



Operating Instructions
Hướng Dẫn Sử Dụng
คู่มือการใช้งาน

Microwave Oven
Lò Vi Sóng
เตาอบไมโครเวฟ

Household Use Only
Chỉ Sử dụng trong Gia đình
สำหรับใช้ภายในครัวเรือนเท่านั้น

Model No. NN-SM33HM
NN-ST34HM



NN-SM33HM



NN-ST34HM

English

Tiếng Việt

ภาษาไทย

Contents

Important safety instructions.....	2
General guidelines.....	7
Containers to use	9
Parts of your oven	11
NN-SM33HM	
Control panel	12
Microwave cooking and defrosting	13
NN-ST34HM	
Control panel	14
Setting the clock	15
Child safety lock.....	15
Microwave cooking and defrosting	16
Multi-stage cooking.....	17
Quick 30 feature	18
Add time feature	18
Using the timer.....	19
Auto programmes	21
Turbo defrost.....	21
Auto reheat.....	22
Auto menu.....	23
Cooking and reheating guidelines	26
Questions and answers	27
Care of your oven	28
Specifications	29

Thank you for purchasing a Panasonic appliance.

Important Safety Instructions:

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

Important safety instructions

WARNING

1. The door seals and seal areas should be cleaned with a damp cloth.
The appliance should be inspected for damage to the door seals and door seal areas and if these areas are damaged the appliance should not be operated until it has been repaired by a service technician trained by the manufacturer.
2. Liquids and other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.
3. **WHEN YOUR OVEN REQUIRES SERVICING**, call your local Panasonic engineer (Customer Support). It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation which involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.

CAUTION

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

5. The microwave oven is intended for heating food and beverages. Drying of food, newspaper or clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar may lead to risk of injury, ignition or fire.
6. Before use, check that utensils/containers are suitable for use in microwave ovens.
7. The oven will only operate with the door closed.
8. When the oven is not being used, do not store any objects other than oven accessories inside the oven in case it is accidentally turned on.
9. The appliance shall not be operated **WITHOUT FOOD IN THE OVEN**.
Operation in this manner may damage the appliance.
10. If smoke or a fire occurs in the oven, press Stop/Reset and leave the door closed in order to stifle any flames.
Disconnect the power cord, or shut off the power at the fuse or the circuit breaker panel.
11. The oven lamp must be replaced by a service technician trained by the manufacturer. Do not attempt to remove the outer casing from the oven.

Installation

Examine your microwave oven

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

Earthing Instructions

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

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

Operation Voltage

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

Placement of the oven

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

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

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

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

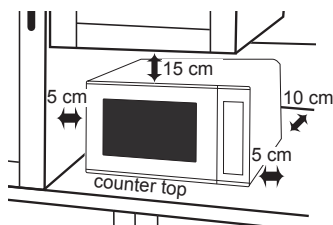
2. When this oven is installed, it should be easy to isolate the appliance from the electricity supply by pulling out the plug or operating a circuit breaker.

Important safety instructions

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

Counter-top use:

- Allow 15 cm of space on the top of the oven, 10 cm at the back and on 5 cm both sides.
- If one side of the oven is placed flush to a wall, the other side or top must not be blocked.



- Do not place this oven near an electric or gas cooker range.
- The feet should not be removed.
- This oven is only for household usage. Do not use outdoors.
- Avoid using the microwave oven in high humidity.
- The power cord should not touch the outside of the oven. Keep the cord away from hot surfaces. Do not let the cord hang over the edge of a table or work top. Do not immerse the cord, plug or oven in water.
- Do not block the air vents on the left side and back of the oven. If these openings are blocked during operation the oven may overheat. In this case the oven is protected by a thermal safety device and resumes operation only after cooling down.

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

Accessories

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

Roller ring

- The roller ring and the oven floor should be cleaned frequently to prevent noise and build-up of remaining food.
- The roller ring must always be used for cooking together with the glass tray.

Glass tray

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

Important

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

Short cooking time

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

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

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

Small quantities of food

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

Foods low in moisture

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

This oven has been developed for food use only.

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

Reheating

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

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

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

Standing time

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

Important safety instructions

Lids

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

Babies bottles and food jars

When reheating babies bottles always remove top and teat. Liquid at the top of the bottle will be much hotter than that at the bottom and must be shaken thoroughly before checking the temperature. This should be carried out before consumption to avoid burns. See page 26.

Boiled eggs

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

Foods with skins

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

Paper and plastic

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

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

Liquids

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

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

Deep fat frying

Do not attempt to deep fat fry in your oven.

Arcing

Arcing may occur accidentally if a metal container has been used or the incorrect weight of food is used. Arcing is flashes of blue light seen in the microwave oven. If this occurs, stop the machine immediately. If the oven is left unattended and this continues it can damage the machine.

Meat thermometer

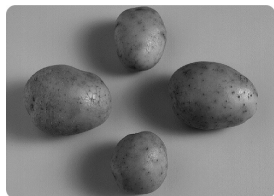
Use a meat thermometer to check the degree of cooking of joints and poultry only when meat has been removed from the microwave. If undercooked, return to the oven and cook for a few more minutes at the recommended power level. Do not leave a conventional meat thermometer in the oven when microwaving.

General guidelines

STANDING TIME

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

QUANTITY



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

SPACING



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

MOISTURE CONTENT

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

PIERCING



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

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

COVERING



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

DENSITY

Porous airy foods heat more quickly than dense heavy foods.

General guidelines

CLING FILM

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

SHAPE



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

STARTING TEMPERATURE

The colder the food, the longer it takes to heat up. Food from a fridge takes longer to reheat than food at room temperature. Food temperature should be between 5 and 8 °C before cooking.

LIQUIDS



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

TURNING AND STIRRING

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

ARRANGING

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

CHECKING FOOD



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

DISH SIZE



Follow the dish sizes given in the recipes, as these affect the cooking and reheating times.

A quantity of food spread in a bigger dish cooks and reheats faster.

CLEANING

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

Containers to use

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

OVEN GLASS

Glass that is heat resistant e.g. Pyrex®, is ideal, and can be used.

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



CHINA AND CERAMIC

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

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



POTTERY, EARTHENWARE, STONEWARE

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



FOIL/METAL CONTAINERS

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



CLING FILM

Use microwave cling film to cover food that is to be reheated, or cooked, **ON MICROWAVE ONLY** taking care to avoid the film being in direct contact with the food.



Containers to use

PLASTIC

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



PAPER

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



WICKER, WOOD, STRAW BASKETS

Do not use these items in your microwave. With continued use and with prolonged exposure they will crack and could ignite.



ALUMINIUM FOIL

Small amounts of smooth aluminium foil can be used to **SHIELD** joints of meat during defrosting. As the microwaves cannot pass through the foil this prevents the shielded parts from overcooking or overdefrosting. The foil must not touch the sides or roof of the oven, as this may cause arcing and damage your oven.



ROASTING BAGS

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

Parts of your oven

1. Door handle

Pull to open the door. Opening the door during cooking will stop the cooking process without cancelling the programme. It is quite safe to open the door at any time during a cooking programme and there is no risk of microwave exposure. For NN-SM33HM, cooking resumes as soon as the door is closed. For NN-ST34HM, cooking resumes after the door is closed and Start is pressed.

2. Oven window

3. Air vent

4. Microwave feed guide (Do not remove.)

5. External air vents

6. Control panel

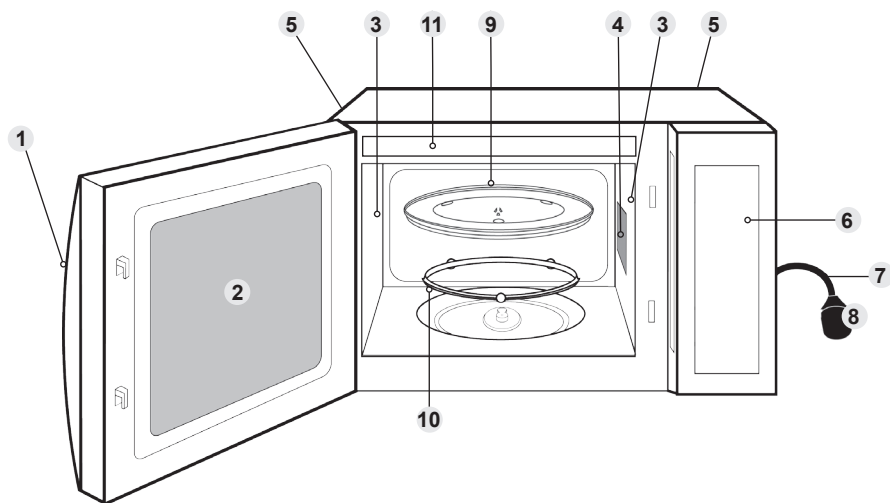
7. Power supply cord

8. Plug

9. Glass tray

10. Roller ring

11. Menu label (NN-ST34HM only)

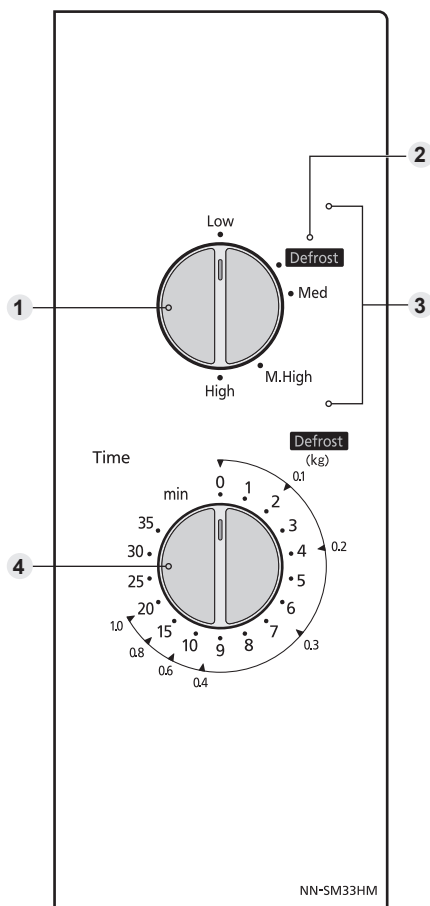


Identification and caution labels are attached on the oven.

■ Note

This illustration is for reference only.

Control panel



1 Cooking mode select dial

2 Defrost power

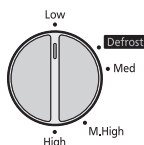
3 Microwave power

4 Time/weight select dial

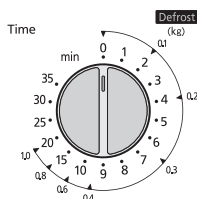
- Your control panel may have differences in appearance, but the words on the pads and functionality will be the same.

Microwave cooking and defrosting

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



Turn the dial to select the desired power level.



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

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

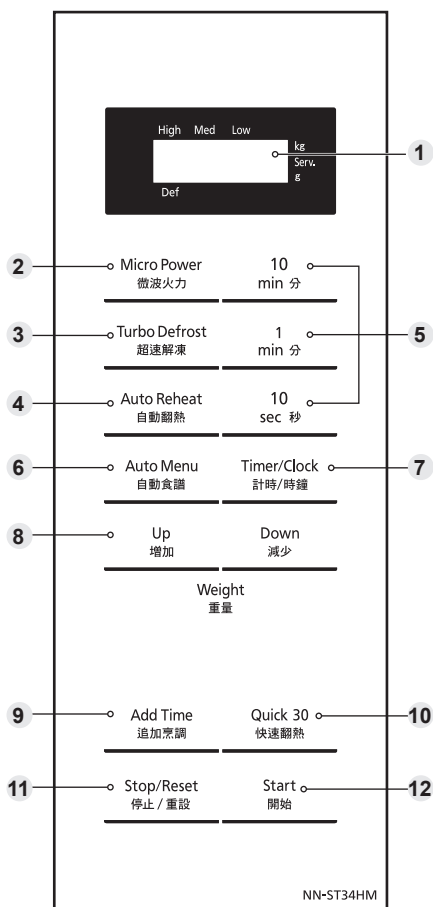
For the weight less than 0.2 kg, turn the dial past 0.2 kg and then adjust to the weight required.

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

■ Notes

1. If the door is already closed, the oven will start cooking/defrosting immediately.
2. If you wish to check the food during cooking simply open the door. The oven will automatically stop cooking. To continue cooking, close the door.
3. To stop cooking, turn Time/Weight Select dial to zero position. Cooking time can be reset at any time during the cooking cycle by turning the dial.
4. When food is removed from the oven after cooking is complete, check the Time/Weight Select dial is in the zero position.
5. Around half of defrosting time, turn over the food, remove the defrosted part/food, or shield thin ends/fat/bones of roast with foil. Refer to Defrosting guidelines on page 21 for details.

Control panel



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

9 Add Time pad

10 Quick 30 pad

11 Stop / Reset pad Before Cooking

One press clears your instructions.

During Cooking

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

12 Start pad

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

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

■ Beep sound

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

■ Note

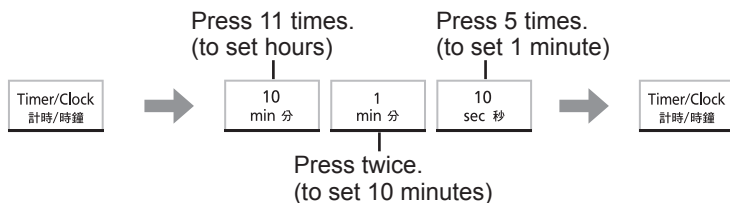
If Start is not pressed for 6 minutes after cooking programme setting, the oven will automatically cancel the cooking programme. The display will revert back to clock or colon.

NN-ST34HM

Setting the clock

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

Example: To set 11:25am



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

Enter time of day.

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

■ Notes

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

NN-ST34HM

Child safety lock

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

To Set:



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

To Cancel:



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

Microwave cooking and defrosting

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



Press Micro Power to select the desired power level.

Set the cooking time.

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

Press Start.

The time counts down in the display.

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

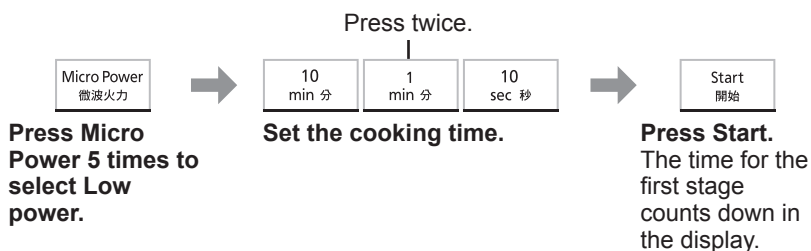
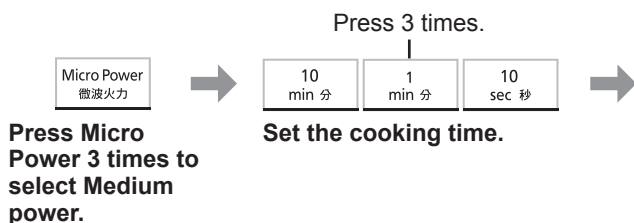
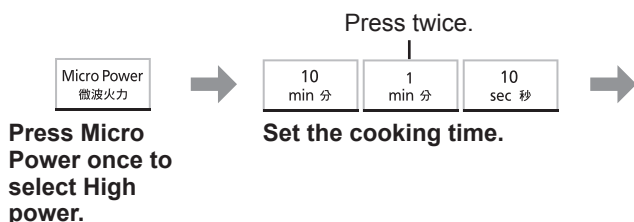
■ Notes

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

Multi-stage cooking

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

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



■ Notes

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

Quick 30 feature

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



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

Press Start.
The time counts down in the display.

■ Notes

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

Add time feature

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

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



Press Add Time right after cooking.

Set the cooking time.

Press Start.
The time counts down in the display.

■ Notes

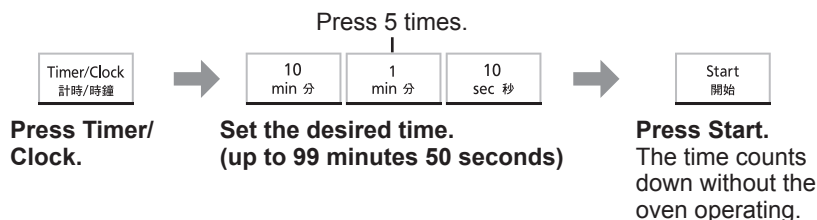
1. During cooking, set the additional cooking time (1 to 10 minutes) in 5 seconds after pressing Add Time. Time will be added without pressing Start.
2. After cooking, ADD TIME can be set up to 30 minutes for High power and 99 minutes 50 seconds for other powers. It will be cancelled, if you don't perform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

Using the timer

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

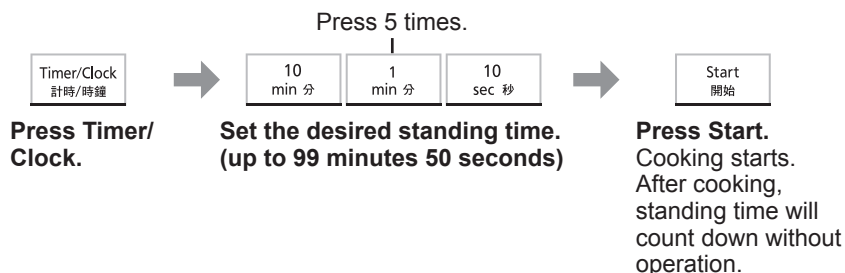
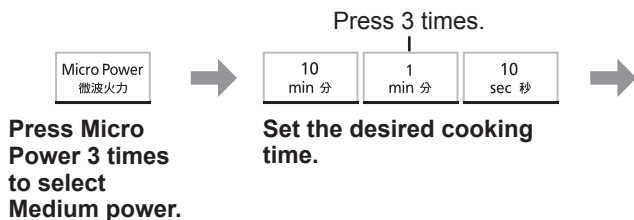
Kitchen timer

Example: To count 5 minutes.



Standing time

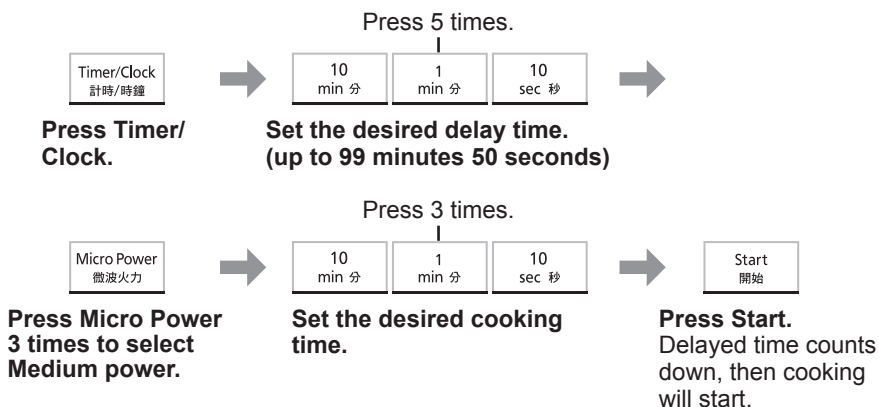
Example: To stand for 5 minutes after cooking at Medium power for 3 minutes.



Using the timer

Delay start

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



■ Notes

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

NN-ST34HM

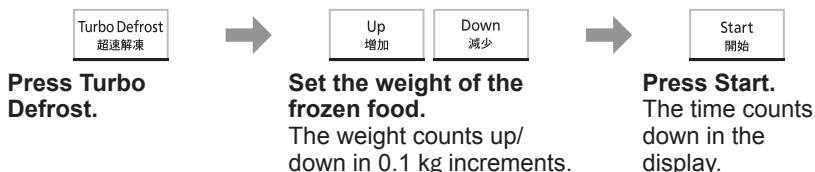
Auto programmes

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

■ Notes

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

Turbo defrost



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

■ Note

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

Defrosting guidelines

For Best Results:

1. Place foods in a suitable container. Meat joints and chickens should be placed on an upturned saucer or on a plastic rack if you have one.
2. Check food during defrosting, as foods vary in their defrosting speed.
3. It is not necessary to cover the whole food (see point 6).
4. Always turn or stir the food especially when the oven “beeps”. Shield if necessary (see point 6).
5. Minced meat, chops and other small items should be broken up or separated and placed in a single layer.

Auto programmes

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



Arrange food in a single layer.



Turn or break up food as soon as possible.



Shield chickens and joints of meat.

Auto reheat



■ Note

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

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

Auto menu



■ Note

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

Programme	Instructions		
2. CONGEE/PORRIDGE	Weight: 50/100/150 g	Rice	Recommended Water
		50 g	250-400 ml
		100 g	600-800 ml
		150 g	800-1000 ml
	Place the rice in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed above. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. During cooking, partially cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu once. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.		
Auto Menu 自動食譜 1 press			
3. INSTANT NOODLE	Serving: 1 Serv./ 2 Serv.	Serving	Recommended Water
		1 Serv.	450 ml
		2 Serv.	800 ml
	Place the instant noodle and seasonings in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed above. Allow at least ½ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu twice. Set the serving and press Start. Stir at beeps. Stand 1-2 minutes after cooking.		
	Auto Menu 自動食譜 2 presses		

Auto programmes

Programme	Instructions	
4. DOUBLE BOIL Auto Menu 自動食膳 3 presses	Serving: 4-6 Serv./ 1-3 Serv. For cooking traditional soups; herbal soup, birdnest 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 flavour of the food. Place all ingredients in a microwave safe casserole. Add recommended ingredients listed above. Allow at least $\frac{1}{2}$ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 3 times. Set the serving and press Start. Stir at beeps.	Serving Recommended Ingredients 4-6 Serv. 400 g meat, 300 g root vegetables, 800 ml water
		1-3 Serv. 200 g meat, 150 g root vegetables, 600 ml water
5. VEGETABLES Auto Menu 自動食膳 4 presses	Weight: 120/180/250/370 g For cooking all types of leaf, green and soft varieties, including broccoli, squash, cauliflower, cabbage, asparagus, beans, celery, zucchini, spinach, capsicum or a mixture of these. Cut all vegetables into the same size pieces. Place vegetables in a suitable size microwave safe casserole. Add 2-4 tbsp of water if desired. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 4 times. Set the weight of the food and press Start. Stir at beeps.	
6. POTATOES Auto Menu 自動食膳 5 presses	Weight: 200/400/600 g Pierce the potatoes 6 times with a fork. Place in a suitable size microwave safe casserole. Add 1-3 tbsp of water if desired. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 5 times. Set the weight of the food and press Start. Turn over at beeps.	
7. CASSEROLE RICE Auto Menu 自動食膳 6 presses	Weight: 100/200/300 g For cooking white rice including short grain, long grain, jasmine rice and basmati rice. Place rice in a suitable size microwave safe casserole. Add recommended water listed above. Allow at least $\frac{1}{2}$ depth of volume for evaporation to prevent boiling over. Cover with lid. Place the casserole on glass tray. Press Auto Menu 6 times. Set the weight of the food and press Start. Stand 5 minutes after cooking.	Rice Recommended Water 100 g 180 ml 200 g 300 ml 300 g 450 ml

Programme	Instructions		
8. FISH Auto Menu 自動食譜 7 presses	Weight: 100/200/300/400 g	Fish	Recommended Water
		100 g	2 tsps water or stock
		200 g	2 tsps water or stock
		300 g	3 tsps water or stock
		400 g	3 tsps water or stock
	For cooking whole fish and fish fillets. Put the prepared fish in a microwave safe dish. Add recommended water listed above. Cover dish securely with plastic wrap. Place the dish on glass tray. Press Auto Menu 7 times. Set the weight of the food and press Start.		
9. CHICKEN Auto Menu 自動食譜 8 presses	Weight: 200/400/600/800 g		
	For cooking chicken pieces such as wings, drumsticks, thighs, half breasts etc. Pierce the chicken pieces before cooking. Put the prepared chicken pieces in a suitable size microwave safe dish. Add 1-5 tbsp oil if desired. Cover with lid. Place the dish on glass tray. Press Auto Menu 8 times. Set the weight of the food and press Start. Turn at beeps.		

Cooking and reheating guidelines

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

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

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

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

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

MINCE PIES - CAUTION

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

PUDDINGS AND LIQUIDS - CAUTION

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

Do not leave unattended.

Do not add extra alcohol.

BABIES BOTTLES - CAUTION

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

For 7-8 fl. oz. of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 30-50 secs.

CHECK CAREFULLY BEFORE FEED.

For 3 fl. oz. of milk from fridge temperature, remove top and teat. Heat on HIGH power for 15-20 secs.

CHECK CAREFULLY BEFORE FEED.

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

The bottle must be shaken thoroughly and tested before use.

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

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

PLATED MEALS

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

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

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

CANNED FOODS

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

SOUPS

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

CASSEROLES

Stir halfway through and again at the end of heating.

Questions and answers

Q: Why won't my oven turn on?

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

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

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

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

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

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

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

A: The metal in some thermometers may cause arcing in your oven and should not be used in a microwave oven.

For NN-ST34HM only

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

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

Care of your oven

1. The oven should be unplugged before cleaning.
2. Clean the inside of the oven, door seals and door seal areas regularly. When food splatters or spilled liquids adhere to the oven walls, door seals and door seal areas wipe off with a damp cloth. Mild detergent may be used if they get very dirty. The use of harsh detergent or abrasive is not recommended. Avoid cleaning the microwave feed guide area situated on the right hand side of the cavity wall.
DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS.
3. Do not use harsh, abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering the glass.
4. The outside oven surface should be cleaned with a damp cloth. To prevent damage to the operating parts inside the oven, water should not be allowed to seep into the ventilation openings.
5. If the Control Panel becomes dirty, clean it with a soft cloth. Do not use harsh detergents or abrasives on the Control Panel. When cleaning the Control Panel leave the oven door open to prevent the oven from accidentally turning on. After cleaning press Stop/Reset to clear display window or make sure Time/weight select dial is set to zero position.
6. If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe with a soft cloth. This may occur when the oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates a malfunction of the unit.
7. It is occasionally necessary to remove the glass tray for cleaning. Wash the tray in warm soapy water or in a dishwasher.
8. The roller ring and oven cavity floor should be cleaned regularly to avoid excessive noise. Simply wipe the bottom surface of the oven with mild detergent and hot water then dry with a clean cloth. The roller ring may be washed in mild soapy water. Cooking vapours collect during repeated use but in no way affect the bottom surface or roller ring wheels. After removing the roller ring from the cavity floor for cleaning, be sure to replace it in the proper position.
9. A steam cleaner is not to be used for cleaning.
10. This oven should only be serviced by qualified personnel. For maintenance and repair of the oven contact the nearest authorised dealer.
11. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of surfaces that could affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.
12. Keep air vents clean at all times. Check that no dust or other material is blocking any of the air vents on the top, bottom or rear of the oven. If air vents become blocked this could cause overheating which would affect the operation of the oven and possibly result in a hazardous situation.

Specifications

Power Source	220 V ~ 50 Hz
Power Consumption	5.9 A 1270 W
Output	800 W (IEC-60705)
Outside Dimensions	485 (W) × 400 (D) × 287 (H) mm
Oven Cavity Dimensions	315 (W) × 349 (D) × 227 (H) mm
Overall Cavity Volume	25 L
Glass Tray Diameter	288 mm
Operating Frequency	2450 MHz
Net Weight	12.7 kg

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

Mục lục

Hướng dẫn sử dụng an toàn	2
Hướng dẫn chung	7
Dụng cụ chứa để sử dụng	9
Các bộ phận của lò	11
NN-SM33HM	
Bảng điều khiển	12
Nấu và rã đông bằng lò vi sóng	13
NN-ST34HM	
Bảng điều khiển	14
Cài đặt đồng hồ	15
Khóa an toàn trẻ em	15
Nấu và rã đông bằng lò vi sóng	16
Nấu nhiều giai đoạn	17
Tính năng chọn nhanh 30	18
Tính năng thêm thời gian	18
Sử dụng hẹn giờ	19
Chương trình tự động	21
Rã đông nhanh	21
Tự động hâm nóng	22
Nấu tự động	23
Hướng dẫn nấu và hâm nóng	26
Thắc mắc và câu trả lời	27
Bảo quản lò vi sóng của bạn	28
Đặc điểm kỹ thuật	29

Xin cảm ơn bạn đã mua sản phẩm Panasonic này.

Hướng dẫn sử dụng an toàn:

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

Hướng dẫn sử dụng an toàn

CẢNH BÁO

1. Các miếng đệm cửa và khu vực miếng đệm cần được làm sạch bằng vải lau ẩm.
Cần phải kiểm tra thiết bị xem có hư hỏng các miếng đệm cửa và khu vực miếng đệm cửa hay không và nếu những chỗ này bị hư hỏng thì không được vận hành thiết bị cho đến khi đã được sửa chữa bởi một kỹ thuật viên bảo trì do nhà sản xuất đào tạo.
2. Các loại chất lỏng và thực phẩm khác không được làm nóng trong đồ chứa bịt kín bởi chúng sẽ phát nổ.
3. KHI LÒ CẦN BẢO TRÌ, hãy gọi kỹ sư của Panasonic tại địa phương của bạn (bộ phận Hỗ trợ Khách hàng). Sẽ rất nguy hiểm cho bất cứ ai không phải là người có đủ năng lực thực hiện bất cứ công tác bảo trì hoặc sửa chữa nào liên quan đến việc tháo nắp bảo vệ chống tiếp xúc với năng lượng vi sóng.

THẬN TRỌNG

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

5. Lò vi sóng này được thiết kế để làm nóng thức ăn và đồ uống. Dùng thiết bị sấy thực phẩm, bảo hoặc quần áo và làm nóng các tấm đệm sưởi ấm, giày dép, miếng xốp, khăn ướt và vật dụng tương tự có thể dẫn đến nguy cơ gây thương tích, bắt lửa hoặc hỏa hoạn.
6. Trước khi sử dụng, hãy kiểm tra các đồ dùng/dụng cụ chứa phải phù hợp để sử dụng trong lò vi sóng.
7. Lò sẽ chỉ hoạt động khi đã đóng cửa lại.
8. Khi không sử dụng lò, đừng để bất cứ vật gì khác ngoài các phụ kiện của lò bên trong lò nếu như vô tình bật thiết bị.
9. Không được vận hành thiết bị MÀ KHÔNG CÓ THỰC PHẨM TRONG LÒ.
Vận hành theo cách này có thể làm hỏng thiết bị.
10. Nếu có khói hay lửa trong lò, hãy bấm Dừng/Cài đặt lại và để cửa đóng lại để dập tắt ngọn lửa. Ngắt đầu nối dây điện nguồn, hoặc tắt nguồn điện tại cầu chì hoặc bằng điều khiển bộ ngắt mạch.
11. Đèn trong lò phải được thay thế bởi một kỹ thuật viên bảo trì được nhà sản xuất đào tạo. Không được cố tháo vỏ bên ngoài ra khỏi lò.

Lắp đặt

Kiểm tra lò vi sóng

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

Hướng dẫn Nối đất

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

Điện áp hoạt động

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

Bố trí vị trí đặt lò

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

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

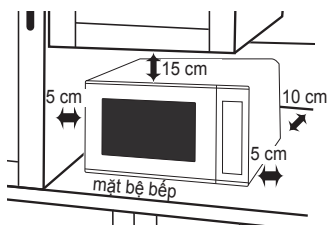
1. Đặt lò lên trên một bề mặt bằng phẳng và ổn định, cao cách sàn hơn 85 cm.
Thiết bị này có dạng đứng tự do và không dùng để đặt trong khoang tủ.
2. Khi lắp đặt lò này, sẽ dễ dàng cô lập thiết bị khỏi nguồn cấp điện bằng cách rút phích cắm điện hoặc dùng bộ ngắt mạch.

Hướng dẫn sử dụng an toàn

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

Sử dụng khi đặt trên mặt bếp:

- Chừa khoảng trống 15 cm trên đỉnh lò, 10 cm ở phía sau và trên 5 cm cả hai bên.
- Nếu một bên lò được đặt ngang với tường thì bên kia hoặc trên đỉnh phải không bị chặn vướng.



- Không đặt lò này gần nồi cơm điện hoặc bếp gas.
- Không nên tháo các chân đế của lò.
- Lò này chỉ để sử dụng trong gia đình. Không sử dụng ngoài trời.
- Tránh sử dụng lò vi sóng ở nơi có độ ẩm cao.
- Không nên để dây điện nguồn chạm vào bên ngoài lò. Để dây điện cách xa các bề mặt nóng. Không để dây điện vắt ngang qua mép bàn hoặc nơi bày thực phẩm nấu nướng. Không được dim dây điện, phích cắm điện hoặc lò vào nước.
- Không được chặn các lỗ thông khí ở trên đỉnh và mặt sau của lò. Nếu các lỗ hở này bị chặn trong quá trình hoạt động thì lò có thể bị quá nóng. Trong trường hợp này lò sẽ được bảo vệ bằng một thiết bị an toàn nhiệt và tiếp tục hoạt động sau khi hạ nhiệt.

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

Các phụ kiện

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

Vòng xoay

- Vòng xoay và đáy khoang lò cần được vệ sinh thường xuyên để ngăn phát tiếng ồn và vụn thức ăn thừa tích tụ.
- Phải luôn sử dụng vòng xoay để nấu nướng cùng với đĩa thủy tinh.

Đĩa thủy tinh

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

Quan trọng

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

Thời gian nấu ngắn

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

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

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

Sử dụng lượng nhỏ thực phẩm

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

Thực phẩm có độ ẩm thấp

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

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

Hâm nóng

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

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

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

Thời gian chờ

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

Hướng dẫn sử dụng an toàn

Nắp đậy

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

Bình sữa em bé và hộp chứa thức ăn

Khi hâm nóng bình sữa em bé hãy luôn tháo phần đầu trên và núm vú ra. Phần sữa ở trên đầu bình sẽ nóng hơn nhiều so với ở phần đáy và phải lắc kỹ trước khi kiểm tra nhiệt độ. Nên thực hiện thao tác này trước khi dùng để tránh bị bỏng. Xem trang 26.

Trứng luộc

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

Thực phẩm có lớp vỏ

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

Giấy và nhựa

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

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

Chất lỏng

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

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

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

Chiên dầu ngập mặt

Không được cố gắng chiên dầu ngập mặt trong lò.

Phóng hồ quang điện

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

Nhiệt kế đo thịt

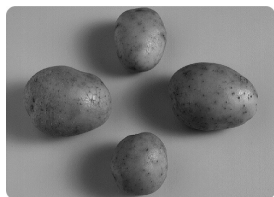
Sử dụng nhiệt kế đo thịt để kiểm tra mức độ chín của các khớp xương và thịt gia cầm chỉ khi thịt đã được lấy ra khỏi lò vi sóng. Nếu chưa chín, hãy đưa trở lại lò và nấu thêm vài phút ở mức công suất được khuyến cáo. Không để nhiệt kế đo thịt thông thường vào lò khi đang bật vi sóng.

Hướng dẫn chung

THỜI GIAN CHỜ

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

SỐ LƯỢNG



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

GIẢN CÁCH



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

THÀNH PHẦN ĐỘ ẨM

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

ĐÂM THÙNG



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

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

CHE PHỦ



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

MẬT ĐỘ

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

Hướng dẫn chung

TẮM FILM MỎNG GÓI THỰC PHẨM

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

HÌNH DẠNG



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

NHIỆT ĐỘ BẮT ĐẦU

Thực phẩm càng lạnh thì càng làm nóng lâu hơn. Thực phẩm từ tủ lạnh sẽ mất nhiều thời gian để hâm nóng hơn là thực phẩm ở nhiệt độ phòng. Nhiệt độ thực phẩm nên ở từ 5 đến 8 °C trước khi nấu.

CHẤT LỎNG



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

ĐẢO VÀ KHUẤY

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

SẮP XẾP

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

KIỂM TRA THỰC PHẨM



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

KÍCH THƯỚC ĐĨA



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

VỆ SINH

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

Dụng cụ chứa để sử dụng

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

THỦY TINH DÙNG CHO LÒ VI SÓNG

Thủy tinh tốt nhất là loại có khả năng chịu nhiệt ví dụ như Pyrex®, và có thể dùng được.

Không sử dụng loại thủy tinh mỏng có thể bị nứt vỡ do nhiệt từ thực phẩm. Không sử dụng pha lê chứa chì có thể bị nứt vỡ hoặc phóng hồ quang điện.



ĐỒ GỐM SỨ

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

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



DỤNG CỤ BẰNG GỐM, ĐẤT NUNG, ĐỒ ĐÁ

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



DỤNG CỤ CHỨA BẰNG KIM LOẠI/LÁ NHÔM

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



TẤM FILM MỎNG GÓI THỰC PHẨM

Sử dụng tấm film mỏng dùng cho lò vi sóng để che đậy thực phẩm cần hâm nóng hoặc nấu, CHỈ KHI DÙNG LÒ VI SÓNG, cần thận để tránh tấm film tiếp xúc trực tiếp với thực phẩm.



Dụng cụ chứa để sử dụng

ĐỒ NHỰA

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



DỤNG CỤ BẰNG GIẤY

Có thể sử dụng giấy dùng cho nhà bếp màu trắng trơn (khăn bếp) để che phủ vỏ bánh nướng sẵn và để bao phủ thịt xông khói nhằm chặn bắn văng **CHỈ SỬ DỤNG CHO THỜI GIAN NẤU NGẮN. TUYỆT ĐỐI KHÔNG TÁI SỬ DỤNG MIẾNG KHĂN BẾP.**

Hãy tránh các loại giấy dùng cho bếp có chứa sợi nhân tạo. Kiểm tra xem khăn bếp được tái sử dụng có thương hiệu đó có được khuyến cáo sử dụng cho lò vi sóng hay không. Không sử dụng các loại tách tráng sáp hoặc nhựa bởi lớp mặt có thể bị tan chảy trong lò. Có thể dùng giấy thấm dầu để lót đáy đĩa và bao phủ các thực phẩm nhiều chất béo. Có thể sử dụng đĩa giấy trắng **CHỈ KHI DÙNG LÒ VI SÓNG VỚI THỜI GIAN HÂM NÓNG NGẮN.**



GIỎ ĐẠN BẰNG LIỄU GAI, GỖ, SỢI RƠM

Không sử dụng các thứ này trong lò vi sóng. Khi sử dụng liên tục và tiếp xúc kéo dài chúng sẽ bị nứt gãy và có thể bốc cháy.



LÁ NHÔM

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

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



TÚI NƯỚNG

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

Các bộ phận của lò

1. Tay cầm cửa

Kéo ra để mở cửa. Mở cửa trong lúc đang nấu sẽ dừng lại quá trình nấu mà không hủy bỏ chương trình. Sẽ khá an toàn khi mở cửa bất cứ lúc nào trong một chương trình nấu và sẽ không có nguy cơ tiếp xúc với vi sóng. Đối với NN-SM33HM, quá trình nấu sẽ được tiếp tục ngay khi cửa lò được đóng. Đối với NN-ST34HM, máy sẽ tiếp tục nấu sau khi đóng cửa lại và nhấn phím Khởi động.

2. Cửa sổ lò

3. Lỗ thông khí

4. Ống dẫn nạp vi sóng

(Không được tháo.)

5. Lỗ thông khí bên ngoài

6. Bảng điều khiển

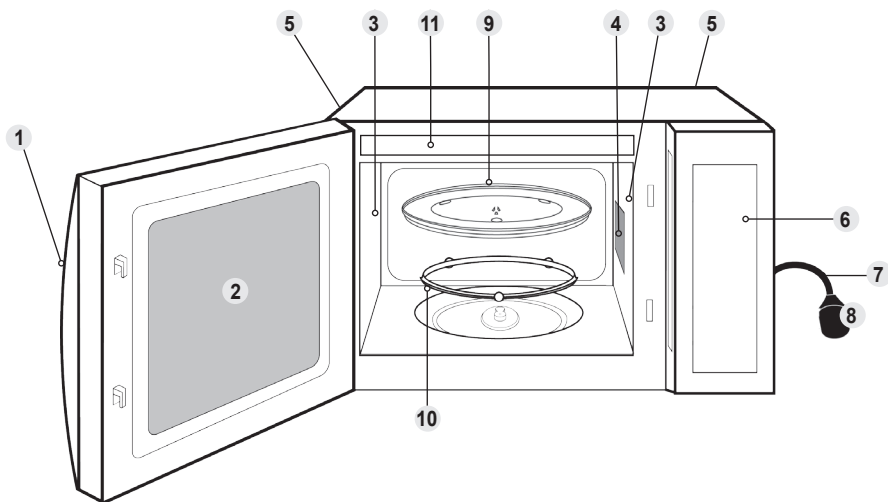
7. Dây điện nguồn

8. Phích

9. Đĩa thủy tinh

10. Vòng xoay

11. Nhấn menu (Chỉ NN-ST34HM)

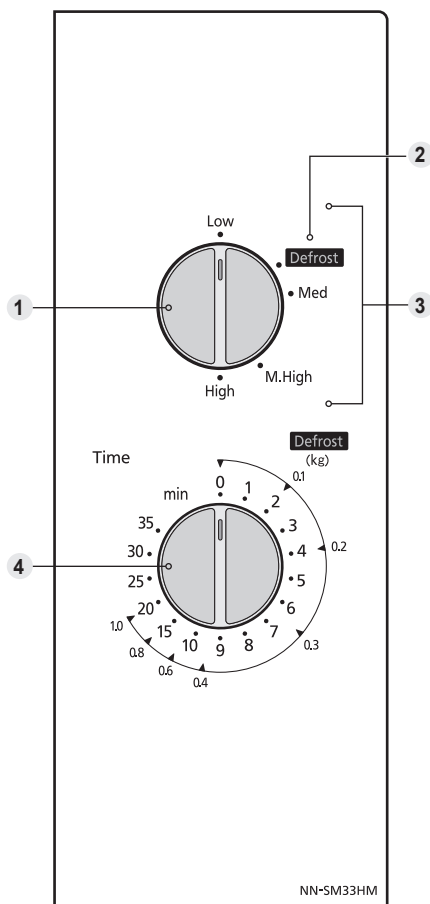


Các nhãn nhận diện và thận trọng được gắn trên lò vi sóng.

■ Lưu ý

Hình minh họa trên chỉ dùng để tham khảo.

Bảng điều khiển



1 Nút xoay chọn chế độ nấu

2 Công suất rã đông

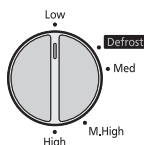
3 Công suất vi sóng

4 Nút xoay chọn thời gian/trọng lượng

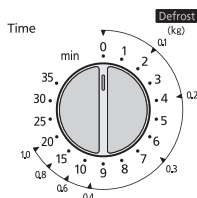
- Bảng điều khiển có thể có khác biệt về bề ngoài, nhưng từ ngữ trên các phím và chức năng đều sẽ giống nhau.

Nấu và rã đông bằng lò vi sóng

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



Xoay nút xoay để chọn mức công suất mong muốn.



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

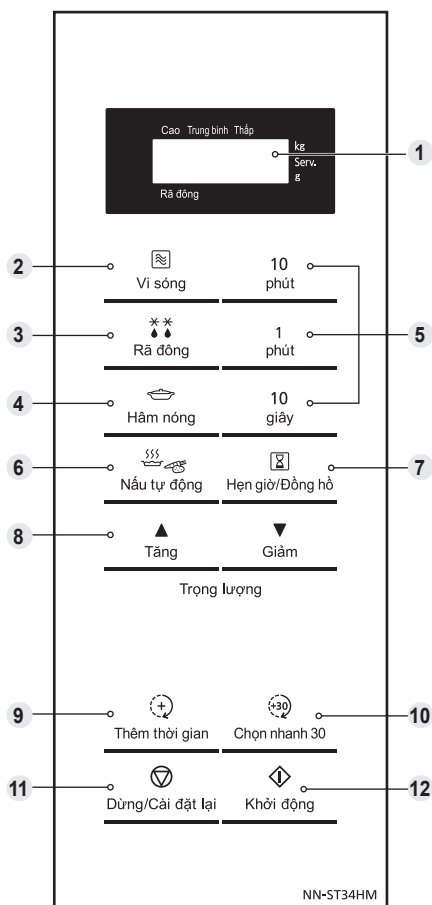
Đối với thời gian nấu ngắn, hãy xoay nút qua 5 phút rồi điều chỉnh đến thời gian cần thiết. Đối với trọng lượng dưới 0,2 kg, hãy xoay nút qua 0,2 kg rồi điều chỉnh đến trọng lượng cần thiết.

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

■ Lưu ý

1. Nếu cửa lò đã đóng, lò sẽ bắt đầu nấu/rã đông ngay lập tức.
2. Nếu bạn muốn kiểm tra thức ăn trong quá trình nấu chỉ cần mở cửa lò ra. Lò sẽ tự động ngừng nấu. Để tiếp tục nấu, hãy đóng cửa lò lại.
3. Để ngừng nấu, xoay nút xoay Chọn thời gian/trọng lượng về vị trí số không. Thời gian nấu có thể được đặt lại bất cứ lúc nào trong suốt chu trình nấu bằng cách xoay nút này.
4. Khi lấy thức ăn ra khỏi lò sau khi nấu xong, kiểm tra nút xoay Chọn thời gian/trọng lượng đang ở vị trí số không.
5. Khi được khoảng một nửa thời gian rã đông, hãy đảo thức ăn, lấy phần/thức ăn bị rã đông ra, hoặc bọc phần đầu dẹt/mỡ/xương cần nướng bằng giấy nhôm. Tham khảo Hướng dẫn rã đông ở trang 21 để biết chi tiết.

Bảng điều khiển



- 1 Màn hiển thị
- 2 Phím Vi sóng
- 3 Phím Rã đông
- 4 Phím Hâm nóng
- 5 Các phím Thời gian
- 6 Phím Nấu tự động
- 7 Phím Hẹn giờ / Đồng hồ
- 8 Các phím Tăng / Giảm để cài đặt trọng lượng
- 9 Phím Thêm thời gian
- 10 Phím Chọn nhanh 30

11 Phím Dừng / Cài đặt lại

Trước khi nấu

Nhấn một lần sẽ xóa các lệnh của bạn.

Trong khi nấu

Nhấn một lần sẽ tạm dừng quá trình nấu. Nhấn một lần nữa sẽ hủy bỏ tất cả các lệnh của bạn và dấu hai chấm hoặc giờ trong ngày sẽ xuất hiện trong màn hiển thị.

12 Phím Khởi động

Nhấn một lần sẽ cho phép lò bắt đầu hoạt động. Nếu cửa được mở ra hoặc nhấn phím Dừng/Cài đặt lại một lần trong khi vận hành lò, phải nhấn Khởi động một lần nữa để khởi động lại lò.

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

■ Tiếng bíp

Khi nhấn phím chính xác sẽ nghe thấy một tiếng bíp. Nếu nhấn phím và không nghe thấy tiếng bíp, thiết bị đã hoặc không thể chấp nhận lệnh đó. Lò sẽ kêu bíp hai lần giữa các giai đoạn lập trình. Vào cuối bất cứ chương trình nào được cài xong, lò sẽ bíp 5 lần.

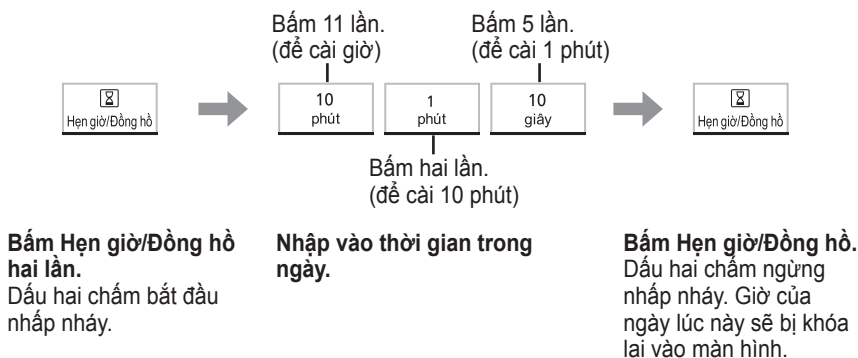
■ Lưu ý

Nếu không nhấn nút Khởi động trong vòng 6 phút sau khi cài đặt chương trình nấu, lò sẽ tự động hủy bỏ chương trình nấu đó. Màn hình hiển thị sẽ phục hồi trở lại về hiển thị đồng hồ hoặc dấu hai chấm.

Cài đặt đồng hồ

Khi lần đầu tiên cắm điện vào lò, “88:88” sẽ xuất hiện trong màn hiển thị.

Ví dụ: Để cài đặt 11:25



■ Lưu ý

1. Để đặt lại đồng hồ, hãy lặp lại từ bước 1 đến bước 3, như trên.
2. Đồng hồ sẽ theo dõi giờ trong ngày miễn là lò được cắm điện và được cấp điện nguồn.
3. Đây là chiếc đồng hồ 12 giờ.

Khóa an toàn trẻ em

Tính năng sẽ làm cho các nút điều khiển của lò không thể hoạt động; tuy nhiên, vẫn có thể mở cửa ra được. Khóa trẻ em có thể được cài khi màn hình hiển thị dấu hai chấm hoặc thời gian.

Để Cài:



Bấm Khởi động 3 lần trong 10 giây.
Đồng hồ sẽ biến mất. Thời gian thực tế sẽ không bị mất. “Child (Trẻ)” được chỉ báo trong màn hình hiển thị.

Để Hủy bỏ:



Bấm Dừng/Cài đặt lại 3 lần trong vòng 10 giây.
Đồng hồ sẽ lại xuất hiện trong màn hình hiển thị.

Nấu và rã đông bằng lò vi sóng

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



Nhấn Vi sóng để chọn mức công suất mong muốn.

Cài đặt thời gian nấu.

Lò của bạn có thể được lập trình cho 99 phút 50 giây ở mức công suất Trung bình cao, Trung bình, Rã đông và Thấp. Công suất cao có thể được lập trình trong 30 phút.

Bấm Khởi động.

Trên màn hình hiển thị sẽ có giờ đếm ngược.

Bấm	Mức Công Suất	Ví dụ về cách Sử dụng
một lần	Cao	Đun nước. Nấu quả tươi, rau, gạo, pasta và mỳ.
hai lần	Trung bình cao	Nấu thịt gia cầm, thịt gia súc, bánh ngọt và món tráng miệng. Sữa nóng.
3 lần	Trung bình	Nấu trứng, phô mát, cá, món quay bỏ lò, hầm và cuộn thịt. Làm nóng chảy sô cô la.
4 lần	Rã đông	Làm tan đá cho thức ăn.
5 lần	Thấp	Giữ thức ăn chín ấm. Sủi tăm chậm.

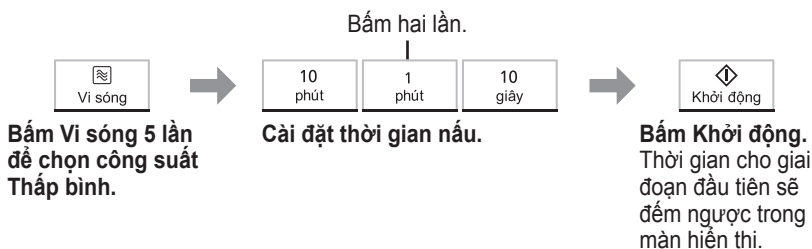
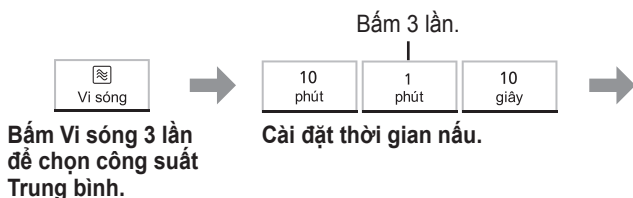
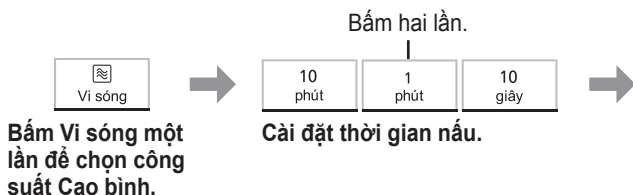
■ Lưu ý

- Lò sẽ tự động hoạt động ở mức công suất vi sóng Cao nếu nhập vào thời gian nấu mà không chọn mức công suất trước đó.
 - Trong khi nấu đĩa thủy tinh có thể rung nhẹ. Điều này sẽ không ảnh hưởng đến hiệu suất nấu.
 - Đối với chế độ NẤU NHIỀU GIAI ĐOẠN, hãy tham khảo 17.
 - THỜI GIAN CHỜ có thể được lập trình sau khi cài đặt công suất và thời gian của lò vi sóng. Xem trang 19.
 - KHÔNG nấu với bất cứ phụ kiện kim loại nào trong lò.
 - Luôn kiểm tra thực phẩm trong quá trình rã đông bằng cách mở cửa lò rồi khởi động lại. Không cần thiết phải che đậy thực phẩm trong khi rã đông. Để đảm bảo có kết quả đồng đều, hãy khuấy, đảo hoặc tách ra vài lần trong quá trình rã đông. Đối với các gia súc và gia cầm cỡ lớn, hãy đảo nửa chừng khi rã đông và bảo vệ phía đầu và đầu mồi bằng giấy bọc lá nhôm.
- Tham khảo Hướng dẫn rã đông ở trang 21 để biết chi tiết.

Nấu nhiều giai đoạn

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

Ví dụ: Để tiếp tục cài công suất Cao trong 2 phút, công suất Trung bình trong 3 phút và công suất Thấp trong 2 phút.



■ Lưu ý

1. CHỨC NĂNG TRÌNH TỰ ĐỘNG không thể sử dụng với chế độ NẤU NHIỀU GIAI ĐOẠN.
2. Khi vận hành, máy sẽ phát 2 tiếng bíp giữa mỗi giai đoạn, và sẽ phát ra 5 tiếng bíp sau khi hoàn thành tất cả các giai đoạn.

Tính năng chọn nhanh 30

Tính năng này cho phép bạn cài thời gian nấu theo các bước tăng 30 giây lên đến 5 phút ở mức công suất Cao.



Nhấn Chọn nhanh 30 cho đến khi thời gian nấu bạn muốn xuất hiện trên màn hình.

Bấm Khởi động.
Trên màn hình hiển thị sẽ có giờ đếm ngược.

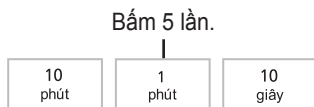
■ Lưu ý

1. Bạn có thể chọn mức công suất khác nếu cần. Chọn mức công suất mong muốn trước khi nhấn Chọn nhanh 30.
2. Chức năng này sẽ không hoạt động trong 1 phút sau khi nấu thủ công.

Tính năng thêm thời gian

Tính năng này cho phép bạn thêm thời gian nấu trong lúc và vào cuối quá trình nấu.

Ví dụ: Để thêm 5 phút vào cuối quá trình nấu.



Nhấn Thêm thời gian ngay sau khi nấu.

Cài đặt thời gian nấu.

Bấm Khởi động.
The time counts down in the display.

■ Lưu ý

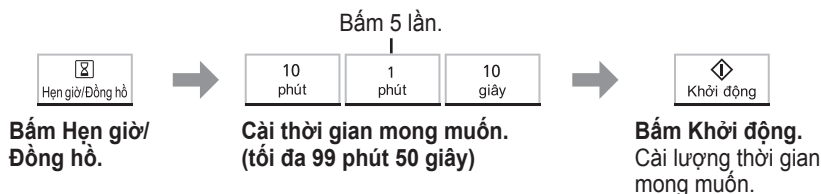
1. Trong khi nấu, hãy cài thời gian nấu thêm (1 đến 10 phút) trong 5 giây sau khi nhấn Thêm thời gian. Thời gian sẽ được thêm vào mà không cần nhấn Khởi động.
2. Sau khi nấu, có thể thiết lập THÊM THỜI GIAN lên tới 30 phút cho công suất Cao và 99 phút 50 giây cho các mức công suất khác. Tính năng này sẽ bị hủy nếu bạn không thực hiện bất kỳ thao tác nào trong 1 phút sau khi nấu.
3. Tính năng THÊM THỜI GIAN có thể được sử dụng sau chế độ NẤU NHIỀU GIAI ĐOẠN. Mức công suất tương đương với giai đoạn cuối. Chức năng này sẽ không hoạt động nếu giai đoạn cuối là thời gian chờ.
4. Tính năng THÊM THỜI GIAN không sử dụng được cho CHƯỠNG TRÌNH TỰ ĐỘNG.

Sử dụng hẹn giờ

Tính năng này hoạt động như một BỘ HẸN GIỜ NẤU hoặc cho phép bạn lập trình THỜI GIAN CHỜ/TRÌ HOÀN BẮT ĐẦU.

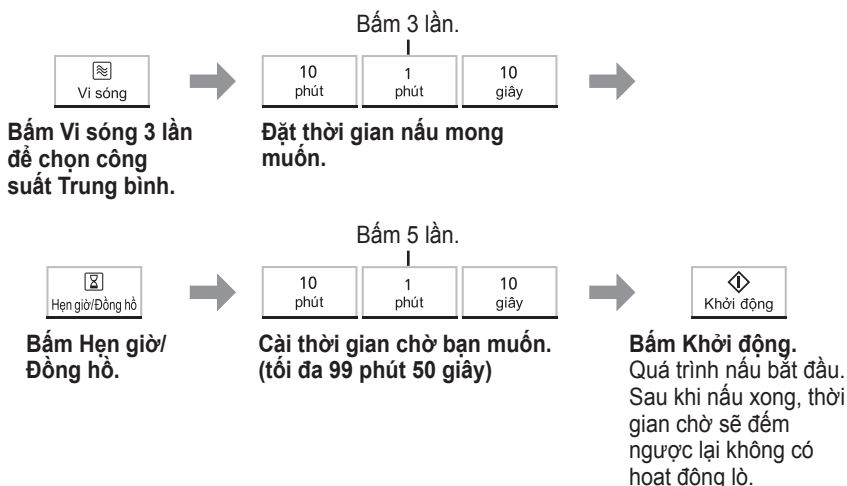
Bộ hẹn giờ nấu

Ví dụ: Để tính thời gian 5 phút.



Thời gian chờ

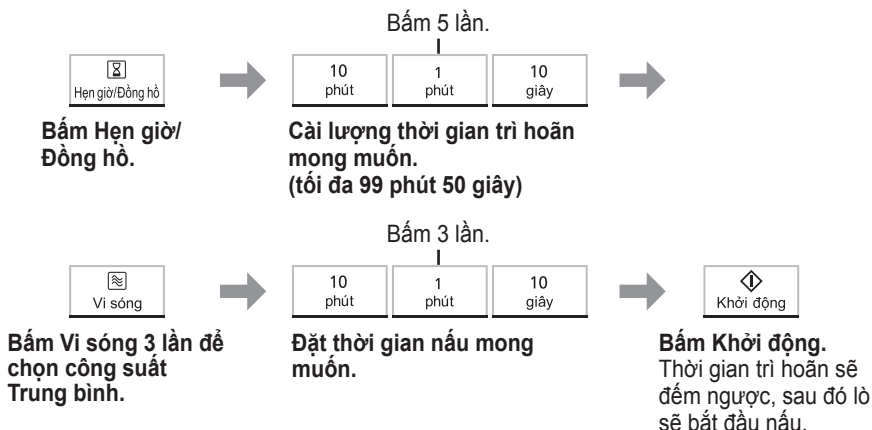
Ví dụ: Để chờ trong 5 phút sau khi nấu ở công suất Trung bình trong 3 phút.



Sử dụng hẹn giờ

Trì hoãn bắt đầu

Ví dụ: Để bắt đầu nấu nướng ở công suất Trung bình trong 3 phút sau thời gian chờ 5 phút.



■ Lưu ý

1. Có thể lập trình chế độ NẤU NHIỀU GIAI ĐOẠN bao gồm THỜI GIAN CHỜ và TRÌ HOÃN BẮT ĐẦU.
2. Ngay cả khi cửa lò được mở ra trong quá trình BỘ HẸN GIỜ NẤU, THỜI GIAN CHỜ hoặc TRÌ HOÃN BẮT ĐẦU, thời gian trong màn hiển thị sẽ vẫn tiếp tục đếm ngược.
3. THỜI GIAN CHỜ/TRÌ HOÃN BẮT ĐẦU không thể được lập trình trước/sau bất kỳ CHƯƠNG TRÌNH TỰ ĐỘNG nào.

Chương trình tự động

Với tính năng này, bạn có thể dễ dàng đông thực phẩm đông lạnh theo trọng lượng. Chọn danh mục và thiết lập trọng lượng của thực phẩm. Trọng lượng được lập trình bằng kg cho chế độ **RÃ ĐÔNG NHANH** và bằng gram cho chế độ **TỰ ĐỘNG HÂM NÓNG/MENU**. Lò sẽ tự động xác định mức công suất **VI SÓNG** và thời gian nấu. Để chọn nhanh, trọng lượng sẽ bắt đầu từ trọng lượng thường được dùng nhất cho mỗi danh mục. Không bao gồm trọng lượng bất cứ lượng nước nào được thêm vào hay trọng lượng hộp chứa.

■ Lưu ý

1. Luôn vận hành lò với vòng xoay và đĩa thủy tinh được đặt đúng vị trí.
2. **CHƯƠNG TRÌNH TỰ ĐỘNG CHỈ** được sử dụng cho các loại thực phẩm được mô tả.
3. Chỉ dễ dàng/nấu các loại thực phẩm nằm trong phạm vi trọng lượng được mô tả.
4. Luôn cân thực phẩm chứ không phải dựa trên các thông tin trên bao bì.
5. Hầu hết các loại thực phẩm đều có lợi ích từ **THỜI GIAN CHỜ**. Sau khi nấu bằng một **CHƯƠNG TRÌNH TỰ ĐỘNG**, hãy để nhiệt tiếp tục thoát ra vùng trung tâm.

Rã đông nhanh



Bấm Rã đông.



Cài trọng lượng của thực phẩm đông lạnh.
Trọng lượng chênh lệch lên/xuống theo số gia 0,1 kg.



Bấm Khởi động.
Trên màn hình hiển thị sẽ có giờ đếm ngược.

Phím Danh mục Thực phẩm	Trọng Lượng Tối Đa
Thịt băm, thịt gà viên, chặt	2,0 kg
Thịt bò quay, thịt cừu, gà nguyên con	2,0 kg
Cá nguyên con, sò, tôm, thân cá	1,0 kg

■ Lưu ý

Hình dạng và kích cỡ thực phẩm sẽ xác định trọng lượng tối đa lò vi sóng có thể chứa.

Hướng dẫn rã đông

Để có kết quả tốt nhất:

1. Đặt thực phẩm trong một dụng cụ chứa thích hợp. Thịt và thịt gà nên được đặt trên một chiếc đĩa úp ngược hoặc trên giá đỡ nhựa nếu có.
2. Kiểm tra thực phẩm trong quá trình rã đông, bởi các loại thực phẩm sẽ có tốc độ rã đông khác nhau.
3. Không cần thiết phải che phủ toàn bộ thực phẩm (xem điểm 6).
4. Luôn đảo hoặc khuấy thực phẩm đặc biệt là khi lò "phát tiếng bip". Che chắn bảo vệ nếu cần thiết (xem điểm 6).
5. Thịt băm, thịt chặt và các miếng nhỏ khác nên được chia nhỏ hoặc tách ra và được đặt thành một lớp duy nhất.

Chương trình tự động

- Che chắn bảo vệ sẽ ngăn thực phẩm bị nấu chín. Điều này chỉ cần thiết khi nấu đông gà và miếng thịt to.
Phần bên ngoài sẽ tan băng trước tiên, do đó hãy bảo vệ phần cánh/ức và mỡ bằng các mảnh lá nhôm được giữ bằng tăm tre.
- Chờ thời gian chờ sao cho phần giữa của thực phẩm tan băng (tối thiểu là 1 giờ cho miếng thịt to và gà nguyên con).



Sắp xếp thực phẩm thành một lớp duy nhất.



Đảo hoặc tách thực phẩm ra càng sớm càng tốt.



Che chắn bảo vệ gà và miếng thịt to.

Tự động hâm nóng



Bấm Hâm nóng.



Tăng



Giảm

Cài trọng lượng thực phẩm mong muốn.



Khởi động

Bấm Khởi động.
Trên màn hình hiển thị sẽ có giờ đếm ngược.

■ Lưu ý

Bởi có thể xảy ra một số sai biệt về thực phẩm, hãy kiểm tra xem thực phẩm có được nấu chín kỹ và đường ống có nóng không trước khi phục vụ.

Chương trình	Hướng dẫn
1. HÂM NÓNG  1 lần nhấn	Trọng lượng: 200/400/600/800 g Thực phẩm đã nấu sẵn sẽ được hâm nóng tự động bằng cách cài đặt trọng lượng thực phẩm. Thực phẩm nên để ở nhiệt độ trong tủ lạnh (5-8 °C). Sử dụng nồi hâm an toàn với lò vi sóng có kích cỡ thích hợp, thêm 1-4 muỗng canh nước nếu muốn và đậy nắp lại. Đặt nồi hâm trên đĩa thủy tinh. Bấm Hâm nóng một lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Khuấy đảo khi có tiếng bíp. Lưu ý: Khi hâm nóng những món như súp, món hầm và ninh bạn nên trộn đều thực phẩm vào giữa thời gian hâm nóng và khi hâm nóng xong.

Nấu tự động



Chọn chương trình Nấu tự động mong muốn.
SỐ CHƯƠNG TRÌNH TỰ ĐỘNG sẽ xuất hiện trên màn hình.

Cài khẩu phần hoặc trọng lượng thực phẩm mong muốn.

Bấm Khởi động.
Trên màn hình hiển thị sẽ có giờ đếm ngược.

■ Lưu ý

Bởi có thể xảy ra một số sai biệt về thực phẩm, hãy kiểm tra xem thực phẩm có được nấu chín kỹ và đường ống có nóng không trước khi phục vụ.

Chương trình	Hướng dẫn		
2. CHÁO  1 lần nhấn	Trọng lượng: 50/100/150 g	Gạo	Nước Khuyến Nghị
		50 g	250-400 ml
		100 g	600-800 ml
		150 g	800-1000 ml
	Đặt gạo vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng được trong lò vi sóng. Thêm lượng nước được khuyến cáo đã liệt kê ở trên. Chừa ít nhất ½ chiều sâu thể tích để bốc hơi nhằm tránh sôi quá mức. Trong quá trình nấu, hãy đậy nắp một phần. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Hâm nóng một lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Khuấy đảo khi có tiếng bíp.		
3. MỠ ĂN LIỀN  2 lần nhấn	Số người ăn: 1 người ăn/ 2 người ăn	Số người ăn	Nước đề xuất
		1 người ăn	450 ml
		2 người ăn	800 ml
	Đặt mỡ ăn liền vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng được trong lò vi sóng. Thêm lượng nước được khuyến cáo đã liệt kê ở trên. Chừa ít nhất ½ chiều sâu thể tích để bốc hơi nhằm tránh sôi quá mức. Đậy lại bằng nắp. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động hai lần. Cài khẩu phần và bấm Khởi động. Khuấy đảo khi có tiếng bíp. Chờ 1-2 phút sau khi nấu.		

Chương trình tự động

Chương trình		Hướng dẫn									
4. SOUP	 3 lần nhấn	Số người ăn: 4-6 người ăn/ 1-3 người ăn	<table><tr><th>Số người ăn</th><th>Nguyên liệu khuyến nghị</th></tr><tr><td>4-6 người ăn</td><td>400 g thịt, 300 g rau củ, 800 ml nước.</td></tr><tr><td>1-3 người ăn</td><td>200 g thịt, 150 g rau củ, 600 ml nước.</td></tr></table>	Số người ăn	Nguyên liệu khuyến nghị	4-6 người ăn	400 g thịt, 300 g rau củ, 800 ml nước.	1-3 người ăn	200 g thịt, 150 g rau củ, 600 ml nước.		
		Số người ăn	Nguyên liệu khuyến nghị								
		4-6 người ăn	400 g thịt, 300 g rau củ, 800 ml nước.								
1-3 người ăn	200 g thịt, 150 g rau củ, 600 ml nước.										
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 “chưng cách thủy”. Phương pháp này đảm bảo thực phẩm vẫn mềm mại không mất đi hình dạng của nó. Nó cũng chiết tách và vẫn giữ được hương vị thơm của món ăn. Đặt tất cả các nguyên liệu vào nồi nấu dùng được trong lò vi sóng. Thêm các nguyên liệu khuyến nghị được liệt kê bên ở trên. Chừa ít nhất ½ chiều sâu thể tích để bốc hơi nhằm tránh sôi quá mức. Đậy lại bằng nắp. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 3 lần. Cài khẩu phần và bấm Khởi động. Khuấy đảo khi có tiếng bíp.											
5. RAU	 4 lần nhấn	Trọng lượng: 120/180/250/370 g Phù hợp để nấu các loại lá xanh và mềm, bao gồm bông cải xanh, bí, súp lơ, cải bắp, măng tây, đậu, cần tây, quả bí, rau bina, ớt hoặc món trộn của các loại rau trên. Cắt tất cả các loại rau thành các miếng đều nhau. Đặt rau vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng được trong lò vi sóng. Thêm 2-4 thìa súp nước nếu muốn. Đậy lại bằng nắp. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 4 lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Khuấy đảo khi có tiếng bíp.									
6. KHOAI TÂY	 5 lần nhấn	Trọng lượng: 200/400/600 g Chọc thủng khoai tây 6 lần bằng một chiếc nĩa. Đặt vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng được trong lò vi ba. Thêm 1-3 thìa nước nếu muốn. Đậy lại bằng nắp. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 5 lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Đảo lật khi nghe tiếng bíp.									
7. CƠM TRỘN	 6 lần nhấn	Trọng lượng: 100/200/300 g	<table><tr><th>Gạo</th><th>Nước Khuyến Nghị</th></tr><tr><td>100 g</td><td>180 ml</td></tr><tr><td>200 g</td><td>300 ml</td></tr><tr><td>300 g</td><td>450 ml</td></tr></table>	Gạo	Nước Khuyến Nghị	100 g	180 ml	200 g	300 ml	300 g	450 ml
Gạo	Nước Khuyến Nghị										
100 g	180 ml										
200 g	300 ml										
300 g	450 ml										
Thích hợp để nấu gạo trắng bao gồm cả gạo hạt ngắn, hạt dài, gạo hoa lài và gạo thơm. Đặt gạo vào nồi có kích thước phù hợp sử dụng được trong lò vi sóng. Thêm lượng nước được khuyến cáo đã liệt kê ở trên. Chừa ít nhất ½ chiều sâu thể tích để bốc hơi nhằm tránh sôi quá mức. Đậy lại bằng nắp. Đặt nồi hầm trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 6 lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Để yên khoảng 5 phút sau khi nấu.											

Chương trình	Hướng dẫn		
8. CÁ	Trọng lượng: 100/200/300/400 g	Cá	Nước Khuyến Nghị
		100 g	2 thìa súp nước hoặc nước dùng
		200 g	2 thìa súp nước hoặc nước dùng
		300 g	3 thìa súp nước hoặc nước dùng
		400 g	3 thìa súp nước hoặc nước dùng
		Phù hợp để nấu cá nguyên con và cá phi lê. Đặt cá đã sơ chế vào đĩa sử dụng được trong lò vi sóng. Thêm lượng nước được khuyến cáo đã liệt kê ở trên. Bọc đĩa cẩn thận bằng giấy gói ni-lông. Đặt đĩa lên trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 7 lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động.	
 7 lần nhấn			
9. GÀ	Trọng lượng: 200/400/600/800 g	Nấu các miếng thịt gà như cánh, đùi, bắp đùi, nửa ngực v.v.. Chọc thủng miếng thịt gà trước khi nấu. Đặt các miếng thịt gà đã sơ chế vào đĩa an toàn với lò vi sóng có kích cỡ phù hợp. Thêm 1-5 thìa súp dầu nếu muốn. Đậy lại bằng nắp. Đặt đĩa lên trên đĩa thủy tinh. Bấm Nấu tự động 8 lần. Cài trọng lượng của thực phẩm và nhấn Khởi động. Trờ đảo khi có tiếng bip.	
 8 lần nhấn			

Hướng dẫn nấu và hâm nóng

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

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

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

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

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

BÁNH NƯỚNG THỊT BĂM - THẬN TRỌNG

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

BÁNH PUDDING VÀ CHẤT LỎNG - THẬN TRỌNG

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

Không được bỏ mặc không theo dõi.

Không thêm rượu vào nữa.

BÌNH SỮA EM BÉ - THẬN TRỌNG

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

Đối với 7-8 fl. oz. sữa ở nhiệt độ tủ lạnh, hãy tháo phần đầu trên và núm vú ra. Làm nóng ở mức công suất CAO trong 30-50 giây.

Kiểm tra cẩn thận trước khi cho bú.

Đối với 3 fl. oz. sữa ở nhiệt độ tủ lạnh, hãy tháo phần đầu trên và núm vú ra. Làm nóng ở mức công suất CAO trong 15-20 giây.

Kiểm tra cẩn thận trước khi cho bú.

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

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

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

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

MÓN ĂN DỌN ĐĨA

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

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

Đặt các món đặc hơn ở bên ngoài của đĩa.

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

Đừng xếp chồng các món ăn.

THỰC PHẨM ĐÓNG HỘP

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

SÚP

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

THỊT HẦM

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

Thắc mắc và câu trả lời

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

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

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

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

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

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

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

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

A: Kim loại trong một số nhiệt kế có thể gây ra hồ quang trong lò và không nên dùng chúng ở các chế độ nấu vi sóng.

Chỉ dành cho NN-ST34HM

Q: Lò sẽ không chấp nhận chương trình của tôi. Tại sao?

A: Lò được thiết kế để không chấp nhận một chương trình không chính xác. Ví dụ, lò sẽ không chấp nhận giai đoạn 4.

Bảo quản lò vi sóng của bạn

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

Đặc điểm kỹ thuật

Nguồn điện	220 V ~ 50 Hz
Công suất tiêu thụ	5,9 A 1270 W
Công suất	800 W (IEC-60705)
Kích thước ngoài	485 (Rộng) × 400 (Sâu) × 287 (Cao) mm
Kích thước khoang lò	315 (Rộng) × 349 (Sâu) × 227 (Cao) mm
Dung tích khoang tổng thể	25 L
Đường kính Bàn xoay thủy tinh	288 mm
Tần số hoạt động	2450 MHz
Trọng lượng tịnh	12,7 kg

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

สารบัญ

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ	2
วิธีการใช้งาน	7
ภาพสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ	9
ส่วนประกอบของเตาอบไมโครเวฟ	11
NN-SM33HM	
แผงควบคุม	12
การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง	13
NN-ST34HM	
แผงควบคุม	14
การตั้งนาฬิกา	15
การลือคนิรภัยสำหรับเด็ก	15
การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง...	16
การทำอาหารหลายขั้นตอน	17
คุณสมบัติการทำอาหารด่วน 30 วินาที	18
วิธีการเพิ่มเวลาในการทำอาหาร	18
วิธีการตั้งเวลาในการทำอาหาร	19
โปรแกรมอัตโนมัติ	21
ละลายอาหารแช่แข็งแบบเทอร์โบ	21
อุ่นอัตโนมัติ	22
เมนูอัตโนมัติ	23
คำแนะนำในการทำอาหารและการอุ่นอาหาร	26
คำถามและคำตอบ	27
การดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟ	28
ข้อมูลจำเพาะ	29

ขอขอบพระคุณที่ซื้อผลิตภัณฑ์พานาโซนิคนี้

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ:

ก่อนการใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้ โปรดอ่านคำแนะนำและข้อควรระวังเหล่านี้อย่างละเอียดและเก็บรักษาคู่มือนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงข้อมูลในอนาคต

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ

คำเตือน

1. ควรทำความสะอาดซึลประตูดและบริเวณซึลด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ ควรตรวจสอบผลิตภัณฑ์เพื่อค้นหาความเสียหายที่ซึลประตูดหรือบริเวณซึลที่ประตูด และหากบริเวณเหล่านี้ชำรุดเสียหาย คุณไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์นี้จนกว่าผลิตภัณฑ์จะได้รับการซ่อมแซมโดยช่างเทคนิคที่ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตแล้ว
2. ห้ามอุ่นของเหลว และอาหารอื่นๆ ในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท เนื่องจากอาจจะระเบิดได้
3. หากคุณต้องการบริการซ่อมแซมเกี่ยวกับเตาอบไมโครเวฟ โปรดโทรติดต่อศูนย์บริการของพานาโซนิคประจำพื้นที่ของคุณ (ฝ่ายสนับสนุนลูกค้า) หากบุคคลอื่น ๆ นอกเหนือจากบุคลากรที่มีความสามารถเป็นผู้ดำเนินงานในการบริการหรือการซ่อมแซมใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการถอดฝาครอบที่ช่วยป้องกันการสัมผัสกับพลังไฟจากไมโครเวฟอาจก่อให้เกิดอันตรายได้

ข้อควรระวัง

1. อย่าพยายามที่จะรีด ปรับเปลี่ยน หรือซ่อมแซมประตูด ตัวเรือนแผงควบคุม สวิตช์ความปลอดภัยที่ประตูเครื่องหรือชิ้นส่วนอื่น ๆ ของเตาอบไมโครเวฟ อย่าถอดแผงด้านนอกซึ่งให้การป้องกันการสัมผัสกับพลังไฟไมโครเวฟออกจากเตาอบไมโครเวฟ การซ่อมแซมควรดำเนินการให้เสร็จเรียบร้อยโดยเจ้าหน้าที่ที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเท่านั้น
2. อย่าใช้ผลิตภัณฑ์นี้ หากมีสายไฟหรือปลั๊กที่ชำรุดเสียหาย หากผลิตภัณฑ์นี้ทำงานผิดปกติหรือชำรุดเสียหายหรือร่วงหล่น หากบุคคลอื่นนอกจากเจ้าหน้าที่เทคนิคที่ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตเป็นผู้ให้บริการด้านการซ่อมแซมอาจก่อให้เกิดอันตรายได้
3. หากสายจ่ายไฟเสียหาย ต้องเปลี่ยนโดยผู้ผลิต เจ้าหน้าที่ซ่อมบำรุงหรือบุคคลที่มีคุณสมบัติเหมือนกันเพื่อหลีกเลี่ยงอันตราย
4. เตาอบไมโครเวฟนี้ไม่เหมาะสำหรับบุคคล (ซึ่งรวมถึงเด็ก) ที่ทุพพลภาพทางร่างกาย การเคลื่อนไหว หรือทางจิตใจหรือบุคคลซึ่งไม่เคยใช้งานหรือวิธีใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้มาก่อนแล้วเสียแต่จะมีผู้ที่สามารถคอยดูแลความปลอดภัยรวมทั้งคอยให้คำแนะนำและวิธีใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้อยู่ด้วย ควรสอนหรือให้คำแนะนำแก่เด็ก มิให้เล่นกับเตาอบไมโครเวฟนี้
5. เตาอบไมโครเวฟมีจุดประสงค์เพื่อการอุ่นอาหารและเครื่องดื่ม การอบแห้งอาหาร หนังสือพิมพ์หรือเสื้อผ้า และการอุ่นแผ่นทำความร้อนรองเท้าแตะ ฟองน้ำ ผ้าที่เปียกหมาด ๆ และวัสดุอื่นที่คล้ายคลึงกัน อาจมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บ การติดไฟหรือเพลิงไหม้ได้

6. ตรวจสอบว่าเครื่องมือหรือภาชนะบรรจุอาหารนั้นเหมาะสมสำหรับการใช้งานกับเตาอบไมโครเวฟ ก่อนที่จะนำมาใช้งาน
7. เตาอบไมโครเวฟจะทำงานเมื่อปิดประตูเครื่องแล้วเท่านั้น
8. เมื่อไม่มีการใช้งานเตาอบไมโครเวฟ ไม่ควรเก็บสิ่งของใด ๆ นอกจากอุปกรณ์เสริมต่าง ๆ สำหรับเตาอบไมโครเวฟไว้ภายในเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากคุณอาจเปิดเครื่องโดยไม่ได้ตั้งใจ
9. ไม่ควรใช้งานผลิตภัณฑ์ที่ไม่ได้ใส่อาหารไว้ในเตาอบไมโครเวฟ การใช้งานในลักษณะนี้อาจสร้างความเสียหายให้แก่ผลิตภัณฑ์ได้
10. หากเกิดควันหรือไฟขึ้นในเตาอบไมโครเวฟ ให้กดที่หยุด/รีเซ็ต และปล่อยให้ประตูปิดไว้แบบเดิมเพื่อยับยั้งการลุกไหม้ของเปลวไฟ ถอดสายไฟออก หรือปิดการจ่ายไฟที่ฟิวส์หรือแผงอุปกรณ์ตัดวงจรไฟฟ้า
11. หลอดไฟของเตาอบไมโครเวฟสามารถเปลี่ยนได้โดยช่างเทคนิคที่ผ่านการฝึกอบรมจากผู้ผลิตแล้วเท่านั้น อย่าพยายามที่จะถอดตัวเครื่องด้านนอกออกจากเตาอบไมโครเวฟ

การติดตั้ง

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

คำแนะนำเกี่ยวกับสายดิน

ข้อมูลสำคัญ: ผลลัพธ์ที่เครื่องนี้ต้องต่อสายดินอย่างถูกต้องเพื่อความปลอดภัยของคุณ หากเต้าเสียบปลั๊กไฟของคุณไม่ได้ต่อสายดิน เป็นความรับผิดชอบส่วนบุคคลของลูกค้าที่จะต้องเปลี่ยนเป็นเต้ารับติดตั้งที่ต่อสายดินอย่างถูกต้องแล้ว

แรงดันไฟฟ้าในการทำงาน

แรงดันไฟฟ้าต้องเหมือนกับค่าที่ระบุไว้บนฉลากของเตาอบไมโครเวฟ หากใช้แรงดันไฟฟ้าที่มีค่าสูงกว่าที่ระบุไว้ อาจก่อให้เกิดไฟไหม้หรือความเสียหายอื่น ๆ ได้

การวางเตาอบไมโครเวฟ

ผลิตภัณฑ์นี้มีจุดประสงค์เพื่อใช้งานในครัวเรือนและการใช้งานในรูปแบบคล้ายๆ กัน เช่น:

- พื้นที่ครัวของพนักงานในร้าน
- สำนักงาน และสถานที่ทำงานอื่นๆ
- ใช้ภายในครัวเรือน
- โดยแขกในโรงแรม และสถานที่พักอาศัยอื่นๆ
- ที่พิภรูปแบบต่างๆ

1. วางเตาอบไมโครเวฟบนพื้นผิวที่เรียบและมั่นคง มีความสูงเหนือพื้นมากกว่า 85 ซม.

ผลิตภัณฑ์นี้เป็นประเภทตั้งอย่างอิสระไม่ต้องต่อหรือประกอบกับชิ้นส่วนอื่น และไม่ควรวางในตู้

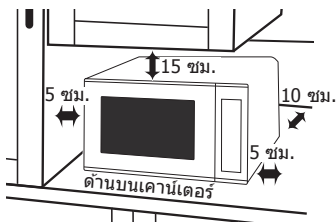
2. เมื่อติดตั้งเตาอบไมโครเวฟนี้แล้ว การแยกผลิตภัณฑ์ออกจากแหล่งจ่ายไฟควรดำเนินการได้อย่างง่ายดายโดยการดึงปลั๊กหรือหรือการใช้อุปกรณ์ตัดวงจรไฟฟ้า

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ

3. สำหรับการใช้งานที่เหมาะสม ตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีการไหลเวียนอากาศที่เพียงพอสำหรับเตาอบไมโครเวฟ

การวางเตาอบไมโครเวฟบนเคาน์เตอร์:

- a. เว้นพื้นที่ว่างที่ด้านบนของเตาอบไมโครเวฟ 15 ซม. ด้านหลัง 10 ซม. และที่ด้านข้างทั้งสองฝั่ง 5 ซม.
- b. หากด้านหนึ่งของเตาอบไมโครเวฟตั้งอยู่ติดกับผนัง อีกด้านหนึ่งหรือด้านบนจะต้องไม่มีสิ่งกีดขวางใด ๆ



4. อย่าวางเตาอบไมโครเวฟนี้ใกล้กับหม้อปรุงอาหารชนิดไฟฟ้าหรือแก๊ส
5. ไม่ควรถอดฐานรองออก
6. เตาอบไมโครเวฟนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการใช้งานในครัวเรือนเท่านั้น อย่านำไปใช้งานกลางแจ้ง
7. หลีกเลี่ยงการใช้งานเตาอบไมโครเวฟไมโครเวฟในสถานที่ที่มีความชื้นสูง
8. สายไฟไม่ควรสัมผัสกับพื้นผิวด้านนอกของเตาอบไมโครเวฟ เก็บสายไฟให้ห่างจากพื้นผิวที่ร้อน อย่าปล่อยให้สายไฟแขวนอยู่เหนือขอบโต๊ะหรือด้านบนของพื้นที่ทำงาน อย่านำสายไฟ ปลั๊กหรือเตาอบไมโครเวฟไปแช่น้ำ
9. อย่าให้มีสิ่งกีดขวางช่องระบายอากาศที่อยู่ทางด้านซ้ายหรือด้านหลังของเตาอบไมโครเวฟ หากช่องเปิดเหล่านี้ถูกกีดขวางในระหว่างการทำงานเตาอบไมโครเวฟอาจมีความร้อนมากเกินไป ในกรณีที่เตาอบไมโครเวฟมีการป้องกันด้วยอุปกรณ์ควบคุมความร้อน และเตาอบไมโครเวฟจะทำงานต่อหลังจากที่เครื่องเย็นลงแล้วเท่านั้น

10. หากมีความจำเป็นที่จะต้องเปลี่ยนไฟเตาอบไมโครเวฟ โปรดปรึกษาตัวแทนจำหน่ายของคุณ

อุปกรณ์เสริม

เตาอบไมโครเวฟนี้ติดตั้งอุปกรณ์เสริมหลากหลายชนิด ปฏิบัติตามคำแนะนำที่จัดให้เสมอเมื่อใช้งานอุปกรณ์เสริมต่าง ๆ

แหวนลูกกลิ้ง

- ควรทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งและพื้นภายในเตาอบไมโครเวฟเป็นประจำเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเสียงรบกวนและการสะสมตัวของเศษอาหาร

- สำหรับการทำอาหาร แหวนลูกกลิ้งต้องใช้ร่วมกับถาดแก้วเท่านั้น

ถาดแก้ว

- ใช้เตาอบไมโครเวฟที่ติดตั้งแหวนลูกกลิ้งและถาดแก้วเข้าที่แล้วเสมอ
- ควรใช้ถาดแก้วที่ออกแบบมาสำหรับเตาอบไมโครเวฟนี้โดยเฉพาะเท่านั้น อย่าใช้ถาดแก้วอื่น ๆ แทนถาดชนิดนี้
- ถ้าถาดแก้วร้อน ทิ้งไว้ให้เย็นก่อนนำไปทำความสะอาดหรือจุ่มลงในน้ำ
- ถาดแก้วสามารถหมุนไปในทิศทางใดก็ได้
- หากอาหารหรือภาชนะสำหรับทำอาหารบนถาดแก้วสัมผัสกับผนังเตาอบไมโครเวฟและหยุดถาดที่หมุนอยู่ ถาดจะหมุนไปในทิศทางตรงกันข้ามโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการทำงานตามปกติ เปิดประตูเตาอบไมโครเวฟจัดวางอาหารใหม่และเริ่มใหม่อีกครั้ง
- อย่างวางอาหารลงบนถาดแก้วโดยตรง ควรวางอาหารในจานที่ปลอดภัยสำหรับการใช้กับไมโครเวฟเสมอ
- ในขณะที่ทำอาหาร ถาดแก้วอาจสันเส้เหือน การสันเส้เหือนนี้ไม่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำอาหาร

ข้อมูลสำคัญ

หากใช้ระยะเวลาในการทำอาหารมากกว่าเวลาที่แนะนำ อาหารอาจเสียและในกรณีที่ย่ำแย่อาจก่อให้เกิดไฟไหม้และสร้างความเสียหายให้แก่บริเวณด้านในของเตาอบไมโครเวฟได้

การตั้งเวลาการทำอาหาร

เวลาในการทำอาหารด้วยระบบไมโครเวฟต้องสั้นกว่าวิธีการทำอาหารในระบบอื่น ๆ เป็นเรื่องสำคัญมากที่ระยะเวลาในการทำอาหารต้องไม่นานเกินกว่าเวลาที่แนะนำโดยที่ไม่ได้ตรวจดูอาหารก่อน

ปัจจัยต่าง ๆ ที่อาจส่งผลกระทบต่อระยะเวลาในการทำอาหาร ได้แก่ ระดับอุณหภูมิในการทำอาหารที่ต้องการ อุณหภูมิเริ่มต้น ระดับความสูง ปริมาณขนาดและรูปทรงของอาหาร รวมถึงภาชนะที่ใช้ด้วย เมื่อคุณคุ้นเคยกับการใช้งานเตาอบไมโครเวฟนี้แล้ว คุณจะสามารปรับเปลี่ยนปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ได้

อาหารที่ยังทำไม่สุกย่อมดีกว่าอาหารที่ทำสุกเกินไป หากอาหารยังทำไม่สุก คุณสามารถนำอาหารกลับเข้าไปในเตาอบไมโครเวฟเพื่อทำต่อได้ แต่หากอาหารทำสุกเกินไป คุณก็ไม่สามารถแก้ไขอะไรได้แล้ว ควรเริ่มต้นที่เวลาในการทำอาหารขั้นต่ำก่อนเสมอ

อาหารปริมาณน้อย

ควรใช้ความระมัดระวังในการทำอาหารที่มีปริมาณน้อยเนื่องจากอาหารไหม้แห้งหรือติดไฟได้ง่ายหากทำนานเกินไป ควรตั้งเวลาในการทำอาหารสั้น ๆ เสมอและตรวจดูอาหารบ่อย ๆ

อาหารที่มีความชื้นต่ำ

ควรใช้ความระมัดระวังในการอุ่นอาหารที่มีความชื้นต่ำ เช่น ขนมปังต่าง ๆ ช็อกโกแลต ข้าวโพดคั่ว บิสกิตและขนมอบ เนื่องจากอาหารประเภทนี้อาจไหม้แห้งหรือติดไฟได้ง่ายหากทำนานเกินไป เราไม่แนะนำให้อุ่นอาหารที่มีความชื้นต่ำ เช่น ข้าวโพดคั่วหรือขนมปังเตาอบไมโครเวฟนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นมาเพื่อใช้งานกับอาหารเท่านั้น เราไม่แนะนำให้ใช้เพื่ออุ่นสิ่งของที่ไมใช่อาหาร เช่น ถุงข้าวสาลีหรือขวดน้ำร้อน

การอุ่นอาหาร

การเสิร์ฟอาหารที่อุ่นร้อนในขณะที่อาหารยัง “ร้อน” เป็นสิ่งสำคัญ

นำอาหารออกจากเตาอบไมโครเวฟและตรวจดูว่าอาหารนั้นยัง “ร้อน” ตัวอย่างเช่น ไอศกรีมที่ออกจากทุกส่วนและซอสของอาหารนั้นเดือดเป็นฟอง (นอกจากนี้ คุณสามารถตรวจดูว่าอาหารมีอุณหภูมิสูงถึง 72 °C หรือไมโดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิสำหรับอาหาร – แต่ควรระมัดระวังว่าห้ามใช้เครื่องวัดอุณหภูมินี้ภายในไมโครเวฟโดยเด็ดขาด)

สำหรับอาหารที่ไม่สามารถคนได้ เช่น ลาซานย่า พายที่มีไส้ คุณควรตัดตรงกลางด้วยมีดเพื่อทดสอบว่าอาหารได้รับการอุ่นร้อนทั่วถึงทั้งหมด ถึงแม้ว่าคุณจะปฏิบัติตามคำแนะนำบนหีบบรรจุภัณฑ์ของผู้ผลิตแล้ว แต่คุณควรตรวจสอบเสมอว่าอาหารร้อนก่อนที่จะเสิร์ฟ และหากไม่แน่ใจคุณควรนำอาหารของคุณกลับเข้าไปอุ่นเพิ่มในเตาอบไมโครเวฟ

เวลาในการรอ

เวลาในการรอหมายถึงระยะเวลาสิ้นสุดในการทำหรือการอุ่นอาหาร เมื่อทั้งอาหารไว้ก่อนที่จะรับประทาน เช่น เวลาที่เหลือซึ่งช่วยให้ความร้อนในอาหารกระจายต่อไปยังจุดศูนย์กลาง เพื่อให้กระจายไปยังอาหารส่วนที่ยังเย็นอยู่

ข้อแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยที่สำคัญ

ฝาปิด

เปิดฝาปิดออกจากกระปุกและภาชนะ หรือภาชนะบรรจุอาหารจากร้านก่อนที่จะอุ่นอาหารในไมโครเวฟ หากยังปิดฝาดูอยู่ ให้น้ำและแรงดันอาจก่อตัวอยู่ภายในและทำให้เกิดการระเบิดได้ ถึงแม้ว่าการทำอาหารด้วยไมโครเวฟจะหยุดทำงานแล้วก็ตาม

ขวดนมและกระปุกบรรจุอาหาร

หากต้องการอุ่นขวดนม คุณต้องถอดฝาด้านบนและหิวดูนมมอกก่อนเสมอของเหลวที่ด้านบนของขวดจะร้อนมากกว่าของเหลวที่ด้านล่าง คุณต้องเขย่าให้เข้ากันก่อนที่จะตรวจสอบอุณหภูมิ ควรดำเนินการนี้ก่อนที่จะบริโภคเพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดแผลไหม้ ดูข้อมูลหน้า 26

ไขต้ม

ไมควรนำไขที่ยังมีเปลือกอยู่และไขต้มสูกทั้งใบไปอุ่นในเตาอบไมโครเวฟเนื่องจากไขเหล่านี้อาจระเบิด ถึงแม้ว่าการอุ่นด้วยไมโครเวฟจะเสร็จแล้วก็ตาม

อาหารที่มีเปลือก

มันฝรั่ง แอปเปิ้ล ไข่แดง ผักทั้งอันและไส้กรอกคือตัวอย่างของอาหารที่ผิวไม่เป็นรูพรุน คุณต้องใช้ส้อมเจาะอาหารเหล่านี้ก่อนที่จะนำมาปรุงอาหารเพื่อป้องกันการระเบิด

กระดาศและพลาสติก

หากต้องการอุ่นอาหารที่ใส่ในภาชนะที่เป็นพลาสติกหรือกระดาศคุณควรสังเกตดูที่เตาอบไมโครเวฟเพื่อป้องกันไม่ให้ภาชนะติดไฟ อย่าใช้สายรัดที่เป็นลวดกับถุงสำหรับการย่างหรืออบเนื่องจากอาจเกิดประกายไฟได้

อย่าใช้ผลิตภัณฑ์ที่เป็นกระดาศรีไซเคิล ตัวอย่างเช่น กระดาศชำระสำหรับห้องครัว ยกเว้นในกรณีที่เกิดผลิตภัณฑ์ดังกล่าวได้รับการออกแบบมาโดยเฉพาะเพื่อใช้งานในเตาอบไมโครเวฟ ผลิตภัณฑ์เหล่านี้มีสิ่งสกปรกซึ่งอาจทำให้เกิดประกายไฟและ/หรือไฟไหม้ได้เมื่อนำมาใช้

ของเหลว

การอุ่นเครื่องดื่มด้วยไมโครเวฟอาจส่งผลให้เกิดการเดือดที่ค่อย ๆ ปะทุอย่างช้า ๆ ดังนั้นควรใช้ความระมัดระวังในการจัดการกับภาชนะ

เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเดือดอย่างฉับพลัน คุณควรปฏิบัติตามขั้นตอนต่อไปนี้

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

การทอดโดยใช้น้ำมันปริมาณมาก

อย่าทอดอาหารในเตาอบไมโครเวฟโดยใช้ไขมัน

การเกิดประกายไฟ

อาจเกิดประกายไฟขึ้นโดยไม่ได้ตั้งใจหากใช้ภาชนะโลหะ หรือการชั่งน้ำหนักของอาหารที่ไม่ถูกต้อง ประกายไฟคือประกายไฟสีฟ้าที่มองเห็นได้ในเตาอบไมโครเวฟ หากเกิดกรณีนี้ขึ้น ให้หยุดการทำงานของเครื่องทันที หากคุณและสายตาดูจากเตาอบไมโครเวฟและการทำงานของเครื่องยังดำเนินต่อไป อาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อตัวเครื่องได้

เครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อ

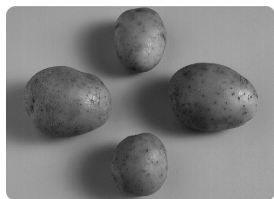
ใช้เครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อเพื่อตรวจสอบระดับอุณหภูมิในการปรุงเนื้อติดกระดูกและสัตว์ปีก เมื่อนำเนื้อออกมาจากไมโครเวฟแล้วเท่านั้น หากยังไม่สุก ให้นำกลับเข้าไปในเตาอบไมโครเวฟและปรุงใหม่ประมาณสองถึงสามนาทีโดยใช้ระดับไฟฟ้าที่แนะนำ อย่าวางเครื่องวัดอุณหภูมิเนื้อไว้ในเตาอบไมโครเวฟเมื่อใช้ไมโครเวฟ

วิธีการใช้งาน

เวลาพักอาหาร

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

ปริมาณ



อาหารที่มีปริมาณน้อยจะสุกเร็วกว่าอาหารที่มีปริมาณมาก นอกจากนี้ยังใช้เวลาในการอุ่นน้อยกว่าอีกด้วย

ระยะห่าง



อาหารจะสุกเร็วขึ้น ถ้าวางอาหารที่เป็นชั้นห่างกันเป็นระยะเท่าๆกัน ห้ามวางอาหารซ้อนกัน

ปริมาณความชื้น

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

การเจาะอาหาร



ผิวหรือเนื้อเยื่อของอาหารบางประเภท สามารถก่อให้เกิดไอน้ำระหว่างปรุงอาหารได้

อาหารชนิดนี้จะต้องได้รับการเจาะพื้นผิวของอาหารบางส่วนหรือต้องถูกเจาะออกก่อนนำเข้าเตาอบ เพื่อเป็นการช่วยให้ไอน้ำระบายออก เช่น ไข่ มันฝรั่ง แอปเปิ้ล ไส้กรอก เป็นต้น จะต้องนำไปเจาะก่อนนำเข้าเตาอบ ห้ามต้มไข่ทั้งเปลือก

การห่อหุ้มอาหาร



การห่อหุ้มอาหารด้วยฟิล์มหุ้มอาหารสำหรับเตาอบไมโครเวฟหรือฝาปิด เมื่อทำอาหารประเภท ปลา ผัก ซุป หรือการใส่อาหารในชามกันล้น ควรมีฝาปิด ห้ามห่อหุ้มอาหารประเภทเค้ก ซอส มันฝรั่งเผา หรือขนมอบ

ความหนาแน่นของอาหาร

อาหารที่มีร่วนจะร้อนเร็วกว่าอาหารที่มีความหนาแน่นมาก

วิธีการใช้งาน

ฟิล์มหุ้มอาหาร

ฟิล์มหุ้มอาหารจะเป็นตัวช่วยกักเก็บความชื้นและไอน้ำในอาหารที่ถูกกักไว้จะช่วยให้อาหารสุกได้เร็วขึ้น ใช้ส้อมจิ้มอาหารก่อนนำเข้าเตาอบไมโครเวฟเพื่อช่วยให้ไอน้ำส่วนเกินระเหยออก รมีตะรึงทุครั้งที่ตั้งฟิล์มหุ้มอาหารออกจากจานเพราะไอน้ำที่เกิดขึ้นจะร้อนมาก

รูปร่างของอาหาร



อาหารที่มีรูปร่างเท่ากันจะสุกได้เท่ากัน อาหารที่ทำด้วยเตาอบไมโครเวฟจะสุกเร็วขึ้นเมื่อใส่อาหารในภาชนะรูปวงกลมมากกว่าภาชนะรูปสี่เหลี่ยม

อุณหภูมิเริ่มต้น

ยิ่งอาหารเย็นมากเท่าไร ก็ต้องใช้เวลาในการอุ่นมากขึ้นเท่านั้น อาหารที่นำออกมาจากตู้เย็นต้องใช้เวลาในการอุ่นนานกว่าอาหารที่อยู่ในอุณหภูมิห้อง อาหารควรมีอุณหภูมิระหว่าง 5 และ 8°C ก่อนที่จะนำไปอุ่น

ของเหลว



ต้องคนของเหลวทุกชนิดทั้งก่อน ระหว่าง และหลังจากการอุ่น ต้องคนน้ำทั้งก่อนและระหว่างการอุ่น เพื่อหลีกเลี่ยงการปะทุอย่างรุนแรงของเหลวที่ต้มจนเดือดไปแล้วก่อนหน้านี้ อย่าใช้ความร้อนมากเกินไป

การสลับด้านและการคน

อาหารบางประเภทต้องคนระหว่างปรุง เนื้อสัตว์และสัตว์ปีกต้องสลับด้านหลังจากอบไปได้ครึ่งหนึ่งแล้ว

การจัดวางอาหาร

ควรวางอาหารบางอย่าง เช่น ชิ้นส่วนของไก่หรือไก่ที่หันเป็นชิ้น บนจานเพื่อให้ด้านที่หนาของอาหารอยู่ด้านนอก

การตรวจสอบอาหาร



เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการตรวจสอบอาหารระหว่างและหลังช่วงเวลาทำอาหารที่ได้แนะนำไว้ แม้ว่า คุณจะเปิดใช้ โปรแกรมอัตโนมัติ (เหมือนกับที่คุณตรวจสอบอาหารในเตาแบบธรรมดา) ถ้าจำเป็น ให้นำอาหารเข้าไปอบในเตาอีกสักครู่หนึ่ง

ขนาดของจาน



เลือกใช้จานแต่ละขนาดตามที่ได้ระบุไว้ในสูตรอาหาร เพราะเวลาในการทำอาหารหรืออุ่นอาหารขึ้นอยู่กับขนาดของจานด้วย การกระจายอาหารในจานขนาดใหญ่ช่วยให้อาหารสุกเร็วขึ้น

การทำความสะอาด

เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟจะส่งผลกระทบต่ออาหารชิ้นเล็กด้วย จึงควรแน่ใจว่าเตาอบไมโครเวฟสะอาดตลอดเวลา คุณสามารถทำความสะอาดคราบสกปรกที่ล้างออกยากได้โดยการใช้ น้ำยาสเปรย์ทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ เพียงแค่พ่นสเปรย์ลงบนผ้า ควรเช็ดเตาให้แห้งทุกครั้งหลังทำความสะอาด

ภาชนะสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ

การเลือกใช้ภาชนะให้เหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็น เพราะจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำอาหารด้วย

ภาชนะที่เป็นแก้ว

แก้วที่ทนทานต่อความร้อน เช่น Pyrex® เหมาะสมสำหรับการใช้งาน ห้ามใช้แก้วที่เปราะบาง เนื่องจากแก้วอาจแตกเพราะความร้อนจากอาหาร ห้ามใช้แก้วผสมตะกั่วเพราะอาจทำให้แก้วแตกหรือก่อให้เกิดประกายไฟได้



เครื่องเคลือบดินเผาและเซรามิก

ใช้จานดินเผาเคลือบเงา จานรอง ชาม เหยือก และถ้วยได้ หากภาชนะเหล่านั้นมีคุณสมบัติทนความร้อน เครื่องกระเบื้องและเซรามิกก็สามารถนำมาใช้ได้เช่นกัน สามารถใช้ช้อนนำอาหารเพื่ออุ่นอาหารได้ในระยะเวลาสั้นๆ มิฉะนั้น การเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิอาจทำให้ภาชนะแตกหรือพื้นผิวเป็นรอยร้าวได้ ห้ามใช้จานที่มีขอบหรือลวดลายเป็นโลหะ ห้ามใช้เหยือกที่มีหูจับติดด้วยกาว เนื่องจากความร้อนจากไมโครเวฟจะทำให้กาวละลาย



หม้อดินเผา เครื่องปั้นดินเผา และเครื่องหินเคลือบ

ใช้เฉพาะแก้วที่เคลือบทั่วทั้งชิ้นแล้วเท่านั้น อย่านำมาใช้งาน หากมีการเคลือบเป็นบางส่วนหรือไม่ได้เคลือบ เนื่องจากภาชนะชนิดนี้สามารถดูดซับน้ำได้จึงสามารถดูดซับพลังไฟฟ้าจากไมโครเวฟได้ ส่งผลให้ภาชนะร้อนมากและทำให้การปรุงอาหารช้าลง



ภาชนะที่ทำด้วยฟอยล์/โลหะ

อย่าพยายามปรุงอาหารด้วยภาชนะที่ทำด้วยฟอยล์หรือโลหะ – พลังคลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านได้และอาหารก็จะร้อนไม่ทั่วทั้งชิ้น – และอาจทำให้เตาอบไมโครเวฟเสียหายด้วย ใช้ไม่เสียบสະเดะแทนไม้เสียบที่ทำจากโลหะ



ฟิล์มหุ้มอาหาร

ใช้ฟิล์มยึดหุ้มอาหารสำหรับไมโครเวฟเพื่อห่อหุ้มอาหารที่ต้องการอุ่นหรือทำในระบบไมโครเวฟเท่านั้น ใช้ความระมัดระวังเพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้ฟิล์มสัมผัสกับอาหารโดยตรง



ภาชนะสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ

พลาสติก

ภาชนะพลาสติกหลายชนิดได้รับการออกแบบสำหรับการใช้งานกับไมโครเวฟ โดยเฉพาะภาชนะที่ได้รับการออกแบบสำหรับการใช้งานกับไมโครเวฟเท่านั้น อย่าใช้ไมเลามีน เนื่องจากไมเลามีนจะไหม้เกรียม อย่าใช้ภาชนะพลาสติกสำหรับการปรุงอาหารที่มีน้ำตาลหรือไขมันเป็นจำนวนมาก หรืออาหารที่จำเป็นต้องใช้เวลาในการอุ่นนาน เช่น ข้าวกล้อง ห้ามปรุงอาหารในภาชนะใส่เนยเทียมหรือถั่วโยเกิร์ต เนื่องจากภาชนะเหล่านี้จะละลายจากความร้อนของอาหาร



กระดาษ

กระดาษชำระสีขาวสำหรับห่อครัว (ผ้าเช็ดสำหรับห่อครัว) สามารถใช้เพื่อคลุมสำหรับการอบขนมอบและใช้คลุมเบคอนเพื่อป้องกันการกระเด็นได้ ใช้สำหรับเวลาในการทำอาหารสั้น ๆ เท่านั้น ห้ามนำกระดาษชำระสำหรับห่อครัวกลับมาใช้งานใหม่ หลีกเลี่ยงการใช้กระดาษชำระสำหรับห่อครัวที่ประกอบด้วยเส้นใยสังเคราะห์ ควรตรวจสอบว่ากระดาษชำระสำหรับห่อครัวชนิดรีไซเคิลมีคำแนะนำให้ใช้งานกับไมโครเวฟ อย่าใช้ถ้วยเคลือบพลาสติกหรือแว็กซ์เนื่องจากผิวเคลือบอาจละลายในเตาอบไมโครเวฟ สามารถใช้กระดาษกันไขมันรองที่ด้านล่างของจานและคลุมอาหารที่มีไขมันได้ สามารถใช้จานกระดาษสีขาวสำหรับการอุ่นอาหารเป็นเวลาสั้น ๆ ในระบบไมโครเวฟได้เท่านั้น



เครื่องจักสาน ไม้ และตะกร้าสาน

ห้ามใช้ภาชนะเหล่านี้ในเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากหากใช้ต่อไปเรื่อยๆ ภาชนะจะสัมผัสกับความร้อนมากขึ้น ส่งผลให้เกิดรอยแตกและติดไฟได้



แผ่นฟอยล์อลูมิเนียม

คุณสามารถใช้ฟอยล์อลูมิเนียมแผ่นเรียบจำนวนเล็กน้อยหุ้มกระดูกข้อต่อของเนื้อได้ในระหว่างการละลายน้ำแข็ง เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านฟอยล์ได้ จึงเป็นการป้องกันชิ้นส่วนที่ถูกหุ้มอยู่ไม่ให้สุกเกินไปหรือละลายน้ำแข็งออกมากเกินไป อย่าให้ฟอยล์สัมผัสกับด้านข้างหรือด้านบนของเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากอาจก่อให้เกิดประกายไฟและสร้างความเสียหายให้แก่เตาอบไมโครเวฟของคุณ



ถุงสำหรับย่าง

ถุงชนิดนี้มีประโยชน์เมื่อต้องการหุ้มข้อต่อเนื้อสัตว์ที่ถูกผ่าเป็นแนว ยาวขณะอบด้วยพลังงานสูงและใช้เวลานาน ห้ามใช้ลวดรัดที่ทำด้วยโลหะ

ส่วนประกอบของเตาอบไมโครเวฟ

1. ที่จับประตู

ใช้สำหรับดึงเปิดประตูเตาอบไมโครเวฟ การเปิดประตูระหว่างการทำอาหารจะหยุดขั้นตอนการทำอาหารโดยที่ไม่ได้ยกเลิกโปรแกรม การเปิดประตูในระหว่างที่เตาอบไมโครเวฟทำงานตามโปรแกรมการทำอาหารนั้นค่อนข้างปลอดภัย และไม่มีความเสี่ยงต่อการสัมผัสกับคลื่นไมโครเวฟ สำหรับรุ่น NN-SM33HM การทำอาหารจะทำงานต่อทันทีที่ประตูปิด สำหรับรุ่น NN-ST34HM การทำอาหารจะทำงานต่อหลังจากที่คุณปิดประตูและกดที่เริ่มการทำงาน

2. ประตูเตาอบไมโครเวฟ

3. ช่องระบายอากาศ

4. ท่อน้ำคลื่นไมโครเวฟ (ห้ามเอาออก)

5. ช่องระบายอากาศภายนอก

6. แผงควบคุม

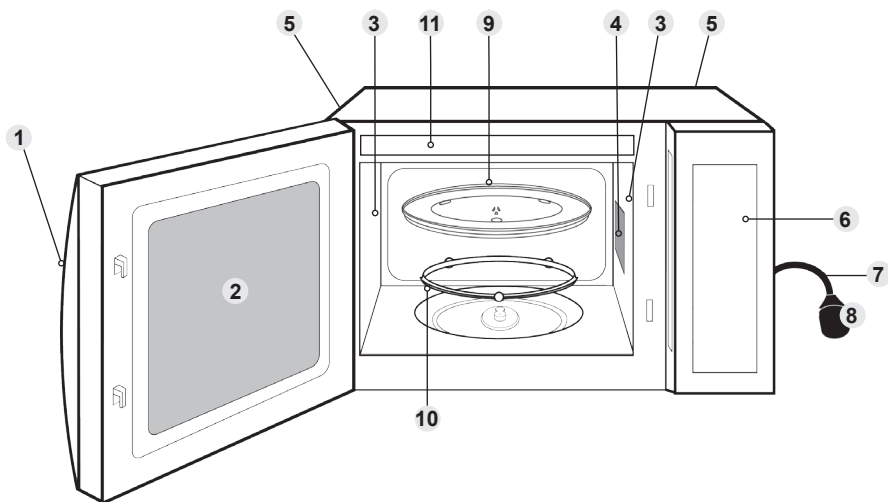
7. สายไฟ

8. ปลั๊ก

9. ถาดแก้ว

10. แหวนลูกกลิ้ง

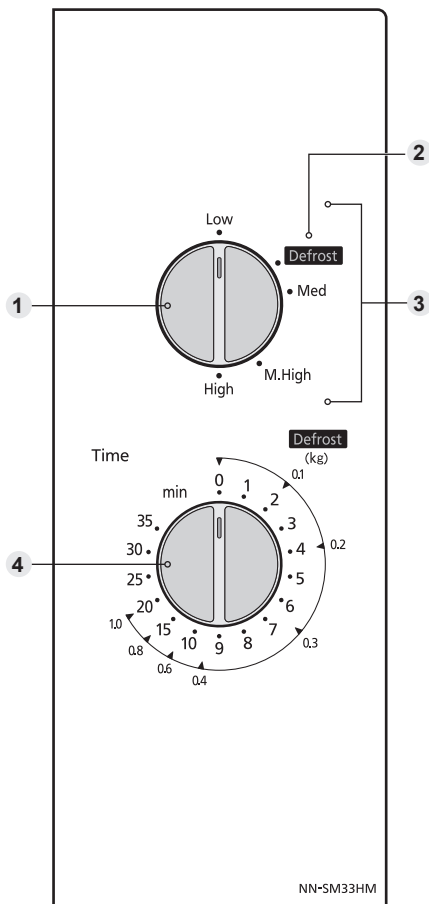
11. ฉลากเมนู (NN-ST34HM เท่านั้น)



ฉลากระบุข้อมูลและค่าเตือนติดอยู่บนเตาอบไมโครเวฟ

■ หมายเหตุ

ภาพข้างต้นสำหรับใช้อ้างอิงเท่านั้น

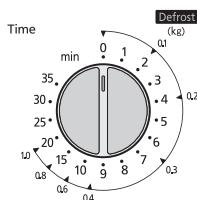
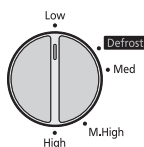


- 1 ที่หมุนสำหรับเลือกระบบการทำอาหาร
- 2 ระดับไฟฟ้าในการละลายอาหารแช่แข็ง
- 3 ระดับไฟฟ้าไมโครเวฟ
- 4 ปุ่มหมุนตั้งเวลาและน้ำหนัก

- ลักษณะแผงควบคุมของเตาอบไมโครเวฟอาจแตกต่างกันไป แต่คำสั่งบนปุ่มรวมถึงคุณสมบัติในการทำงานต่าง ๆ นั้นเหมือนกัน

การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง

ถาดแก้วต้องอยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้องเมื่อคุณใช้งานเตาอบไมโครเวฟ



หมุนที่หมุนเพื่อเลือกกระดบไฟฟ้าไมโครเวฟที่ต้องการ

หมุนที่หมุนเพื่อตั้งเวลาในการทำอาหารสำหรับระบบไมโครเวฟ หรือเพื่อกำหนดน้ำหนักของอาหารสำหรับการละลายอาหารแช่แข็ง

สำหรับเวลาในการปรุงอาหารสั้น ๆ ให้หมุนที่หมุนผ่าน 5 นาทีไป จากนั้นจึงปรับเวลาตามที่ต้องการ

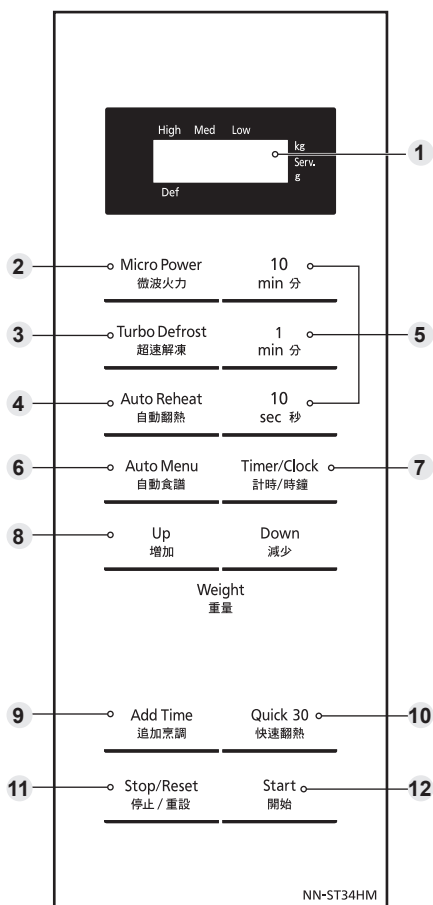
สำหรับน้ำหนักอาหารที่น้อยกว่า 0.2 กก. ให้หมุนที่หมุนเลยน้ำหนัก 0.2 กก. ไป จากนั้นจึงปรับน้ำหนักตามที่ต้องการ

ระดับความร้อน	ตัวอย่างการใช้
สูง	ต้มน้ำให้เดือด ทำอาหารจำพวกผักผลไม้ หุงข้าว พาสต้าหรือก๋วยเตี๋ยว
สูงปานกลาง	ปรุงอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ขนมหวาน อุนนมสด
ปานกลาง	ใช้ปรุงอาหารประเภทไข่ ซีส ปลา เนื้อตัน อาหารอบและมีทโลฟ ละลายซ็อกโกแลต
ละลายอาหารแช่แข็ง	ละลายอาหารแช่แข็ง
ต่ำ	อุ่นหรืออุ่นอาหาร

■ หมายเหตุ

1. หากปิดประตูเรียบร้อยแล้ว เตาอบไมโครเวฟจะเริ่มต้นการทำอาหาร/ละลายอาหารแช่แข็งทันที
2. หากคุณต้องการตรวจสอบอาหารในระหว่างการทำ เพียงแค่เปิดประตูออกมาเท่านั้น เตาอบไมโครเวฟจะหยุดการทำอาหารโดยอัตโนมัติ หากต้องการทำอาหารต่อ ให้ปิดประตู
3. หากต้องการหยุดการทำอาหาร ให้หมุนที่หมุนสำหรับเลือกเวลา/น้ำหนักไปที่ตำแหน่งศูนย์ คุณสามารถตั้งเวลาในการทำอาหารใหม่ได้ตลอดเวลาในช่วงเวลาในการทำอาหารโดยการหมุนที่ที่หมุน
4. เมื่อนำอาหารออกจากเตาอบไมโครเวฟหลังจากที่อาหารเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ตรวจสอบว่าที่หมุนสำหรับเลือกเวลา/น้ำหนักอยู่ในตำแหน่งศูนย์
5. เมื่อเวลาในการละลายอาหารแช่แข็งผ่านไปครึ่งหนึ่ง ให้พลิกกลับด้านอาหาร นำอาหาร/ชิ้นส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกไป หรือหุ้มส่วนปลาย/ไขมัน/กระดูกของเนื้ออบด้วยฟอยล์ คุรจะละเอียดเกี่ยวกับคำแนะนำในการละลายอาหารแช่แข็งได้ที่หน้า 21

แผงควบคุม



- 1 จอแสดงผล
- 2 ปุ่ม ระดับความร้อน (Micro Power)
- 3 ปุ่ม ละลายอาหารแช่แข็งแบบเทอร์โบ (Turbo Defrost)
- 4 ปุ่ม อุ่นอัตโนมัติ (Auto Reheat)
- 5 ปุ่มเวลา
- 6 ปุ่ม รายการอัตโนมัติ (Auto Menu)
- 7 ปุ่ม ตั้งเวลา / นาฬิกา (Timer / Clock)
- 8 ปุ่ม ขึ้น / ลง (Up / Down) สำหรับการกำหนดน้ำหนัก
- 9 ปุ่ม เพิ่มเวลา (Add Time)
- 10 ปุ่ม ทำอาหารด่วน 30 วินาที (Quick 30)
- 11 ปุ่ม หยุด / รีเซ็ต (Stop / Reset) ก่อนการทำอาหาร
กด 1 ครั้ง เพื่อลบค่าตั้งเก่าออก
ในระหว่างการทำอาหาร
กดหนึ่งครั้งเพื่อหยุดขั้นตอนการทำอาหารชั่วคราว กดอีกครั้งเพื่อยกเลิกค่าตั้งทั้งหมดของคุณและเครื่องหมายจุดคู่หรือเวลาจะปรากฏขึ้นมาบนหน้าจอ
- 12 ปุ่ม เริ่มการทำงาน (Start)
กด 1 ครั้ง เครื่องจะเริ่มทำงาน ถ้าเปิดประตูออก หรือหากมีการกดปุ่ม หยุด/ยกเลิกการทำงาน 1 ครั้งในระหว่างที่เตาอบไมโครเวฟทำงานจะต้องกดปุ่มเริ่มการทำงานอีกครั้งเพื่อให้เตาอบไมโครเวฟเริ่มทำงานใหม่

• ลักษณะแผงควบคุมของเตาอบไมโครเวฟอาจแตกต่างกันไป แต่คำสั่งบนปุ่มรวมถึงคุณสมบัติในการทำงานต่าง ๆ นั้นเหมือนกัน

■ เสียงสัญญาณ

เมื่อกดปุ่มตัวเลือกว่าถูกต้อง คุณจะได้ยินเสียงเตือนหนึ่งครั้ง หากคุณกดปุ่มตัวเลือกแล้วแต่ไม่ได้ยินเสียงเตือน หมายความว่าตัวเครื่องไม่สามารถรับคำสั่งนั้นได้ เตาอบไมโครเวฟจะส่งเสียงเตือนสองครั้งในระหว่างขั้นตอนต่าง ๆ ของโปรแกรม เมื่อถึงเวลาที่เตาอบไมโครเวฟทำงานตามโปรแกรมเสร็จสมบูรณ์แล้ว เตาอบไมโครเวฟจะส่งเสียงเตือน 5 ครั้ง

■ หมายเหตุ

หากไม่มีการกดปุ่มเริ่มการทำงานเป็นระยะเวลา 6 นาทีหลังจากที่กำหนดโปรแกรมการทำอาหารแล้ว เตาอบไมโครเวฟจะยกเลิกโปรแกรมการทำอาหารโดยอัตโนมัติ หน้าจอจะเปลี่ยนกลับไปแสดงผลเป็นนาฬิกาหรือเครื่องหมายจุดคู่

การตั้งนาฬิกา

เมื่อเสียบปลั๊กไมโครเวฟครั้งแรก จะมีตัวเลข "88.88" ปรากฏบนหน้าแสดงผล

ตัวอย่าง: หากต้องการกำหนดเวลาเป็น 11:25 น.



**กดปุ่มการตั้งเวลา/
นาฬิกาสองครั้ง**
เครื่องหมายจุดจะ
กะพริบ

ตั้งเวลา

**กดปุ่มการตั้งเวลา/
นาฬิกา**
เครื่องหมายจุดจะ
หยุดกะพริบ ในตอนนี้
เวลาจะแสดงผลค้าง
อยู่ที่หน้าจอ

■ หมายเหตุ

1. หากต้องการตั้งนาฬิกาใหม่ ให้ดำเนินการซ้ำตามขั้นตอนที่ 1 ถึง 3 ที่กล่าวถึงข้างต้น
2. นาฬิกาจะเดินตามเวลาของวันตราบใดที่คุณเสียบปลั๊กเตาอบไมโครเวฟและมีการจ่ายไฟฟ้า
3. นาฬิกาเป็นรูปแบบ 12 ชั่วโมง

การล็อคนிரภัยสำหรับเด็ก

คุณลักษณะการทำงานนี้จะทำให้การควบคุมของเตาอบไมโครเวฟไม่สามารถทำงานได้ อย่างไรก็ตาม คุณยังสามารถเปิดประตูได้ คุณสามารถตั้งค่าการล็อคเพื่อป้องกันเด็กเปิดได้เมื่อหน้าจอแสดงเครื่องหมายจุดหรือเวลา

เพื่อกำหนดค่า:

เพื่อยกเลิก:



**กดปุ่มเริ่มการทำงาน 3 ครั้งภายในเวลา
10 วินาที**
นาฬิกาจะหายไป เวลาที่แท้จริงจะไม่
สูญหายไป คำว่า "Child (เด็ก)" จะแสดงบน
จอแสดงผล

**กดปุ่มหยุด/รีเซ็ต 3 ครั้งภายในเวลา
10 วินาที**
นาฬิกาจะปรากฏขึ้นมาบนจอแสดงผลอีกครั้ง

การทำอาหารในระบบไมโครเวฟและการละลายอาหารแช่แข็ง

ถาดแก้วต้องอยู่ในตำแหน่งที่ถูกตัดเมื่อคุณใช้งานเตาอบไมโครเวฟ



กดปุ่ม "ระดับความร้อน" เพื่อเลือกระดับไฟฟ้าที่ต้องการ

ตั้งเวลาในการทำอาหารเตาอบไมโครเวฟสามารถตั้งโปรแกรมได้นานที่สุดถึง 99 นาที 50 วินาทีในระดับไฟฟ้าปานกลาง-สูง ระดับไฟฟ้าปานกลาง ระบบละลายอาหารแช่แข็ง และระดับไฟฟ้าต่ำ ซึ่งระดับไฟฟ้าสูงสามารถตั้งโปรแกรมได้นานที่สุดถึง 30 นาที

กดเริ่มการทำงาน การนับเวลาถอยหลังจะเริ่มทำงานบนจอแสดงผล

กด	ระดับความร้อน	ตัวอย่างการใช้
1 ครั้ง	สูง	ต้มน้ำให้เดือด ทำอาหารจำพวกผักผลไม้ หุงข้าว พาสต้าหรือก๋วยเตี๋ยว
2 ครั้ง	ปานกลาง-สูง	ทำอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ขนมหวาน อุ่นนมสด
3 ครั้ง	ปานกลาง	ใช้ทำอาหารประเภทไข่ ซีส ปลา เนื้อตัน อาหารอบและเนื้อที่เป็นก้อน ละลายซ็อกโกแลต
4 ครั้ง	ละลายอาหารแช่แข็ง	ละลายอาหารแช่แข็ง
5 ครั้ง	ต่ำ	อุ่นหรืออุ่นอาหาร

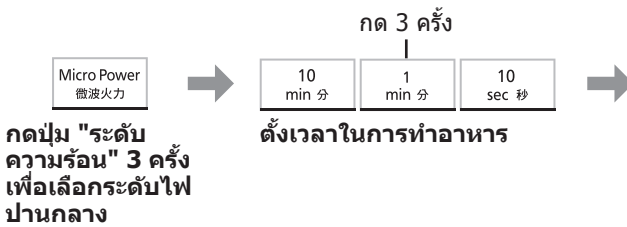
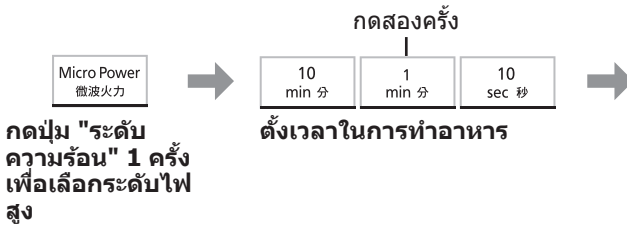
■ หมายเหตุ

- เตาอบไมโครเวฟจะทำงานโดยอัตโนมัติในระดับความร้อนสูง หากป้อนเวลาในการทำอาหารโดยที่ไม่ได้เลือกระดับความร้อนไว้ก่อนหน้านี
 - ในขณะที่ทำอาหาร ถาดแก้วอาจสันสะท้อน การสันสะท้อนนี้ไม่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำอาหาร
 - สำหรับการทำอาหารหลายขั้นตอน โปรดดูข้อมูลที่หน้า 17
 - คุณสามารถตั้งโปรแกรมสำหรับเวลาในการรอได้หลังจากการตั้งค่าระดับไฟฟ้าไมโครเวฟและเวลา ดูข้อมูลได้ที่หน้า 19
 - ห้ามทำอาหารเมื่อมีอุปกรณ์เสริมที่เป็นโลหะประเภทใดก็ตามอยู่ในเตาอบไมโครเวฟ
 - เปิดประตูเครื่องเพื่อตรวจสอบอาหารในระหว่างขั้นตอนการละลายน้ำแข็งเสมอ จากนั้นจึงเริ่มการทำงานอีกครั้ง ไม่จำเป็นต้องห่อหุ้มอาหารในระหว่างการละลายน้ำแข็ง เพื่อให้แน่ใจถึงผลลัพธ์ในการทำงานที่ดี คุณควรคน พลิกกลับด้านหรือแบ่งแยกอาหารหลาย ๆ ครั้งในระหว่างขั้นตอนการละลายน้ำแข็ง สำหรับเนื้อติดกระดูกและสัตว์ปีกขนาดใหญ่ คุณควรพลิกกลับด้านเมื่อการละลายน้ำแข็งเสร็จสิ้นไปครึ่งทางและป้องกันส่วนหัวและส่วนท้ายด้วยฟอยล์
- ดูรายละเอียดเกี่ยวกับคำแนะนำในการละลายอาหารแช่แข็งได้ที่หน้า 21

การทำอาหารหลายขั้นตอน

คุณสมบัตินี้ช่วยให้คุณสามารถตั้งโปรแกรมการทำอาหารได้ 3 ขั้นตอนอย่างต่อเนื่อง

ตัวอย่าง: หากต้องการทำอาหารอย่างต่อเนื่อง ให้ตั้งระดับไฟสูงเป็นเวลา 2 นาที ระดับไฟปานกลางเป็นเวลา 3 นาที และระดับไฟต่ำเป็นเวลา 2 นาที



■ หมายเหตุ

1. โปรแกรมอัตโนมัติไม่สามารถใช้งานได้ในการทำอาหารหลายขั้นตอน
2. เมื่อเตาอบไมโครเวฟทำงาน เสียงเตือนจะดัง 2 ครั้งในแต่ละขั้นตอน และจะดัง 5 ครั้งหลังจากที่ขั้นตอนทั้งหมดเสร็จเรียบร้อยแล้ว

NN-ST34HM

คุณสมบัติการทำอาหารด่วน 30 วินาที

คุณสมบัตินี้ช่วยให้คุณสามารถตั้งเวลาในการทำอาหารเพิ่มขึ้นได้ครั้งละ 30 วินาที สูงสุดถึง 5 นาทีที่ระดับไฟสูง

Quick 30
快速翻热



Start
開始

กดการทำอาหารด่วน 30 จนกว่าเวลาในการทำอาหารตามที่คุณต้องการจะปรากฏบนจอแสดงผล

กดเริ่มการทำงาน การนับเวลาถอยหลังจะเริ่มทำงานบนจอแสดงผล

■ หมายเหตุ

1. คุณสามารถเลือกระดับไฟฟ้าอื่น ๆ ได้หากคุณต้องการ เลือกระดับไฟฟ้าที่คุณต้องการก่อนที่จะกดการทำอาหารด่วน 30 วินาที
2. คุณสมบัตินี้จะทำงานเป็นเวลา 1 นาทีหลังจากการทำอาหารแบบกำหนดด้วยตนเอง

NN-ST34HM

วิธีการเพิ่มเวลาในการทำอาหาร

คุณสมบัตินี้ช่วยให้อุณหภูมิเพิ่มเวลาในการทำอาหารในระหว่างและเมื่อสิ้นสุดเวลาในการทำอาหาร

ตัวอย่าง: หากต้องการเพิ่มเวลา 5 นาทีหลังการทำอาหารเสร็จแล้ว

กด 5 ครั้ง

Add Time
追加烹調



10
min 分

1
min 分

10
sec 秒



Start
開始

กดที่เพิ่มเวลาทันทีหลังจากการทำอาหาร

ตั้งเวลาในการทำอาหาร

กดเริ่มการทำงาน การนับเวลาถอยหลังจะเริ่มทำงานบนจอแสดงผล

■ หมายเหตุ

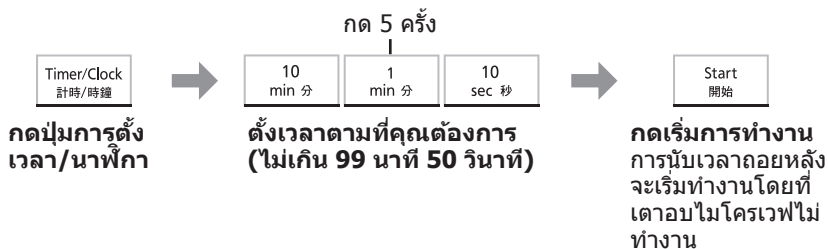
1. ในระหว่างการทำอาหาร ให้ตั้งเวลาในการทำอาหารเพิ่มขึ้น (1 ถึง 10 นาที) 5 วินาทีหลังจากที่กดเพิ่มเวลา เวลาจะเพิ่มโดยที่ไม่ต้องกดเริ่มการทำงาน
2. หลังจากการทำอาหาร คุณสามารถตั้งค่าเพิ่มเวลาได้สูงสุดถึง 30 นาทีสำหรับระดับไฟสูง และ 99 นาที 50 วินาทีสำหรับระดับไฟอื่น ๆ หากคุณไม่ดำเนินการใด ๆ เป็นเวลา 1 นาทีหลังจากการทำอาหาร ระบบจะยกเลิกการตั้งค่านี้
3. คุณสมบัตินี้สามารถใช้งานได้หลังจากการทำอาหารหลายขั้นตอน ระดับไฟฟ้าเหมือนกับขั้นตอนล่าสุด คุณสมบัตินี้จะไม่ทำงานหากขั้นตอนล่าสุดคือเวลาในการรอ
4. คุณสมบัตินี้ไม่สามารถใช้งานได้สำหรับโปรแกรมอัตโนมัติ

วิธีการตั้งเวลาในการทำอาหาร

คุณสมบัตินี้ทำหน้าที่เป็นการตั้งเวลาในการทำอาหาร หรือช่วยให้คุณตั้งโปรแกรมเวลาในการรอ/ตั้งเวลาล่วงหน้าได้

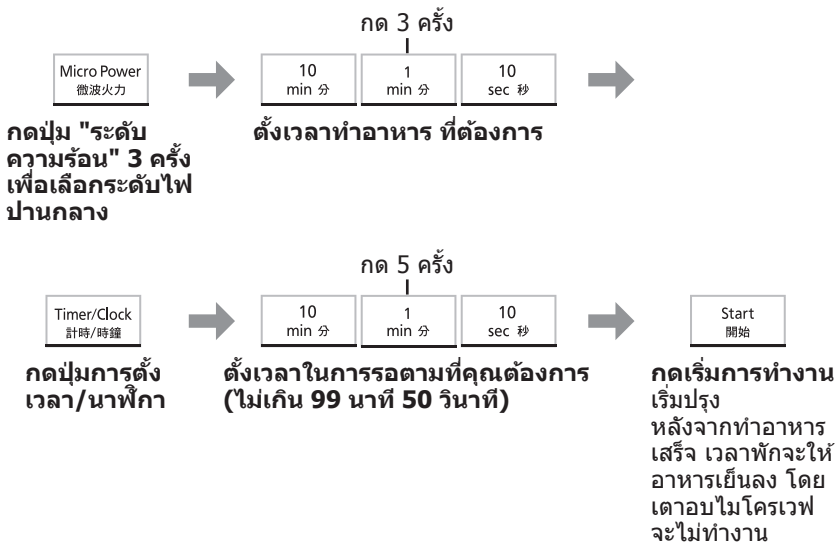
การตั้งเวลาในการทำอาหาร

ตัวอย่าง: หากต้องการตั้งเวลา 5 นาที



เวลาในการรอ

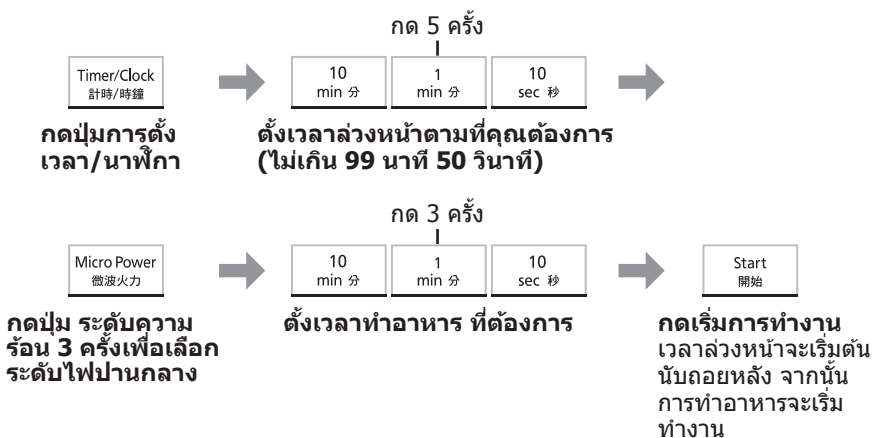
ตัวอย่าง: หากคุณต้องการรอเป็นเวลา 5 นาทีหลังจากการทำอาหารที่ระดับไฟปานกลางเป็นเวลา 3 นาที



วิธีการตั้งเวลาในการทำอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

ตัวอย่าง: หากต้องการเริ่มต้นการทำอาหารที่ระดับไฟปานกลางเป็นเวลา 3 นาที หลังจากเวลาในการรอ 5 นาที



■ หมายเหตุ

1. คุณสามารถตั้งโปรแกรมการทำอาหารหลายขั้นตอนรวมถึงเวลาในการรอและการตั้งเวลาล่วงหน้าได้
2. ถึงแม้ว่าประตูเตาอบไมโครเวฟจะเปิดในระหว่างการตั้งเวลาในการทำอาหาร เวลาในการรอหรือการตั้งเวลาล่วงหน้า แต่เวลาในจอแสดงผลจะเริ่มนับถอยหลังอย่างต่อเนื่อง
3. คุณไม่สามารถตั้งโปรแกรมสำหรับเวลาในการรอ/ตั้งเวลาล่วงหน้าก่อน/หลังการตั้งโปรแกรมอัตโนมัติใด ๆ ได้

โปรแกรมอัตโนมัติ

ด้วยคุณสมบัตินี้ คุณสามารถละลายอาหารแช่แข็ง/อุ่น/ทำอาหารได้ตามน้ำหนักของอาหาร เลือกหมวดหมู่และกำหนดน้ำหนักอาหาร น้ำหนักถูกตั้งโปรแกรมเป็นกิโลกรัมสำหรับการละลายอาหารแช่แข็งแบบเทอร์โบ และเป็นกรัมสำหรับการอุ่นอัตโนมัติ/รายการอัตโนมัติ เตาอบไมโครเวฟจะกำหนดระดับไฟฟ้าไมโครเวฟและเวลาในการทำอาหารโดยอัตโนมัติ สำหรับการเลือกถั่ว น้ำหนักจะเริ่มต้นจากน้ำหนักที่ใช้กันโดยทั่วไปสำหรับแต่ละหมวดหมู่ อย่างไรก็ตามน้ำหนักของน้ำที่เพิ่มเข้าไปหรือน้ำหนักของภาชนะ

■ หมายเหตุ

1. ใช้เตาอบไมโครเวฟที่ติดตั้งแวนลูกกิ่งและถาดแก้วเข้าที่แล้วเสมอ
2. คุณสามารถใช้งานโปรแกรมอัตโนมัติกับอาหารที่ระบุไว้เท่านั้น
3. ละลายอาหารแช่แข็ง/ทำอาหารภายในช่วงน้ำหนักที่ระบุไว้เท่านั้น
4. คุณควรชั่งน้ำหนักอาหารแทนที่จะดูตามข้อมูลบนแพ็คเกจ
5. อาหารส่วนใหญ่ได้ประโยชน์จากเวลาในการรอ หลังจากการทำอาหารด้วยโปรแกรมอัตโนมัติ จะช่วยให้ความร้อนกระจายตัวเข้าสู่ส่วนกลางของอาหารอย่างต่อเนื่อง

ละลายอาหารแช่แข็งแบบเทอร์โบ



อาหาร	น้ำหนักสูงสุด
เนือบด, เนื้อไก่, ชีนเนื้อ	2.0 กก.
เนื้อวัว, เนื้อแกะ, ไก่ทั้งตัว	2.0 กก.
ปลาทั้งตัว, หอยแครง, กุ้ง, เนื้อปลา	1.0 กก.

■ หมายเหตุ

รูปทรงและขนาดของอาหารกำหนดน้ำหนักสูงสุดที่เตาอบไมโครเวฟสามารถรองรับได้

คำแนะนำในการละลายน้ำแข็ง

เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด:

1. ใส่อาหารในภาชนะที่เหมาะสม ขัดต่อเนื้อสัตว์และไก่ ควรวางไว้บนจานรองที่แห้งขึ้นหรือชั้นวางพลาสติก (แบบที่สามารถเข้าไมโครเวฟได้)
2. ตรวจสอบอาหารระหว่างการละลายน้ำแข็งเพราะความเร็วในการละลายน้ำแข็งในอาหารแต่ละชนิดแตกต่างกัน
3. ไม่จำเป็นต้องห่อหุ้มอาหาร (ดูที่ข้อ 6)
4. สลับด้านหรือคนอาหารอยู่เสมอโดยเฉพาะเมื่อเตาอบไมโครเวฟมีเสียงเตือน ห่อหุ้มอาหารไว้ถ้าจำเป็น (ดูที่ข้อ 6)
5. เนื้อสับ ชีนเนื้อ และอาหารชิ้นเล็กชนิดอื่น ควรวางแยกกัน และไม่ควรวางอาหารที่เป็นชั้นซ้อนกัน

โปรแกรมอัตโนมัติ

- การห่อหุ้มอาหารเพื่อป้องกันจากความร้อน เป็นสิ่งจำเป็นเมื่อนำไก่หรือข้อต่อเนื้อสัตว์มาละลายน้ำแข็ง ชั้นนอกของอาหารจะละลายก่อน ดังนั้นจึงควรปิดส่วนปีก/หน้าอกและไขมันไว้ด้วยแผ่นฟอยล์ลูมิเรียมแบบเรียบแล้วรัดไว้ด้วยไม้เสียบค็อกเทล
- วางพักไว้เพื่อให้น้ำแข็งตรงกลางของอาหารละลาย (อย่างน้อย 1 ชม. สำหรับข้อต่อ เนื้อสัตว์ และไก่ทั้งตัว)



วางอาหารที่เป็นชิ้นไม่ให้ซ้อนกัน



สลับด้านหรือแยกอาหารออกจากกันให้เร็วที่สุด



ห่อหุ้มไก่และข้อต่อเนื้อสัตว์

อุ่นอัตโนมัติ

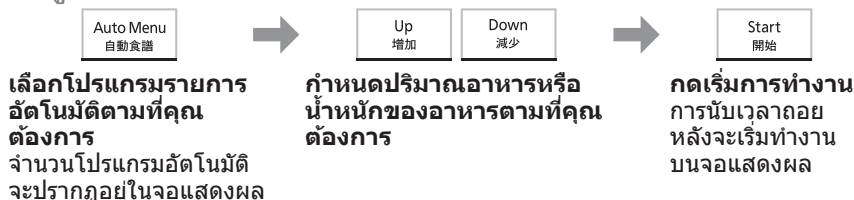


■ หมายเหตุ

เนื่องจากอาหารแต่ละชนิดมีความแตกต่างกัน คุณควรตรวจสอบว่าอาหารนั้นสุกอย่างทั่วถึงและร้อนก่อนที่จะเสิร์ฟ

โปรแกรม	คำแนะนำ
1. อุ่นอัตโนมัติ Auto Reheat 自動翻熱 กด 1 ครั้ง	น้ำหนัก: 200/400/600/800 ก. เตาอบไมโครเวฟจะอุ่นอาหารที่ปรุงไว้ก่อนล่วงหน้าโดยอัตโนมัติได้ โดยการกำหนดน้ำหนักของอาหาร อาหารควรอยู่ในอุณหภูมิของตู้เย็น (5-8 °C) ใช้หม้ออบอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำ 1-4 ช้อนโต๊ะหากคุณต้องการ และปิดฝาวางหม้ออบอาหารบนถาดแก้ว กดที่อุ่นอัตโนมัติหนึ่งครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน คนให้เข้ากันเมื่อได้ยินเสียงเตือน หมายเหตุ: เมื่ออุ่นอาหาร เช่น ขุป สตูว์ และอาหารอบ ควรคนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่งแล้ว และคนอีกครั้งเมื่ออุ่นเสร็จ

เมนูอัตโนมัติ



■ หมายเหตุ

เนื่องจากอาหารแต่ละชนิดมีความแตกต่างกัน คุณควรตรวจสอบว่าอาหารนั้นสุกอย่างทั่วถึงและร้อนก่อนที่จะเสิร์ฟ

โปรแกรม	คำแนะนำ									
2. โจ๊ก/ข้าวต้ม	น้ำหนัก: 50/100/150 ก.									
		<table><tr><th>ข้าว</th><th>ปริมาณน้ำที่แนะนำ</th></tr><tr><td>50 ก.</td><td>250-400 มล.</td></tr><tr><td>100 ก.</td><td>600-800 มล.</td></tr><tr><td>150 ก.</td><td>800-1000 มล.</td></tr></table>	ข้าว	ปริมาณน้ำที่แนะนำ	50 ก.	250-400 มล.	100 ก.	600-800 มล.	150 ก.	800-1000 มล.
	ข้าว	ปริมาณน้ำที่แนะนำ								
	50 ก.	250-400 มล.								
	100 ก.	600-800 มล.								
150 ก.	800-1000 มล.									
ใส่ข้าวลงในหม้อทำอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำตามที่แนะนำในรายการด้านบน เติมน้ำในปริมาณอย่างน้อย 1/2 ของหม้ออุ่นอาหารเพื่อไว้สำหรับการระเหย เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารเดือดมากเกินไป ในระหว่างการทำอาหารให้ปิดฝาไว้บางส่วน วางหม้ออุ่นอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติหนึ่งครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน คนให้เข้ากันเมื่อได้ยินเสียงเตือน										
Auto Menu 自動食膳 กด 1 ครั้ง										
3. ะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	เสิร์ฟ: 1 ที่/ 2 ที่									
		<table><tr><th>เสิร์ฟ</th><th>ปริมาณน้ำที่แนะนำ</th></tr><tr><td>1 ที่</td><td>450 มล.</td></tr><tr><td>2 ที่</td><td>800 มล.</td></tr></table>	เสิร์ฟ	ปริมาณน้ำที่แนะนำ	1 ที่	450 มล.	2 ที่	800 มล.		
	เสิร์ฟ	ปริมาณน้ำที่แนะนำ								
	1 ที่	450 มล.								
	2 ที่	800 มล.								
ใส่ะหมี่กึ่งสำเร็จรูปและเครื่องปรุงลงในหม้ออุ่นอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำตามที่แนะนำในรายการด้านบน เติมน้ำในปริมาณอย่างน้อย 1/2 ของหม้ออุ่นอาหารเพื่อไว้สำหรับการระเหย เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารเดือดมากเกินไป ครอบด้วยฝา วางหม้ออุ่นอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติสองครั้ง กำหนดปริมาณในการเสิร์ฟและกดที่เริ่มการทำงาน คนให้เข้ากันเมื่อได้ยินเสียงเตือน ตั้งไว้ 1-2 นาที หลังจากการทำอาหาร										
Auto Menu 自動食膳 กด 2 ครั้ง										

โปรแกรมอัตโนมัติ

โปรแกรม	คำแนะนำ		
4. ตุ่นอาหาร	เสิร์ฟ: 4-6 ที่/ 1-3 ที่	เสิร์ฟ	ส่วนผสมที่แนะนำ
		4-6 ที่	เนื้อ 400 กรัม รากผัก 300 กรัม น้ำ 800 มล.
		1-3 ที่	เนื้อ 200 กรัม รากผัก 150 กรัม น้ำ 600 มล.
Auto Menu 自動食譜	กด 3 ครั้ง	สำหรับการทำซุพแบบดั้งเดิม เช่น ซุปสมุนไพรมะเขือเทศ ซุปปรุงนึ่ง เป็นต้น ซึ่งจำเป็นต้องเคี่ยวช้า ๆ หรือ “ตุ่นอาหาร” วิธีการนี้ช่วยให้แน่ใจได้ว่าอาหารจะอ่อนนุ่มแต่ไม่เสียรูปทรง นอกจากนี้ยังสกัดและคงความหอมของอาหารไว้ได้ ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อทำอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟ เติมน้ำตามส่วนผสมที่แนะนำในรายการด้านบน เติมน้ำในปริมาณอย่างน้อย ½ ของหม้อทำอาหารเพื่อไว้สำหรับการระเหย เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารเดือดมากเกินไป ครอบด้วยฝา วางหม้อทำอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 3 ครั้ง กำหนดปริมาณในการเสิร์ฟและกดที่เริ่มการทำงาน คนให้เข้ากันเมื่อได้ยินเสียงเตือน	
5. ผัก	Auto Menu 自動食譜	กด 4 ครั้ง	น้ำหนัก: 120/180/250/370 ก. สำหรับการทำผักใบ ผักสีเขียว และผักอ่อนนุ่มทุกประเภท รวมทั้งบรอกโคลี พริก กะหล่ำดอก กะหล่ำปลี หน่อไม้ฝรั่ง คีนฉ่าย ถั่ว ชูคีนี้ ผักขม พริก หรือผักเหล่านี้รวมกัน หั่นผักให้มีขนาดเท่ากัน ใส่ผักลงในหม้อทำอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำ 2-4 ช้อนโต๊ะหากต้องการ ครอบด้วยฝา วางหม้อทำอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 4 ครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน คนให้เข้ากันเมื่อได้ยินเสียงเตือน
6. มันฝรั่ง	Auto Menu 自動食譜	กด 5 ครั้ง	น้ำหนัก: 200/400/600 ก. ใช้ส้อมแทงมันฝรั่ง 6 ครั้ง ใส่ลงในซามที่ขนาดเหมาะสมและใช้กับไมโครเวฟ เติมน้ำ 1-3 ช้อนโต๊ะหากต้องการ ครอบด้วยฝา วางหม้อทำอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 5 ครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน พลิกกลับด้านเมื่อได้ยินเสียงเตือน
7. อบข้าว	น้ำหนัก: 100/200/300 ก.	ข้าว	ปริมาณน้ำที่แนะนำ
		100 ก.	180 มล.
		200 ก.	300 มล.
		300 ก.	450 มล.
Auto Menu 自動食譜	กด 6 ครั้ง	สำหรับการทำข้าวขาวรวมถึงข้าวเมล็ดสั้น ข้าวเมล็ดยาว ข้าวหอมมะลิ และข้าวบาสุมาดี ใส่ข้าวลงในหม้อปรุงอาหารที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำตามคำแนะนำในรายการด้านบน เติมน้ำในปริมาณอย่างน้อย ½ ของหม้อทำอาหารเพื่อไว้สำหรับการระเหย เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารเดือดมากเกินไป ครอบด้วยฝา วางหม้อทำอาหารบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 6 ครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน ปล่อยให้ 5 นาทีหลังจากทำเสร็จ	

โปรแกรม	คำแนะนำ		
8. นึ่งปลา	น้ำหนัก: 100/200/300/400 ก.	นึ่งปลา	ปริมาณน้ำที่แนะนำ
		100 ก.	น้ำหรือน้ำซุประดุก 2 ช้อนโต๊ะ
		200 ก.	น้ำหรือน้ำซุประดุก 2 ช้อนโต๊ะ
		300 ก.	น้ำหรือน้ำซุประดุก 3 ช้อนโต๊ะ
		400 ก.	น้ำหรือน้ำซุประดุก 3 ช้อนโต๊ะ
	สำหรับการอบปลาทั้งตัวและปลาแลเป็นชิ้น วางปลาที่เตรียมไว้ลงในจานที่ใช้ได้กับไมโครเวฟ เติมน้ำตามที่แนะนำในรายการด้านบน ให้เรียบร้อยด้วยวัสดุห่อหุ้ม วางจานลงบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 7 ครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน		
9. ไก่	น้ำหนัก: 200/400/600/800 ก.	สำหรับการอบไก่เป็นชิ้น เช่น ปีก ขาไก่ น่องไก่ สันอก ฯลฯ เสียบชิ้นไก่ก่อนที่จะนำไปทำอาหาร วางไก่ขึ้นที่เตรียมไว้ลงในจานที่ปลอดภัยสำหรับไมโครเวฟตามขนาดที่เหมาะสม เติมน้ำมัน 1-5 ช้อนโต๊ะหากคุณต้องการ ครอบด้วยฝา วางจานลงบนถาดแก้ว กดที่รายการอัตโนมัติ 8 ครั้ง กำหนดน้ำหนักของอาหารและกดที่เริ่มการทำงาน พลิกกลับด้านเมื่อได้ยินเสียงเตือน	

คำแนะนำในการทำอาหารและการอุ่นอาหาร

อาหารส่วนใหญ่อุ่นให้ร้อนได้เร็วโดยการใช้อัตราพลังงาน สูง อาหารจะกลับไปสู่อุณหภูมิพร้อมเสิร์ฟได้ภายในไม่กี่นาที

ตรวจสอบอาหารอยู่เสมอว่าร้อนเพียงพอและน้ำกลับเข้าเตาอบไมโครเวฟใหม่หากจำเป็น ตามหลักทั่วไป จะต้องห่อหุ้มอาหารเปียก เช่น ซุป อาหารที่อบในซามและอาหารจานเดียว อย่างห่อหุ้มอาหารแห้ง เช่น ขนมปังก้อนเล็ก พายเนื้อมัด ขนมปังไส้กรอก เป็นต้น

จำไว้ว่าเมื่อทำหรืออุ่นอาหารอะไรก็ตาม จะต้องคนหรือสลับด้านทุกครั้งหากทำได้ เพราะจะทำให้อาหารสุกทั้งด้านในและด้านนอกอย่างทั่วถึง

พายเนื้อมัด - ข้อควรระวัง

จำไว้ว่า แม้ว่าขนมปังจะเย็นแล้ว แต่ไส้ยังคงร้อนและสามารถช่วยให้ขนมปังอุ่นขึ้นได้ ระวังอย่าให้ความร้อนมากเกินไป มิเช่นนั้น ขนมปังอาจไหม้เพราะไขมันและน้ำตาลที่มีอยู่ในไส้ เช็อุณหภูมิของไส้ก่อนรับประทานเพราะความร้อนจากไส้อาจลวกปากได้

พุดดิ้งและของเหลว - ข้อควรระวัง

พุดดิ้งและอาหารอื่น ๆ ที่มีไขมันหรือน้ำตาลสูง เช่น แยม พายไส้เนื้อมัด ต้องไม่อุ่นให้ร้อนเกินไป คุณต้องไม่ละลายจากอาหารเหล่านี้ เนื่องจากการอุ่นอาหารเหล่านี้สุกเกินไปอาจทำให้ไฟลุกได้ ระวังระวังเป็นอย่างดีเมื่ออุ่นอาหารเหล่านี้

อย่าปล่อยให้เย็นโดยไม่ได้ดูแล ห้ามใส่แอลกอฮอล์เพิ่มเติม

ขนม - ข้อควรระวัง

ต้องเขย่าขนมหรือขนมผัดดัดแปลงให้เข้ากันก่อนนำไปอุ่นและเขย่าอีกครั้งหลังอุ่นเสร็จ ก่อนนำไปให้เด็กดื่มควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่ร้อนเกินไป

สำหรับนม 7-8 ออนซ์ ที่นำออกมาจากตู้เย็น ให้เอาฝาและจุกนมออก อุ่นด้วยระดับพลังงาน สูง ประมาณ 30-50 วินาที ตรวจสอบด้วยความระมัดระวังก่อนที่จะกิน

สำหรับนม 3 ออนซ์ ที่นำออกมาจากตู้เย็น ให้เอาฝาและจุกนมออก อุ่นด้วยระดับพลังงาน สูง ประมาณ 15-20 วินาที ตรวจสอบด้วยความระมัดระวังก่อนที่จะกิน

หมายเหตุ ของเหลวที่อยู่ด้านบนของขวดจะร้อนกว่าของเหลวที่อยู่ด้านล่างมาก

ต้องเขย่าขวด ให้เข้ากันก่อนและทดสอบก่อนนำไปใช้

เราไม่แนะนำให้คนไข้เตาอบไมโครเวฟฆ่าเชื้อโรคในขวดนมเด็ก

ถ้าคุณมีหม้อฆ่าเชื้อโดยเฉพาะ ควรใช้อย่างระมัดระวังเป็นพิเศษ เนื่องจากปริมาณน้ำที่น้อยอาจก่อให้เกิดอันตรายได้ เป็นสิ่งจำเป็นที่คุณควรทำตามคำแนะนำของผู้ผลิตอย่างเคร่งครัด

อาหารจานเดียว

ความชอบของแต่ละคนแตกต่างกันและเวลาที่ใช้ในการอุ่นก็ขึ้นอยู่กับส่วนผสมในอาหารด้วย สำหรับอาหารที่มีความหนาแน่นสูง เช่น มันบด ควรวางให้กระจายทั่วภาชนะ ถ้าเติมน้ำเกรวี่ปริมาณมาก ก็ควรตั้งเวลาให้นานเป็นพิเศษ

ควรวางอาหารเป็นชั้นที่มีความหนาแน่นมากกว่าไว้ด้านบนของจาน ระดับพลังงาน สูง ประมาณ 2-4 นาที สามารถอุ่นอาหารในปริมาณปานกลางได้พอดี หวังวางชั้นอาหารที่เป็นชั้นทับซ้อนกัน

อาหารกระป๋อง

นำอาหารออกจากกระป๋องและใส่ในภาชนะที่เหมาะสมก่อนนำไปอุ่น

ซุป

ใส่ในซามแล้วคนก่อนนำไปอุ่น และอย่างน้อยระหว่างการอุ่นและอีกครั้งหลังอุ่นเสร็จ

อาหารที่อบในซาม

คนเมื่ออบไปได้ครึ่งทางและคนอีกครั้งหนึ่งตอนอุ่นเสร็จ

คำถามและคำตอบ

คำถาม: ทำไมเตาอบไมโครเวฟจึงเปิดไม่ได้

คำตอบ: หากเตาอบไมโครเวฟไม่ได้เปิดอยู่ คุณควรตรวจสอบรายการต่าง ๆ ต่อไปนี้:

1. เตาอบเสียบปลั๊กได้แน่นสนิทแล้วหรือไม่
ถอดปลั๊กออกจากเต้าเสียบปลั๊กไฟ รอประมาณ 10 วินาทีและเสียบกลับเข้าที่อีกครั้ง
2. ตรวจสอบอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าและฟิวส์
รีเซ็ตอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าหรือเปลี่ยนฟิวส์หากการทำงานสะดุดหรือผิดพลาด
3. หากอุปกรณ์ได้ดวงจระไฟฟ้าหรือฟิวส์ไม่มีความผิดปกติใด ๆ ให้เสียบปลั๊กของผลิตภัณฑ์อื่นเข้ากับเต้าเสียบปลั๊กไฟ หากผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ทำงาน อาจมีปัญหที่เตาอบไมโครเวฟ หากผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ไม่ทำงาน อาจมีปัญหที่เต้าเสียบปลั๊กไฟ
หากดูเหมือนว่ามีปัญหาที่เตาอบไมโครเวฟ คุณควรติดต่อเจ้าหน้าที่ที่ได้รับอนุญาต

คำถาม: เตาอบไมโครเวฟของฉันทิ้งก่อให้เกิดสัญญาณรบกวนกับโทรทัศน์ ทีวี หรือเครื่องบันทึกหรือไม่

คำตอบ: สัญญาณรบกวนวิทยุหรือโทรทัศน์อาจเกิดขึ้นได้เมื่อคุณทำอาหารด้วยเตาอบไมโครเวฟ สัญญาณรบกวนเหมือนกับสัญญาณรบกวนที่เกิดจากผลิตภัณฑ์ขนาดเล็ก เช่น เครื่องปั่น เครื่องดูดฝุ่น เครื่องเป่าลม เป็นต้น ซึ่งไม่ได้ระบุว่าเป็นปัญหาเกี่ยวกับเตาอบไมโครเวฟ

คำถาม: ทำไมบางครั้งมีอากาศอุ่น ๆ ออกมาจากช่องระบายอากาศของเตาอบไมโครเวฟ

คำตอบ: ความร้อนที่ออกมาจากการทำอาหารทำให้อากาศในช่องใส่อาหารของเตาอบไมโครเวฟอุ่นขึ้น อากาศอุ่น ๆ นี้ไหลออกมาจากเตาอบตามรูปแบบการไหลของอากาศในเตาอบไมโครเวฟ ไม่มีคลื่นไมโครเวฟในอากาศ ห้ามกีดขวางช่องระบายอากาศของเตาอบไมโครเวฟในระหว่างการทำอาหาร

คำถาม: สามารถใช้เครื่องวัดอุณหภูมิเตาอบแบบธรรมดาในเตาอบไมโครเวฟได้หรือไม่

คำตอบ: โลหะในเครื่องวัดอุณหภูมิบางชนิดอาจเป็นสาเหตุให้เกิดประกายไฟในเตาอบไมโครเวฟ และไม่ควรใช้ในเตาอบไมโครเวฟ

สำหรับรุ่น NN-ST34HM เท่านั้น

คำถาม: ทำไมเตาอบไมโครเวฟไม่สามารถทำตามโปรแกรมหที่เลือกได้

คำตอบ: เตาอบไมโครเวฟได้รับการออกแบบขึ้นมา โดยจะไม่สามารถยอมรับโปรแกรมการทำงานที่ไม่ถูกต้องใดๆ เช่น ไม่สามารถทำโปรแกรม เมื่อต้องการทำงานในขั้นตอนที่ 4

การดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟ

1. ควรถอดปลั๊กเตาอบไมโครเวฟออกก่อนที่จะทำความสะอาด
2. ทำความสะอาดภายในเตาอบไมโครเวฟ ซิลิโคนและบริเวณซิลิโคนเป็นประจำ เมื่ออาหารกระเด็นหรือของเหลวหกเลอะ ออกไปติดผนังของเตาอบไมโครเวฟ ซิลิโคนและบริเวณซิลิโคน ให้เช็ดออกด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ คุณอาจใช้น้ำยาทำความสะอาดอ่อนๆ ได้ หากเตาอบไมโครเวฟสกปรกมาก ไม่แนะนำให้ใช้ผงซักฟอกหรือสารกัดกร่อนรุนแรง หลีกเลี่ยงการทำทำความสะอาดที่บริเวณท่อนำคลื่นไมโครเวฟที่ติดตั้งอยู่ทางด้านขวาของผนังช่องใส่อาหาร ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดเตาอบไมโครเวฟที่วางขายในท้องตลาด
3. ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดที่รุนแรง และกัดกร่อน หรืออุปกรณ์ทำความสะอาดที่เป็นโลหะมีคมในการทำทำความสะอาดกระจกที่ประตูเตาอบไมโครเวฟ เนื่องจากอาจทำให้พื้นผิวเป็นรอยขีดข่วนซึ่งส่งผลให้กระจกแตกได้
4. ควรทำความสะอาดพื้นผิวด้านนอกของเตาอบไมโครเวฟด้วยผ้าชุบน้ำหมาด ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความเสียหายต่อชิ้นส่วนในการทำงานต่าง ๆ ภายในเตาอบไมโครเวฟ ไม่ควรให้น้ำไหลซึมเข้าไปในช่องเปิดสำหรับระบายอากาศ
5. หากแผงควบคุมสกปรก ให้ทำความสะอาดด้วยฟ้านุ่ม ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดที่รุนแรงหรือสารกัดกร่อนกับแผงควบคุม เมื่อคุณทำความสะอาดแผงควบคุม ให้เปิดประตูเตาอบไมโครเวฟค้างไว้เพื่อป้องกันไม่ให้เตาอบไมโครเวฟเปิดการทำงานโดยไม่ได้ตั้งใจ หลังจากการทำทำความสะอาด ให้กดที่หยุด/รีเซ็ตเพื่อลบข้อมูลที่จอแสดงผลหรือตรวจสอบให้แน่ใจว่าการกำหนดที่หมุนสำหรับเลือกเวลา/นาฬิกายู่ที่ตำแหน่งศูนย์
6. หากมีไอน้ำสะสมอยู่ภายในหรือโดยรอบบริเวณด้านนอกของประตูเตาอบไมโครเวฟ ให้เช็ดออกด้วยฟ้านุ่ม กรณีนี้อาจเกิดขึ้นได้ เมื่อเตาอบไมโครเวฟทำงานภายใต้สภาพที่มีความชื้นสูงและไม่ได้แสดงว่าเป็นการทำงานที่ผิดปกติของตัวเครื่องแต่อย่างใด
7. บางครั้งคุณจำเป็นต้องถอดถาดแก้วออกเพื่อทำความสะอาด ถาดถาดด้วยน้ำสบู่อุ่น ๆ หรือในเครื่องล้างจาน
8. ควรทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งและพื้นของช่องใส่อาหารในเตาอบไมโครเวฟเป็นประจำเพื่อหลีกเลี่ยงเสียงรบกวนที่มากเกินไป เพียงแค่เช็ดพื้นผิวด้านล่างของเตาอบไมโครเวฟด้วยน้ำยาทำความสะอาดที่ไม่รุนแรงและน้ำร้อน จากนั้นจึงเช็ดออกให้แห้งด้วยผ้าสะอาด ควรล้างทำความสะอาดแหวนลูกกลิ้งในน้ำสบู่อุ่น ๆ ไชเรเหยยในการปรุงอาหารก่อดัวขึ้นในระหว่างการใชงานซ้ำ ๆ แต่ไม่ส่งผลกระทบต่อพื้นผิวด้านล่างหรือแหวนลูกกลิ้ง หลังจากที่คุณถอดแหวนลูกกลิ้งออกจากพื้นของช่องใส่อาหารเพื่อนำมาทำความสะอาดแล้ว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณใส่กลับเข้าไปยังตำแหน่งที่ถูกต่อง
9. ไม่ควรใช้เครื่องทำความสะอาดแบบไอน้ำสำหรับการทำความสะอาด
10. เตาอบไมโครเวฟนี้ควรได้รับการจากบุคลากรที่ผ่านการรับรองแล้วเท่านั้น สำหรับการบำรุงรักษาและการซ่อมแซมเตาอบไมโครเวฟ โปรดติดต่อตัวแทนจำหน่ายที่ได้รับอนุญาตซึ่งตั้งอยู่ใกล้ที่สุด
11. หากคุณไม่ดูแลรักษาเตาอบไมโครเวฟให้อยู่สภาพที่สะอาดอยู่เสมอ อาจทำให้พื้นผิวถูกทำลายและอาจมีผลกระทบต่ออายุการใช้งานของผลิตภัณฑ์ รวมทั้งมีความเป็นไปได้ในการเกิดอันตรายอีกด้วย
12. ดูแลรักษาให้ช่องระบายอากาศสะอาดอยู่เสมอ ตรวจสอบว่าไม่มีฝุ่นหรือวัสดุอื่น ๆ กีดขวางช่องระบายอากาศใด ๆ ทั้งด้านบน ด้านล่าง หรือด้านหลังของเตาอบไมโครเวฟ หากช่องระบายอากาศอุดตัน อาจเป็นสาเหตุให้เกิดความร้อนที่มากเกินไปซึ่งส่งผลกระทบต่อการทำงานของเตาอบไมโครเวฟและอาจก่อให้เกิดสถานการณ์อันตรายได้

ข้อมูลจำเพาะ

ระบบกระแสไฟฟ้า	220 โวลต์ ~ 50 เฮิร์ตซ์
การใช้ไฟฟ้าสูงสุด	5.9 แอมป์ 1270 วัตต์
กำลังไฟฟ้าในการทำอาหาร	800 วัตต์ (IEC-60705)
ขนาดภายนอก	485 (ก) × 400 (ล) × 287 (ส) มม.
ขนาดภายใน	315 (ก) × 349 (ล) × 227 (ส) มม.
ปริมาตรความจุ	25 ลิตร
เส้นผ่านศูนย์กลางของถาดแก้ว	288 มม.
ความถี่คลื่นขณะทำงาน	2450 เมกะเฮิร์ตซ์
น้ำหนักสุทธิ	12.7 กก.

- น้ำหนักและขนาดที่แสดงเป็นเพียงค่าโดยประมาณ
- รายละเอียดทางด้านเทคนิคอาจเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า
- รายละเอียดเกี่ยวกับอัตราการใช้ไฟฟ้า หมายเลขเครื่อง วันเดือนปีและประเทศที่ผลิต ดูได้จากฉลากระบุข้อมูลที่ติดอยู่บนเดาอบไมโครเวฟ

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

© Panasonic Corporation 2017

PN:
Printed in China