kentang dipotong berbentuk dadu.

Tutup dengan penutup kaca dan masak pada suhu 1000 W untuk mendidihkan cairan dan memasak pada 100 W sampai lunak. Aduk sesaat. Catatan: Tempatkan piring kecil di atas daging dan sayuran untuk mencegah terlalu matang.

Masak kaserol gelombang mikro dengan baik. Potong makanan menjadi potongan yang seragam. Sup kental membuat lapisan dasar yang baik untuk kaserol.
Pilih pinggan besar yang memungkinkan untuk dapat mengaduk. Memasang dengan tutup kaca atau plastik bening akan mengurangi waktu memasak. Aduk sesaat selama proses memasak. Untuk menjaga remah bagian atas garing taburi sebelum waktu tunggu.

## Menghangatkan Makanan Beku

Kebanyakan makanan beku memiliki petunjuk pemanasan gelombang mikro pada bagian belakang kemasan. Perhatikan petunjuk yang disarankan untuk tingkat daya, waktu pemanasan, dan petunjuk umum.

## Petunjuk Umum untuk Pemanasan Makanan Beku

Tusuk kantung sayuran atau makanan utama dengan garpu atau pisau. Letakkan kantung pada pinggan sebelum dipanaskan.

Makanan beku dalam **wadah logam yang lebih dalam dari 2 cm** seperti lasagna atau kentang isi panggang, harus dikeluarkan dari wadah foil dan ditempatkan pada wadah ukuran gelombang mikro yang tepat. Panas tertutup dengan penutup atau pembungkus plastik.
**CATATAN**: Jika makanan sulit dikeluarkan dari wadah, rendam bagian bawah wadah dengan air panas.

**Untuk menghangatkan makan malam beku dalam wadah foil**, keluarkan makanan dari kotak, jika terdapat penutup foil, lepaskan. Beberapa makanan seperti roti, kentang goreng atau jenis makanan penutup, seperti brownies, jangan hangatkan dengan gelombang mikro. Keluarkan jenis makanan ini dari baki. Tutup baki makanan penutup dengan pembungkus plastik. Panaskan sesuai dengan petunjuk dan pabrik. Letakkan baki foil di tengah tungku. Baki foil tidak boleh menyentuh dinding tungku atau logam lain. Beri jarak sekitar 2-3 cm antara baki foil dengan dinding tungku. Hanya panaskan 1 baki foil di tungku sekaligus.

## PENCAIRAN
### Menyiapkan Makanan untuk Dibekukan

Kualitas akhir dari makanan yang disiapkan akan bergantung pada kualitas asli sebelum pembekuan, perhatikan makanan sebelum pembekuan, teknik, dan waktu yang digunakan untuk pencairan. Pilih makanan dengan kualitas segar, baik, dan langsung bekukan setelah membeli.
Pembungkus plastik dan tas plastik yang tebal dapat digunakan di dalam freezer. Daging dapat dibekukan di dalam kemasan penyimpanan untuk waktu yang pendek.
Catatan: Jika aluminium foil dipakai untuk membungkus, semua foil harus dilepas sebelum pencairan untuk mencegah foil melengkung.

Saat MEMBUNGKUS UNTUK PEMBEKUAN, atur daging, ikan, dan makanan laut dalam lapisan yang sama. Simpan daging cincang dalam bentuk persegi, kotak, atau bulan sebesar 2,5 - 5 cm.

Keluarkan jeroan dalam tubuh unggas segar. (Jeroan bisa dibekukan terpisah, jika mau). Bersihkan dan keringkan unggas. Ikat kaki dan sayap dengan benang.

Keluarkan semua udara sebelum menyegel kantong plastik. BERIKAN LABEL kemasan dengan jenis dan potongan daging, tanggal, dan berat.

BEKUKAN makanan di dalam freezer pada suhu -18 °C atau lebih rendah. Waktu pencairan dijelaskan pada bagan di halaman 33 untuk pembekuan makanan secara menyeluruh. (misalnya, makanan harus dibekukan setidaknya 24 jam sebelum pencairan)

## PENCAIRAN

Untuk menggunakan pilih 300 W dan program waktu pencairan. Ikuti waktu pencairan dan petunjuk yang diberikan pada bab ini dan di halaman 33.

### Teknik-teknik Pencairan

1) Makanan harus dibekukan dalam keadaan lembap dan dengan material pembungkus tahan uap. Item kecil seperti daging potong, pattie hamburger, filet ikan, potongan unggas, dsb. harus dibekukan dalam 1 atau 2 lapisan.

2) Lepaskan pembungkus asli. Atur daging pada rak pemanggang gelombang mikro yang diletakkan pada pinggan. Atur 300 W dan panaskan sesuai waktu yang direkomendasikan pada bagan di halaman 33.
3) Balik daging atau unggas dua atau tiga kali selama pencairan. Lapisi bagian ujung dan bagian ujung yang tidak rata dari daging panggang selama siklus pencairan sudah setengah jalan.
4) Setengah putaran siklus pencairan sudah berjalan, belah daging cincang, udang, remis atau kepiting. Pisahkan potongan daging dan unggas, lalu keluarkan daging yang telah cair.

5) Daging panggang besar atau unggas utuh mungkin masih membeku di bagian tengah. Biarkan saja.

Indonesia

# Bagan Pencairan Beku

Waktu yang diberikan di bawah ini hanya panduan. Selalu periksa progres makanan dengan membuka pintu tungku dan mulai kembali. Untuk kuantitas yang lebih besar, sesuaikan waktu dengan baik. Jangan tutup makanan selama pencairan beku.

| Makanan | Berat/Kuantitas | Waktu & Mode | Metode |
|---|---|---|---|
| Daging Sapi/Kambing/ Persendian (1) (3) | 450 g | 300 W 6-8 menit | waktu tunggu 30 menit |
| Steak (1) (3) | 2 buah 250 g | 300 W 3-4 menit | waktu tunggu 3 menit |
| Daging sapi cincang (1) (3) | 450 g | 300 W 6-7 menit | waktu tunggu 5 menit |
| Semur steak (1) (3) | 450 g | 300 W 6-8 menit | waktu tunggu 10 menit |
| Ayam utuh (1) (3) | 450 g | 300 W 5-7 menit | waktu tunggu 10 menit |
| Ayam porsi (1) (3) | 450 g | 300 W 6-8 menit | waktu tunggu 5 menit |
| Ikan Utuh (1) (3) | 450 g | 300 W 6-8 menit | waktu tunggu 5 menit |
| Filet Ikan (2) (3) | 450 g | 300 W 5-6 mins | waktu tunggu 5 menit |
| Udang (2) (3) | 450 g | 300 W 4-6 menit | waktu tunggu 5 menit |
| Buah, Lembut (1) | 250 g | 300 W 2-3 menit | waktu tunggu 2 menit |
| Margarin (3) | 250 g | 300 W 1-2 menit | waktu tunggu 2 menit |
| Keju (3) | 450 g | 300 W 2-4 menit | waktu tunggu 2 menit |
| Hidangan di Piring Buatan Sendiri Berukuran Dewasa (2) | 350 g | 300 W 5-6 menit | waktu tunggu 3-5 menit |
| Buah Masak (2) | 540 g | 300 W 4-5 menit | waktu tunggu 3-5 menit |
| Daging Masak (2) | 520 g | 300 W 6-8 menit | waktu tunggu 3-5 menit |
| Quiche (3) | 1 buah 65 g | 300 W 1-2 menit | waktu tunggu 2 menit |
| Kaserol (1) | 750 g | 1000 W 6-7 menit | waktu tunggu 3-5 menit |
| Roti gulung (1) | 1 buah 85 g | 1000 W 20-30 detik | waktu tunggu 5 menit |
| Brioche besar (1) (3) (4) | 1 buah 400 g | Kombinasi 2; 3 menit 30 detik | waktu tunggu 5 menit |
| Croissants (1) (4) | 2 buah 100 g | Kombinasi 2; 1 menit-1 menit 30 detik | Tambahkan 1 menit memanggang untuk lebih renyah |
| Pastry puff (1) (3) | 1 rol 375 g | 300 W 2 menit-2 menit 30 detik | Waktu tunggu 20 menit di kulkas |
| Pastry shortcrust (1) (3) | 1 rol 500 g | 300 W 4-5 menit | Waktu tunggu 20 menit di kulkas |
| Adonan pizza (1) (3) | 1 bola 240 g | 300 W 2 menit-2 menit 30 detik | waktu tunggu 10 menit |
| Donut (1) (4) | 2 buah 100 g | Kombinasi 2; 1 menit-1 menit 30 detik | Waktu tunggu 3 menit di tungku |
| Waffle (1) (4) | 2 buah 40 g | Kombinasi 2; 1 menit-1 menit 30 detik | Tambahkan 1 menit memanggang untuk lebih renyah |
| Tart buah (3) | 470 g | 300 W 4-5 menit | waktu tunggu 5 menit |

(1) Balik atau aduk setelah setengah waktu memasak.
(2) Pisahkan atau balik beberapa kali.
(3) Lepaskan kemasan dan letakkan pada piring tahan panas.
(4) Letakkan pada rak kawat, jika diperlukan pada pinggan tahan panas.

# Bagan Pemanasan Ulang

Waktu yang diberikan pada bagan di bawah hanya sebagai rujukan saja, dan dapat berubah tergantung pada suhu awal, ukuran, dan sebagainya.

| Makanan | Berat/Kuantitas | Waktu & Mode | Metode |
|---|---|---|---|
| **Minuman Kopi Susu** | | | |
| Kopi | 1 cangkir 235 ml | 1000 W 1 menit 30 detik | Aduk sebelum dan setelah memanaskan |
| Kopi | 2 cangkir 470 ml | 1000 W 2 menit 30 detik-3 menit | |
| Susu | 1 cangkir 235 ml | 1000 W 1 menit 20 detik-1 menit 30 detik | |
| Roti | | | |
| Croissant | 1 buah 50 g | 1000 W 10-20 detik atau Panggang 3; 3 menit-3 menit 30 detik | Letakkan pada piring khusus gelombang mikro di baki kaca. Jangan ditutup. Jika menggunakan mode panggang, gunakan rak kawat atau piring tahan panas. Balik setelah setengah waktu memasak. |
| | 2 buah 100 g | 1000 W 30-40 detik atau Panggang 3; 4 menit | |
| Rol | 1 buah | 1000 W 10-20 detik atau Panggang 3; 3 menit-3 menit 30 detik | |
| | 4 buah | 1000 W 30-40 detik atau Panggang 3; 4-5 menit | |
| Roti Naan | 225 g | 1000 W 30-40 detik | Jangan ditutup. Balik setelah setengah waktu memasak. |
| Roti Pitta | 2 buah | 1000 W 20-30 detik | |
| **Hidangan di Piring Buatan Sendiri** | | | |
| Sayuran (matang) | 300 g | 1000 W 2 menit-2 menit 30 detik | Tutup. Aduk setelah setengah waktu memasak. |
| | 700 g | 1000 W 5 menit - 5 menit 30 detik | |
| Kentang tumbuk | 500 g | 1000 W 3-4 menit | |
| Nasi, quinoa, couscous | 300 g | 1000 W 2 menit-2 menit 20 detik | |
| Makanan bayi | 120 g | 600 W 30-40 detik | |
| **Makanan Kaleng** | | | |
| Kacang Panggang | 225 g | 1000 W 1 menit 30 detik-2 menit | Letakkan pada mangkuk khusus gelombang mikro di baki kaca. Tutup. Balik di pertengahan. |
| Spaghetti dengan saus tomat | 200 g | 1000 W 1 menit 30 detik | |
| Krim sup tomat | 400 g | 1000 W 2 menit 30 detik | |
| Sup ayam | 425 g | 1000 W 3 menit 30 detik | |
| **Produk Roti** | | | |
| Quiche | 400 g | 1000 W 2-3 menit atau Kombinasi 2; 4-6 menit | Letakkan pada piring khusus gelombang mikro di baki kaca. Jangan ditutup. Jika menggunakan mode kombinasi, gunakan piring tahan panas. |
| Samosa/lumpia | 4 buah 240 g | 1000 W 1-1 menit 30 detik atau Kombinasi 2; 5-6 menit | |
| **Makanan Siap Makan** | | | |
| Pai Cottage (dingin) | 450 g | 1000 W 5-6 menit atau Kombinasi 2; 12-15 menit | Letakkan pada piring khusus gelombang mikro di baki kaca. Jangan ditutup. Jika menggunakan mode kombinasi, gunakan piring tahan panas. |
| Lasagna (dingin) | 400 g | 1000 W 7-8 menit atau Kombinasi 2; 10-12 menit | |
| Shepherd’s pie (Beku) | 450 g | 1000 W 3-4 menit, lalu Kombinasi 2; 22-25 menit | |

# Bagan Memasak

| Makanan | Berat/Kuantitas | Waktu & Mode | Metode |
|---|---|---|---|
| **Kacang-kacangan harus direndam terlebih dahulu (kecuali kacang lentil)** | | | |
| Kacang arab | 225 g | 1000 W 8 menit, lalu 440 W 35-40 menit | Gunakan 600 ml (1 pt) air mendidih dalam mangkuk besar. Tutup. Balik di pertengahan. |
| Lentil | 225 g | 440 W 15-20 menit | |
| Kacang merah besar | 225 g | 1000 W 15 menit, lalu 440 W 35-40 menit | |
| **Sayuran segar, iris dan potong menjadi ukuran yang sama: Letakkan pada pinggan khusus gelombang mikro.** | | | |
| Asparagus | 200 g | 1000 W 4-5 menit | Tambahkan 30 ml (2 sdm) air, tutup. Balik di pertengahan. |
| Brokoli | 250 g | 1000 W 3-4 menit | |
| Kentang | 250 g | 1000 W 4-5 menit | |
| **Peringatan untuk Daging Kambing/Sapi dimasak mentah: Minyak Panas! Keluarkan pinggan secara hati-hati.** | | | |
| Daging Potong | 450 g | Kombinasi 2; 10 menit | Letakkan pada rak kawat dengan pelat tahan panas di bawahnya. Balik di pertengahan. |
| Persendian | 450 g | 600 W 10-13 menit, lalu Kombinasi 3; 6-10 menit | Letakkan piring yang menengadah di pinggan khusus gelombang mikro atau rak pada baki kaca. Tutup dan balik persendian di pertengahan. Tiriskan lemak selama proses memasak. Lepaskan penutup saat menggunakan mode Combination. |
| **Pasta-Letakkan dalam mangkuk khusus gelombang mikro berukuran 3 liter (6 pint)** | | | |
| Makaroni | 450 g | 1000 W 13-15 menit | Gunakan 1 liter (1¾ pin) air mendidih. Tutup. Balik di pertengahan. |
| Spaghetti, Tagliatellie | 225 g | 1000 W 11-12 menit | |
| **Pizza-Segar dingin- N.B. Keluarkan dari semua kemasan. Pizza akan memiliki roti dasar yang lembut** | | | |
| Tipis & Garing | 300 g | 1000 W 2-3 menit atau Kombinasi 2; 10-12 menit | Letakkan pada pelat tahan panas di baki kaca. Jangan ditutup. Jika menggunakan mode kombinasi, gunakan rak kawat. |
| Panci dengan Dasar yang Dalam | 400 g | 1000 W 4-6 menit atau Kombinasi 2; 10-12 menit | |
| **Produk Kentang yang Dimasak Sebagian-Beku** | | | |
| Kroket | 300 g | Kombinasi 2; 12-13 menit | Letakkan pada rak kawat di baki kaca. Balik di pertengahan. |
| Waffle | 2 buah 120 g | Panggang 3 ; 14 menit | |
| **Peringatan untuk Sosis dimasak mentah: Minyak Panas! Keluarkan pinggan secara hati-hati.** | | | |
| Tebal | 4 buah 240 g | 1000 W 2-3 menit atau Kombinasi 2; 8-10 menit | Letakkan pada piring khusus gelombang mikro di baki kaca. Tutup. Jika menggunakan mode combination/grill (kombinasi/ panggang), gunakan rak kawat. Jangan ditutup. Balik di pertengahan. |
| Tipis | 4 buah 120 g | 1000 W 1 menit 30 detik-2 menit 30 detik atau Panggang 3; 7-8 menit | |

## Catatan

Selalu periksa apakah makanan sangat panas setelah pemanasan dengan gelombang mikro. Jika tidak yakin, kembalikan ke tungku. Makanan akan memerlukan waktu tunggu, khususnya jika makanan tidak dapat diaduk. Makanan yang lebih padat akan memerlukan waktu tunggu yang lebih lama.

# Sebelum Meminta Perbaikan

| SEMUA INI ADALAH NORMAL: | |
|---|---|
| Tungku menyebabkan gangguan pada TV Anda. | Beberapa gangguan TV, Wi-Fi, telepon tanpa kabel, monitor bayi, peralatan bluetooth, atau nirkabel lainnya dapat terjadi ketika Anda memasak dengan tungku gelombang mikro. Gangguan semacam ini sama dengan gangguan yang timbul dari beberapa peralatan kecil lainnya seperti mikser, penyedot debu, pengering rambut, dan lain-lain. Hal ini tidak mengindikasikan kerusakan pada tungku Anda. |
| Uap yang terkumpul pada rongga tungku dan pintu tungku, serta udara panas muncul dari ventilasi tungku. | Selama proses memasak, uap dan air hangat muncul dari makanan. Sebagian besar uap dan udara hangat dikeluarkan dari ventilasi tungku, tetapi sebagian uap akan mengembun pada permukaan yang lebih dingin seperti di rongga tungku dan di pintu tungku. Ini normal. Selalu lap hingga kering setelah pendinginan. |
| Uap menumpuk di dalam pintu tungku. | Selama memasak, sebagian uap akan mengembun pada permukaan yang lebih dingin seperti di dalam pintu tungku. Itu normal dan aman untuk menggunakan produk. |
| Saya tidak sengaja mengoperasikan tungku ini tanpa adanya makanan di dalam tungku. | Mengoperasikan tungku kosong untuk periode waktu yang tidak lama, tidak akan mengakibatkan kerusakan pada tungku. Tetapi, kami tidak merekomendasikan ini untuk terjadi. |
| Ada beberapa suara yang terdengar dari tungku saat saya memasak menggunakan Kombinasi. | Bunyi ini dihasilkan ketika tungku secara otomatis mengaktifkan Panggang. Ini adalah normal. |
| Tungku ini akan menimbulkan bau dan asap saat menggunakan fungsi Kombinasi dan Panggang. | Dianjurkan untuk selalu membersihkan tungku ini secara berkala terutama setelah memasak pada Kombinasi dan Panggang. Lemak dan minyak yang ada di atas dan dinding dalam tungku akan menyebabkan timbulnya asap apabila tidak segera dibersihkan. |
| Asap akan keluar dari rongga ketika menggunakan Panggang dan Kombinasi untuk pertama kali. | Ini disebabkan oleh minyak berlebih di rongga dan minyak ini digunakan untuk perlindungan karat. |

| MASALAH | PENYEBAB MASALAH | CARA MENGATASINYA |
|---|---|---|
| Tungku tidak dapat dinyalakan. | Tungku tidak terhubung dengan benar. | Cabut tusuk kontak dari sakelar, tunggu 10 menit dan masukkan kembali. |
| | Aliran listrik atau sekering mati. | Hubungi pusat layanan khusus. |
| | Terdapat masalah dengan tusuk kontak. | Masukkan alat lain ke steker untuk mengetahui apakah tusuk kontak berfungsi. |
| Tungku tidak dapat dioperasikan. | Pintu tidak tertutup rapat. | Tutup pintu tungku dengan rapat. |
| | Tombol **Mulai/Atur** tidak ditekan setelah diprogram. | Tekan Tombol **Mulai/Atur**. |
| | Program lain sudah dimasukkan sebelumnya. | Ketuk Tombol **Berhenti/Batal** untuk membatalkan program sebelumnya dan memprogram ulang. |
| | Program tidak dimasukkan secara benar. | Program lagi sesuai dengan Petunjuk Penggunaan. |
| | Tombol **Berhenti/Batal** telah diketuk secara tidak sengaja. | Program tungku lagi. |
| Saat tungku dinyalakan, timbul gangguan suara dari baki kaca. | Cincin pemutar dan bagian bawah tungku kotor. | Bersihkan komponen ini sesuai dengan perawatan tungku (Lihat halaman selanjutnya). |
| "[ ]" akan muncul pada layar tampilan. | Kunci Pengaman Anak-anak diaktifkan dengan mengetuk Tombol **Mulai/Atur** 3 kali. | Nonaktifkan Kunci dengan mengetuk Tombol **Berhenti/Batal** 3 kali. |
| "H + angka (misalnya, H98)" muncul di Layar Tampilan. | Layar mengindikasikan masalah dengan sistem penghasil gelombang mikro. | Hubungi pusat layanan khusus. |
| "HOt" muncul pada layar tampilan. | Suhu rongga terlalu panas. | Operasikan lagi setelah suhu turun. Jika terburu-buru, masak makanan secara manual dengan memilih mode memasak yang benar dan waktu memasak sendiri. |

Jika terdapat masalah dengan tungku ini, hubungi Pusat Layanan resmi kami.

# Merawat Tungku Anda

1. Matikan tungku dan cabut tusuk kontak dari sakelarnya sebelum dibersihkan, bila memungkinkan.
2. Jaga kebersihan rongga. Apabila makanan tumpah atau cairan luber ke dinding tungku, bersihkan dengan kain basah. Detergen lembut dapat digunakan apabila tungku menjadi sangat kotor. Penggunaan detergen yang kasar atau abrasif tidak direkomendasikan.
3. Permukaan luar tungku harus selalu dibersihkan menggunakan kain basah. Untuk mencegah terjadinya kerusakan pada bagian dalam tungku ini, penggunaan air tidak boleh sampai merembes ke dalam ventilasi.
4. Jangan sampai Panel Kontrol terkena air. Bersihkan dengan kain basah yang lembut. Jangan menggunakan detergen, abrasif, atau semprotan pembersih lainnya pada Panel Kontrol. Saat membersihkan Panel Kontrol, buka pintu tungku untuk menghindari tungku menyala secara tiba-tiba. Setelah pembersihan, tekan Tombol **Berhenti/Batal** untuk menghapus layar tampilan.
5. Jika uap air panas terakumulasi di dalam atau di sekitar pintu tungku, bersihkan dengan kain yang lembut. Keadaan ini akan timbul apabila tungku gelombang mikro ini beroperasi di bawah kondisi kelembapan yang tinggi dan tidak ada indikasi adanya kerusakan pada unit ini.
6. Melepaskan baki kaca untuk dibersihkan adalah penting. Cucilah menggunakan air yang hangat atau masukan ke dalam mesin pencuci piring.
7. Cincin pemutar dan lantai rongga tungku harus selalu dibersihkan untuk menghindari timbulnya suara bising. Bersihkan permukaan bawah dengan detergen lembu, air, atau pembersih kaca kemudian keringkan. Cincin pemutar dapat dibersihkan dengan air hangat atau dengan mesin pencuci piring. Uap masakan akan timbul akibat penggunaan yang berulang tetapi tidak akan mempengaruhi permukaan bawah tungku atau pada roda cincin pemutar.
   Saat melepas bagian cincin permukaan dari lantai rongga tungku untuk dibersihkan, pastikan untuk memasangnya kembali dengan posisi yang benar.
8. Saat menggunakan PANGGANG atau memasak dengan KOMBINASI, beberapa jenis makanan akan memercikkan minyak ke dinding tungku. Apabila tungku tidak dibersihkan, biasanya akan menimbulkan "asap" selama pengoperasian tungku ini. Bekas dari makanan ini akan semakin sulit untuk dibersihkan.
9. Setelah menggunakan PANGGANG atau memasak dengan KOMBINASI, atap dan dinding tungku harus dibersihkan dengan kain halus setelah dicelupkan ke dalam air. Area sekitar jendela harus mendapatkan perawatan ekstra khususnya setelah memasak menggunakan PANGGANG atau KOMBINASI. Noda membandel pada bagian dalam tungku dapat dibersihkan menggunakan semprotan pembersih tungku yang dituangkan terlebih dahulu pada kain halus. Bersihkan noda yang bermasalah, diamkan sesuai waktu yang disarankan dan bersihkan kembali. Jangan membersihkan pintu tungku dan wilayah pemancar gelombang mikro pada dinding rongga sebelah kanan.

   JANGAN MENYEMPROT LANGSUNG KE DALAM TUNGKU.
   Jangan gunakan pembersih uap untuk membersihkan.
10. Saat mengganti bohlam lampu tungku, hubungi dealer kami untuk menggantinya.
11. Tungku harus dibersihkan secara berkala dan semua sisa makanan harus dikeluarkan.

# Spesifikasi Teknis

| Nama model: | | NN-GT65QB | NN-GT65QB | |
|---|---|---|---|---|
| Catu Daya: | | 230 - 240 V~ 50 Hz | 220 V~ 50 Hz | |
| Negara: | | Untuk Malaysia | Untuk Indonesia | Untuk Vietnam |
| Konsumsi Daya: | Gelombang Mikro | 5,3 A 1250 W | 5,7 A 1230 W | |
| | Panggang | 4,8 A 1140 W | 5,2 A 1140 W | |
| | Kombinasi | 5,8 A 1350 W | 6,2 A 1350 W | |
| Daya Memasak: | Gelombang Mikro* | 1000 W | | |
| | Panggang | 1100 W | | |
| Dimensi Bagian Luar (L × T × D): | | 525 mm × 310 mm × 401 mm | | |
| Dimensi Rongga Tungku (L × T × D): | | 359 mm × 247 mm × 362 mm | | |
| Volume Rongga Tungku: | | 31 L | | |
| Diameter Baki Kaca: | | Ø340 mm | | |
| Frekuensi Pengoperasian: | | 2450 MHz | | |
| Berat Tanpa Kemasan: | | Kira-kira 12,7 kg | | |

* Prosedur Uji IEC
Spesifikasi ini dapat berubah tanpa pemberitahuan sebelumnya.
Untuk persyaratan voltase, nomor manufaktur dan seri, lihat pelat nama pada tungku gelombang mikro.

Panasonic Kitchen Appliances Technology (Jiaxing) Co., Ltd.
No.369 Chenggong Road, Economic and Technological
Development Zone, Jiaxing, Zhejiang Province, China
Web Site: http://www.panasonic.com

F0045DJ10MP
PA1225-0
Printed in China