MANUEL

PANASONIC
NN-DF38PBEPG

NOTICE D'UTILISATION

Tous nos Tutos vidéo

Tous nos magasins

Communauté SAV Darty

Panasonic

English
Deutsch
Nederlands
Français
Italiano
Español



Operating Instructions

Bedienungsanleitung
Gebruiksaanwijzing
Mode d'emploi
Manuale di istruzioni
Instrucciones de funcionamiento

Combination Microwave Oven

Kombi-Mikrowelle mit Ofenfunktion
Combimagnetron/Oven
Four à micro-ondes combiné
Forno microonde combinato
Horno microondas combinado

Model No. NN-DF38PB
NN-DF37PW



NN-DF38PB

INVERTER

For Household Use Only

Nur für den privaten Gebrauch
Uitsluitend voor huishoudelijk gebruik
À un usage domestique uniquement
Per uso domestico
Solo para uso doméstico

Scan the QR code for more recipes
Scannen Sie den QR-Code für weitere Rezepte
Scan de QR-code voor meer recepten
Scannez le code QR pour obtenir plus de recettes
Scansiona il codice QR per altre ricette
Escanee el código QR para obtener más recetas
https://www.panasonic.com/nn-df38p-df37p/


Apple Tart
Quiche Lorraine

Français

INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SÛRETÉ

Avant d'utiliser le four à micro-ondes, lisez attentivement les recommandations d'utilisation et conservez-les soigneusement.

SOMMAIRE

Nous vous remercions d'avoir acheté cet équipement Panasonic.

Consignes de sécurité 4-9
Elimination de l'ancien équipement 10
Installation et connexion 10
Emplacement du four.....11
Consignes importantes de sécurité.....12-17
Entretien et nettoyage du four 18-19
Conseils pour les accessoires.....20
Accessoires pour le four 21
Parties du four 22
Principes de la cuisson au four à micro-ondes.....23-24

Panneau de contrôle 25
Sélection haut/bas.....26
Affichage 26
Recommandations générales.....27-29
Guide de vérification rapide des ustensiles de cuisine.....30
Récipients à utiliser.....31-32
Modes de cuisson 33-34

Commençons à utiliser votre four 35
Choix du bip sonore.....36
Sécurité enfants.....37
Lampe du four.....37
Cuisson et décongélation au micro-ondes.....38-39
Recommandations pour la décongélation.....40
Tableaux de décongélation.....41-42
Cuire au gril.....43-44

Cuisson au four 45-47
Eco Combi.....48-49
Cuisson en plusieurs étapes.....50-52
Utilisation de la minuterie.....53-56
Utiliser la fonction de temps additionnel 57
Décongélation.....58-60
Programmes avec capteurs automatiques 61-65
Programmes de cuisson automatique 66-70
Réglage du nettoyage 71

Recommandations pour la cuisson et le réchauffage 72-73
Tableaux de réchauffage.....74-79
Tableaux de cuisson 80-84
Tableaux Eco Combi 85-88
Questions et réponses.....89-90
Recettes.....91-100
Caractéristiques 101

Consignes de sécurité

- Consignes de sécurité importantes. Avant d'utiliser ce four, veuillez lire attentivement ces instructions et les conserver pour consultation ultérieure.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus et par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à condition qu'ils bénéficient d'une surveillance ou d'instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques encourus. Le nettoyage et l'entretien de l'appareil ne doivent pas être effectués par des enfants, sauf s'ils ont plus de 8 ans et qu'ils sont surveillés. Tenez l'appareil et le cordon hors de portée des enfants de moins de 8 ans. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.
- Lorsque ce four est installé, il doit être facile d'isoler l'appareil de l'alimentation électrique en débranchant la fiche de la prise ou en actionnant un disjoncteur.
- Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, un agent de maintenance ou une personne avec des qualifications similaires afin d'éviter tout danger.
- **AVERTISSEMENT !** Il est dangereux pour toute personne différente d'une personne compétente d'effectuer une opération d'entretien ou de réparation comportant le retrait d'un couvercle permettant la protection contre l'exposition aux micro-ondes. Si la porte ou les joints de la porte sont endommagés, le four ne doit pas être utilisé avant d'avoir été réparé par une personne compétente.

Consignes de sécurité

- **AVERTISSEMENT !** N'essayez pas de modifier, de régler ou de réparer la porte, le boîtier du panneau de commande, les interrupteurs du verrouillage de sécurité ou toute autre partie du four. Ne retirez pas le panneau extérieur du four qui protège l'appareil contre l'exposition aux micro-ondes. Les réparations ne doivent être effectuées que par un technicien qualifié.
- **AVERTISSEMENT !** Les liquides et autres aliments ne doivent pas être chauffés dans des récipients hermétiques, car ils risquent d'exploser.
- **AVERTISSEMENT !** Ne placez pas ce four à proximité d'une cuisinière électrique ou à gaz.
- **AVERTISSEMENT !** Ne laissez pas les enfants utiliser le four sans surveillance sauf si des instructions adéquates leur ont été données afin qu'ils soient en mesure d'utiliser le four en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques d'une utilisation incorrecte. Veillez à ce que les enfants ne touchent pas les faces extérieures chaudes après l'utilisation du four.
- Ce four est destiné à être utilisé sur un comptoir uniquement. Il n'est pas prévu pour être encastré ou pour être utilisé à l'intérieur d'un placard. L'appareil ne doit pas être placé dans une armoire.

Pour une utilisation sur le comptoir :

- Le four doit être placé sur un support plat et stable, à 85 cm du sol, l'arrière du four placé contre un mur. Prévoyez un espace de 15 cm sur le dessus du four, de 10 cm à l'arrière, de 5 cm sur un côté et avec l'autre côté un espace ouvert.
- Lorsque vous faites réchauffer des aliments dans des récipients en plastique ou en papier, surveillez fréquemment le four, car ces types de récipients s'enflamment en cas de surchauffe.

Consignes de sécurité

- En cas de fumée se dispersant, ou d'incendie dans le four, appuyez sur la touche **Arrêt/Annuler** et laissez la porte fermée afin d'étouffer les flammes. Débranchez le cordon d'alimentation ou coupez l'alimentation au niveau des fusibles ou du disjoncteur.
- Cet appareil est prévu à des fins d'utilisations domestiques uniquement.
- Lorsque vous chauffez des liquides, par exemple des soupes, des sauces et des boissons dans votre four, la surchauffe du liquide au-delà du point d'ébullition peut se produire sans qu'il y ait de formation de bulles. Cela peut entraîner une ébullition soudaine du liquide chaud.
- Le chauffage des boissons au micro-ondes peut entraîner une ébullition éruptive retardée, c'est pourquoi il convient de manipuler le récipient avec précaution.
- Le contenu des biberons et des petits pots pour bébés doit être mélangé ou agité et la température vérifiée avant consommation, afin d'éviter toute brûlure.
- Les œufs avec leur coquille et les œufs durs entiers ne doivent pas être chauffés au four à micro-ondes, car ils risquent d'exploser, même après la fin du temps de chauffage au micro-ondes.
- Nettoyez régulièrement l'intérieur du four, les joints de porte et les zones autour des joints de porte. Lorsque des éclaboussures d'aliments ou des liquides renversés adhèrent aux parois du four, à la base du four, aux joints de porte et aux zones autour des joints de porte, essuyez-les à l'aide d'un chiffon humide. Un détergent doux peut être utilisé s'ils sont très sales. L'utilisation de détergents puissants ou abrasifs n'est pas recommandée.

Consignes de sécurité

- **N’utilisez pas de nettoyants commerciaux pour fours.**
- Certains aliments provoquent inévitablement des éclaboussures de graisse sur les parois du four pendant la cuisson. Si le four n'est pas nettoyé de temps en temps, il peut commencer à dégager de la fumée pendant l'utilisation.
- Si le four n'est pas maintenu dans un bon état de propreté, les surfaces risquent de se détériorer, ce qui pourrait nuire à la durée de vie de l'appareil et entraîner des situations dangereuses.
- **AVERTISSEMENT !** Les pièces accessibles peuvent devenir très chaudes lors de l'utilisation du **Gril**, du **Four** et de **l'Eco Combi.** Les jeunes enfants de moins de 8 ans doivent être tenus à l'écart. Les enfants ne doivent utiliser le four que sous la surveillance d'un adulte en raison des températures générées.
- **AVERTISSEMENT !** Les enfants ne doivent utiliser le four en mode combiné que sous la surveillance d'un adulte à cause des températures qu'il génère.
- Il est interdit d'utiliser un nettoyeur à vapeur pour nettoyer l'appareil.
- N'utilisez pas de nettoyants abrasifs ou de grattoirs métalliques tranchants pour nettoyer la vitre de la porte du four, car ils risquent de rayer la surface et d'entraîner l'éclatement de la vitre.
- Les surfaces extérieures du four, y compris les orifices d'aération sur le côté, et la porte du four, deviennent chauds pendant les modes **Gril, Four** et **Eco Combi**, faites attention lorsque vous ouvrez ou refermez la porte et si vous déposez ou retirez des aliments et des accessoires.

Consignes de sécurité

- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé avec une minuterie externe ou un système de commande à distance.
- En cas de panne électronique, le four ne peut être éteint que par la prise murale.
- N'utilisez que des ustensiles adaptés aux fours à micro-ondes.
- Le four est équipé d'éléments chauffants situés dans la partie supérieure et dans la base du four. Après avoir utilisé les fonctions **Gril, Four** et **Eco Combi**, les surfaces intérieures du four seront très chaudes. Il convient donc de veiller à ne pas toucher les surfaces intérieures à proximité des éléments chauffants à l'intérieur du four. **N.B. Après avoir utilisé ces fonctions, les accessoires du four sont très chauds.**
- Les récipients et plats métalliques ou contenant du métal ne doivent pas être utilisés pour la cuisson au micro-ondes. Des étincelles se produiraient.
- Le four à micro-ondes est prévu pour chauffer des aliments et des boissons. Soyez prudent lorsque vous faites chauffer des aliments à faible teneur en humidité, comme le pain, le chocolat, les biscuits et les pâtisseries. Ces aliments peuvent facilement brûler, se dessécher ou s'enflammer s'ils sont chauffés trop longtemps. Il est déconseillé de chauffer des aliments à faible teneur en eau tels que du pop-corn ou des galettes. Le séchage d'aliments ou de garniture et le chauffage de poches chauffantes, de chaussons, d'éponges, de tissus humides et d'autres objets similaires peuvent entraîner un risque de blessure, d'inflammation ou d'incendie.

Consignes de sécurité

- La lampe du four doit être remplacée par un technicien formé par le fabricant. **N'essayez pas** d'enlever l'enveloppe extérieure du four.
- **Attention !** Afin d'éviter tout risque de réinitialisation par inadvertance du disjoncteur thermique, cet appareil ne doit pas être alimenté par un dispositif avec commutateur externe, comme une minuterie, ni être connecté à un circuit qui est régulièrement mis en marche et arrêté par l'entreprise de distribution d'électricité.
- L'appareil ne doit pas être installé derrière une porte décorative afin d'éviter toute surchauffe.
- Le four doit être nettoyé régulièrement et tout reste de nourriture doit être enlevé.

Elimination de l'ancien équipement



Uniquement pour l'Union Européenne et les pays dotés de systèmes de recyclage

Ce symbole sur les produits, l'emballage et/ou les documents d'accompagnement signifie que les produits électriques et électroniques usagés ne doivent pas être mélangés avec les déchets ménagers généraux.

Pour un traitement, une récupération et un recyclage corrects des produits usagés, veuillez les déposer dans des points de collecte adéquats, conformément à la législation nationale.

En les évacuant correctement, vous contribuerez à économiser des ressources précieuses et à prévenir tout effet négatif potentiel sur la santé humaine et l'environnement.

Pour plus d'informations sur la collecte et le recyclage, veuillez contacter votre municipalité.

Des sanctions peuvent être appliquées en cas d'élimination incorrecte de ces déchets, conformément à la législation nationale en vigueur.

Installation et connexion

Examinez votre four

Déballez le four, enlevez tous les matériaux d'emballage et examinez le four pour vérifier qu'il ne soit pas endommagé (bosses, loquets de porte cassés ou fissures sur la porte). Si vous constatez des dommages, informez-en immédiatement votre vendeur. N'installez pas de four endommagé.

Important !

Cet appareil doit être correctement branché à une prise de terre pour assurer la sécurité des personnes.

Instructions de branchement à la terre

Si votre prise de courant alternatif n'est pas branchée à la terre, il est de la responsabilité personnelle du client de la faire remplacer par une prise murale correctement raccordée à la terre.

Tension d'utilisation

La tension doit être la même que celle indiquée sur l'étiquette du four. L'utilisation d'une tension supérieure à celle spécifiée peut provoquer un incendie ou d'autres dommages.

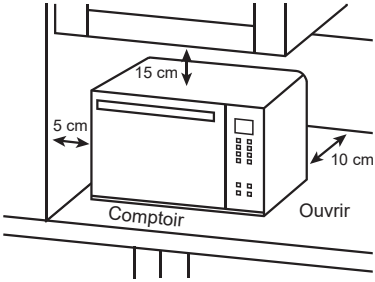
Emplacement du four

Ce four est prévu pour être utilisé uniquement sur un comptoir. Il n'est pas prévu pour être encastré ou pour être utilisé à l'intérieur d'un placard. L'appareil ne doit pas être déposé dans une armoire.

Utilisation sur un comptoir

Le four doit être placé sur une surface plane et stable, à 85 cm du sol, l'arrière du four étant placé contre un mur. Pour fonctionner correctement, le four doit disposer d'un flux d'air suffisant, c'est-à-dire 5 cm d'un côté, l'autre côté étant ouvert; 15 cm au-dessus du dessus; 10 cm à l'arrière.

1. Placez le four sur une surface plane et stable, à plus de 85 cm du sol.
2. Lorsque la porte du four s'ouvre, ne faites pas glisser le récipient sur la fenêtre de la porte, et la charge sur la porte ne doit pas dépasser 3,5 kg.
3. Lorsque le four est installé, il doit être facile de séparer l'appareil de l'alimentation électrique en débranchant la prise ou en actionnant le disjoncteur.
4. Pour un fonctionnement correct, assurez-vous que la circulation de l'air est suffisante dans le four.



5. Ne placez pas ce four à proximité d'une cuisinière électrique ou à gaz.
6. Ne l'utilisez pas à l'extérieur.
7. Les pieds ne doivent pas être enlevés.
8. Évitez d'utiliser le four à micro-ondes en cas d'humidité élevée.
9. Le cordon d'alimentation ne doit pas toucher l'extérieur du four. Tenez le cordon à l'écart des surfaces chaudes. Ne laissez pas le cordon pendre sur le bord d'une table ou d'un plan de travail. Ne plongez pas le cordon, ni la fiche et ni le four dans l'eau.
10. Ne bloquez pas les ouvertures d'aération du four. Si ces ouvertures sont bloquées pendant le fonctionnement, le four peut surchauffer. Dans ce cas, le four est protégé par un dispositif de sécurité thermique et ne reprendra son fonctionnement qu'après refroidissement.
11. Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement.

Consignes importantes de sécurité

A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR CONSULTATION ULTERIEURE.

Attention !

Consignes importantes de sécurité

1. Les joints de la porte et les zones d'étanchéité doivent être nettoyés avec un chiffon humide. Si la porte ou les joints de celle-ci sont endommagés, le four ne doit pas être utilisé tant qu'il n'a pas été réparé par une personne compétente.
2. N'essayez pas de modifier, de régler ou de réparer la porte, le boîtier du panneau de commande, les interrupteurs du verrouillage de sécurité ou toute autre partie du four. Ne retirez pas la protection extérieure du four qui protège contre l'exposition aux micro-ondes. **Les réparations ne doivent être effectuées que par un technicien qualifié.**
3. N'utilisez pas cet appareil si le **cordon ou** la **fiche** sont endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il a été endommagé ou s'il est tombé. Cela est dangereux pour toute personne autre qu'un technicien formé par le fabricant d'effectuer des réparations.
4. Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, un agent de maintenance ou toute personne de qualification similaire afin d'éviter tout danger.
5. Ne laissez pas les enfants utiliser le four sans surveillance sauf si des instructions appropriées leur ont été données afin qu'ils soient en mesure d'utiliser le four en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques d'une utilisation incorrecte.
6. Les liquides et autres aliments ne doivent pas être chauffés dans des récipients hermétiques, car ils risquent d'exploser.
7. Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 8 ans et par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles et mentales sont diminuées, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à condition qu'ils aient été surveillés ou instruits par une personne responsable de leur sécurité concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques encourus, y compris la vapeur qui s'y échappe. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance. Tenez l'appareil et son cordon hors de portée des enfants de moins de 8 ans.

Consignes importantes de sécurité

Utilisation du four

1. N'utilisez pas le four pour d'autres raisons que la préparation des aliments. Ce four est spécifiquement conçu pour chauffer ou cuire des aliments. Ne l'utilisez pas pour chauffer des produits chimiques ou d'autres produits non alimentaires.
2. Avant toute utilisation, vérifiez que les ustensiles/récipients sont prévus pour être utilisés dans les fours à micro-ondes. Voir pages 31-32.
3. Soyez prudent lorsque vous chauffez des aliments faibles en eau, tels que le pain, le chocolat, les biscuits et les pâtisseries. Ces aliments peuvent facilement brûler, se dessécher ou s'enflammer s'ils sont cuits trop longtemps. Il est déconseillé de chauffer des aliments peu humides comme le pop-corn ou les galettes. Le four à micro-ondes est destiné à chauffer uniquement des aliments ou des boissons. Le séchage d'aliments, de journaux ou de vêtements et le chauffage de poches chauffantes, de pantoufles, d'éponges, de tissus humides, de sacs de blé, de bouillottes et d'autres objets similaires peuvent entraîner des risques de blessure, d'inflammation ou d'incendie.
4. Lorsque le four n'est pas utilisé, n'entreposez aucun objet à l'intérieur du four, au cas où il serait accidentellement mis en marche.
5. L'appareil ne doit pas être utilisé avec un four à **micro-ondes** ou un **four mixte avec micro-ondes sans aliments dans le four.** Une telle utilisation peut endommager l'appareil. L'exception à cette règle est le point 1 concernant l'utilisation du chauffage.
6. En cas de dégagement de fumée ou d'incendie dans le four, appuyez sur le bouton **Arrêt/Annuler** et laissez la porte fermée en vue d'étouffer les flammes. Débranchez le cordon d'alimentation ou coupez l'alimentation au niveau du fusible ou du disjoncteur.

Fonctionnement du chauffage

1. Avant d'utiliser les fonctions **Gril, Eco Combi** ou **Four** la première fois, faites fonctionner le four sans aliment et accessoire, sur le mode four à **200 °C** pendant **10 minutes**. Cela permet de brûler l'huile utilisée pour la protection contre la rouille. C'est la seule fois où le four est utilisé complètement vide (excepté lors du préchauffage).



Attention ! Surfaces chaudes !

Les surfaces extérieures du four, y compris les fentes d'aération sur la face externe et la porte du four, deviennent chaudes en mode **Eco Combi/Gril/Four**. Après la cuisson dans ces modes, les protections du four sont très chaudes.

2. Les surfaces extérieures du four et la porte du four deviennent chaudes pendant les modes **Eco Combi/Gril/Four**, faites attention lorsque vous ouvrez ou fermez la porte et lorsque vous déposez ou enlevez des aliments et des accessoires.
3. Le four comprend des éléments chauffants situés en haut et en bas du four. Après avoir utilisé les fonctions **Gril, Four et Eco Combi**, les surfaces intérieures du four seront très chaudes. Veillez à ne pas toucher les surfaces intérieures à proximité de l'élément chauffant à l'intérieur du four. N.B. Après avoir utilisé ces fonctions, les accessoires du four sont très chauds

> ⚠ **Attention ! Surfaces chaudes !**
>
> Après la cuisson dans ces modes, les accessoires du four sont très chauds.

4. Les parties accessibles peuvent devenir chaudes lors de l'utilisation de **l'Eco Combi/ Gril/Four.** Les jeunes enfants de moins de 8 ans doivent être tenus éloignés et les enfants ne doivent utiliser le four sans la surveillance d'un adulte à cause des températures générées.

Fonctionnement du moteur du ventilateur

Après avoir utilisé le four à micro-ondes, le moteur du ventilateur peut fonctionner pour refroidir les composants électriques. Cela est normal, et vous pouvez enlever les aliments même si le moteur du ventilateur fonctionne. Vous pouvez également continuer à utiliser le four pendant ce temps.

Lumière du four

Lorsqu'il est nécessaire de remplacer l'ampoule du four, veuillez consulter votre revendeur.

Temps de cuisson

Les temps de cuisson indiqués dans les tableaux sont approximatifs. Le temps de cuisson dépend de l'état, de la température, de la quantité d'aliments et du type d'ustensile de cuisine utilisé.

Commencez par le temps de cuisson minimum pour éviter de trop cuire.

Si les aliments ne sont pas suffisamment cuits, vous pouvez toujours les faire cuire un peu plus longtemps.

> ⚠ **Important**
>
> Si les temps de cuisson recommandés ont été dépassés, les aliments seront altérés et, dans des circonstances extrêmes, ils peuvent s'enflammer et endommager l'intérieur du four.

Consignes importantes de sécurité

Thermomètre à viande

Utilisez un thermomètre à viande pour surveiller le niveau de cuisson des rôtis et de la volaille, uniquement lorsque la viande a été enlevée du four à micro-ondes. Si la viande n'est pas assez cuite, remettez-la au four et faites-la cuire pendant quelques minutes additionnelles au niveau de puissance recommandé. N'utilisez pas de thermomètre à viande conventionnel dans le four lors de la cuisson au micro-ondes, car il pourrait générer des étincelles.

Petites quantités d'aliments

De petites quantités d'aliments ou des aliments faibles en eau peuvent brûler, se dessécher ou s'enflammer s'ils sont cuits trop longtemps. Si des matériaux à l'intérieur du four s'enflamment, laissez la porte du four fermée, éteignez le four et débranchez le four de la prise de courant.

Œufs

Ne faites pas cuire les œufs dans leur coquille et les œufs durs entiers au micro-ondes. La pression peut s'accumuler et les œufs peuvent exploser, même après la fin de la cuisson au micro-ondes.

Aliments avec peau

Les pommes de terre, les pommes, le jaune d'œuf, les légumes entiers et les saucisses sont des aliments dont la peau n'est pas poreuse. Celles-ci doivent donc être percées avec une fourchette préalablement à la cuisson pour éviter qu'elles ne craquent ou éclatent.

> ⚠ **Attention !**
>
> Les liquides et autres aliments ne doivent pas être chauffés dans des récipients hermétiques, car ils risquent d'exploser.

Liquides

Lorsque vous chauffez des liquides, par exemple des soupes, des sauces et des boissons dans votre four à micro-ondes, le liquide peut être surchauffé au-delà du point d'ébullition sans voire la formation de bulles. Cela peut entraîner une ébullition soudaine du liquide chaud. Pour éviter ce cas de figure, les mesures suivantes doivent être appliquées :

- Évitez d'utiliser des récipients avec des parois droites et un cou étroit.
- Ne les surchauffez pas.
- Mélangez le liquide avant d'enfourner le plat, et à nouveau à la moitié du temps de chauffe.
- Après avoir chauffé le plat, laissez-le reposer dans le four pendant une courte période, en remuant à nouveau les aliments avant de retirer le récipient avec précaution.

Le fait de chauffer des boissons au micro-ondes peut entraîner une ébullition retardée, il convient donc d'être prudent lors de la manipulation du récipient.

Papier/Plastique

Lorsque vous faites chauffer des aliments dans des récipients en plastique ou en papier, gardez un œil sur le four à cause du risque d'inflammation. N'utilisez pas d'attaches en fil de fer pour les sacs à rôtir si le mode de cuisson inclut la puissance au micro-ondes, car des arcs électriques seront générés. N'utilisez pas de produits avec du papier recyclé, tels que les rouleaux de cuisine, à moins qu'ils ne soient spécifiquement conçus pour être utilisés dans un four à micro-ondes. Ces produits contiennent des impuretés qui peuvent provoquer des étincelles et/ou des incendies lorsqu'ils sont utilisés.

Consignes importantes de sécurité

Ustensiles/Aluminium

Ne chauffez pas de boîtes ou des bouteilles fermées, car elles pourraient exploser. Les récipients et plats métalliques ou contenant du métal ne doivent pas être utilisés lors de la cuisson au micro-ondes. Des étincelles seraient générées. Si vous utilisez des feuilles d'aluminium, des pics à viande ou des ustensiles métalliques, la distance entre ceux-ci et les parois ou la porte du four doit être d'au moins 2 cm pour éviter la formation d'étincelles.

Biberons et pots pour bébés

Lorsque vous réchauffez un biberon, enlevez toujours le bouchon et la tétine. Le liquide se trouvant dans la partie supérieure du biberon sera beaucoup plus chaud que celui se trouvant dans la partie inférieure et il faudra le secouer minutieusement avant de vérifier la température. Il faut également retirer le couvercle des pots pour bébés et remuer ou mélanger le contenu avant de vérifier la température des aliments. Cette opération doit être effectuée avant la consommation afin d'éviter les brûlures. Voir pages 73-74.

Temps de cuisson courts

Les temps de cuisson au micro-ondes étant beaucoup plus courts que les autres moyens de cuisson, il est essentiel de ne pas dépasser les temps de cuisson conseillés sans avoir vérifié les aliments au préalable.
Les temps de cuisson donnés dans les tableaux sont approximatifs.
Les facteurs pouvant influencer les temps de cuisson sont les suivants: le degré de cuisson souhaité, la température de départ, l'altitude, le volume, la taille et la forme des aliments et les ustensiles utilisés. Au fur et à mesure que vous vous familiariserez avec le four, vous pourrez concilier ces facteurs.
Il est préférable de sous-cuire les aliments au départ plutôt que de les surcuire. Si un aliment n'est pas assez cuit, il est toujours possible de le remettre au four pour le cuire à nouveau. Si les aliments sont trop cuits, il n'y a rien à faire. Commencez toujours par des temps de cuisson minimums.

Petites quantités de denrées alimentaires

Important

Si les temps de cuisson recommandés sont dépassés, les aliments s'altèrent et, dans des circonstances extrêmes, ils peuvent s'enflammer et altérer l'intérieur du four.

Faites attention lorsque vous faites chauffer des petites portions d'aliments, car ils peuvent facilement brûler, se dessécher ou s'enflammer s'ils sont cuits trop longtemps. Réglez toujours des temps de cuisson courts et vérifiez fréquemment les aliments.

Note

Ne faites jamais fonctionner le four sans aliment à l'intérieur en mode **Micro-ondes** ou **Eco Combi** qui implique des micro-ondes.

Consignes importantes de sécurité

Œufs durs
Les œufs dans leur coquille et les œufs durs entiers ne doivent pas être chauffés au four à micro-ondes, car ils risquent d'exploser, et ce même après la fin du chauffage au four à micro-ondes.

Couvercles
Retirez toujours les couvercles des bocaux et des récipients, ainsi que des plats à emporter, avant de les passer au micro-ondes. Si vous ne le faites pas, la vapeur et la pression peuvent s'accumuler à l'intérieur et provoquer une explosion, même après l'arrêt de la cuisson au micro-ondes.

Friture
N'essayez pas de faire frire des aliments dans votre four.

Réchauffage
Il est essentiel que les aliments réchauffés soient servis "bien chauds". Sortez les aliments du four et vérifiez qu'ils soient bien chauds, c'est-à-dire que de la vapeur doit s'échapper de toutes les parties et que la sauce bout. (Si vous le souhaitez, vous pouvez vérifier que les aliments aient atteint 72 °C à l'aide d'un thermomètre alimentaire - mais n'utilisez pas ce thermomètre à l'intérieur du micro-ondes).
Pour les aliments qui ne peuvent pas être mélangés, comme les lasagnes ou le hachis parmentier, il convient de couper le centre avec un couteau pour vérifier que le repas est bien chaud. Même si les consignes du fabricant ont été suivies, vérifiez toujours que les aliments soient bien chauds avant de les servir et, en cas de doute, remettez-les au four pour les réchauffer.

Temps de repos
Le temps de repos désigne la période à la fin de la cuisson ou du réchauffage pendant laquelle les aliments sont laissés avant d'être consommés, c'est-à-dire qu'il s'agit d'un temps d'attente qui permet à la chaleur des aliments de continuer à se propager vers le centre, en éliminant ainsi les coins froids.

Gardez votre four propre
Il est essentiel pour le bon fonctionnement du four qu'il soit nettoyé régulièrement. Utilisez de l'eau savonneuse tiède, essorez bien le chiffon et utilisez-le pour enlever toute trace de graisse ou de nourriture à l'intérieur. Portez une attention particulière à la zone étanche de la porte. Le four doit être débranché pendant le nettoyage.

Grillades
Le four ne fonctionne en mode **Gril** que si la porte est fermée.

Stockage des accessoires
Ne rangez pas d'objets autres que les accessoires du four à l'intérieur de celui-ci, au cas où il serait accidentellement mis en marche.

Arc électrique
Des arcs électriques peuvent se produire si un récipient métallique n'a pas été utilisé correctement, si le poids des aliments n'est pas le bon, ou si les accessoires ont été endommagés. On parle d'arc électrique lorsque des éclairs bleus apparaissent dans le four à micro-ondes. Si cela se produit, arrêtez immédiatement l'appareil. Si le four est laissé sans surveillance et que ce phénomène persiste, l'appareil risque d'être endommagé. Vous pouvez continuer à cuisiner **uniquement au gril ou au four**.

Entretien et nettoyage du four

⚠ Important

Il est primordial que le four reste propre et qu'il soit essuyé après chaque utilisation pour qu'il fonctionne en toute sécurité. Si le four n'est pas maintenu propre, la surface peut se détériorer, ce qui peut nuire à la durée de vie de l'appareil et entraîner une situation dangereuse.

1. **Éteignez le four avant de le nettoyer** et débranchez-le si possible.
2. **Maintenez l'intérieur du four, les joints de la porte et les zones autour des joints de la porte propres.** Lorsque des éclaboussures d'aliments ou des liquides renversés adhèrent aux parois du four, aux joints de la porte et à la zone autour des joints de la porte, nettoyez-les avec un chiffon humide. Un détergent doux peut être utilisé s'ils sont très sales. L'utilisation de détergents puissants ou de produits abrasifs n'est pas recommandée.
3. Après avoir utilisé les modes de cuisson **Gril, Four** et **Eco Combi**, les parois du four doivent être nettoyées avec un chiffon doux et de l'eau savonneuse. Veillez surtout à ce que la zone de la vitre reste propre, surtout après une cuisson au gril, au **four** ou à **l'Eco Combi**. Les taches tenaces à l'intérieur du four peuvent être enlevée à l'aide d'une petite quantité de détergent pour four conventionnel pulvérisée sur un chiffon doux et humide. Appliquez le produit sur les taches, laissez agir pendant la durée recommandée, puis essuyez. **Ne vaporisez pas directement l'intérieur du four.**
4. N'utilisez pas de produits abrasifs ou de grattoirs métalliques tranchants pour nettoyer la **vitre de la porte du four**, car ils risquent de rayer la surface et d'occasionner un éclatement de la vitre.
5. La **surface extérieure du four** doit être nettoyée à l'aide d'un chiffon humide. Pour éviter d'endommager les pièces en marche à l'intérieur du four, l'eau ne doit pas s'infiltrer dans les orifices de ventilation.
6. Si le **panneau de commande** est sale, nettoyez-le avec un chiffon doux et sec. **N'utilisez pas** de détergent agressif ou de produit abrasif sur le panneau de commande. Lorsque vous nettoyez le panneau, laissez la porte du four ouverte pour éviter que le four ne se mette accidentellement en marche. Après le nettoyage, appuyez sur la touche **Arrêt/Annuler** pour effacer la fenêtre d'affichage.

Entretien et nettoyage du four

7. **Si de la vapeur s'accumule** à l'intérieur ou autour de la porte du four, essuyez-la avec un chiffon doux. Ce phénomène peut se produire lorsque le four à micro-ondes est utilisé avec une humidité élevée et cela n'indique en aucune façon un dysfonctionnement de l'appareil ou une fuite au niveau du micro-ondes.
8. La **base du four** doit être nettoyée régulièrement. Il suffit d'essuyer la surface inférieure du four avec un détergent doux et de l'eau chaude, puis de la sécher avec un chiffon propre. Les vapeurs des cuissons s'accumulent lors d'une utilisation répétée, mais n'affectent en rien la surface en bas.
9. Lors de la cuisson au **gril** ou au **four** ou à **l'Eco Combi,** certains aliments peuvent projeter de la graisse sur les parois du four. Si le four n'est pas nettoyé pour éliminer cette graisse, elle peut s'accumuler et générer de la **fumée** dans le four pendant l'utilisation. Ces traces seront plus difficiles à nettoyer par la suite.
10. Il est interdit d'utiliser un **nettoyeur à vapeur** pour nettoyer l'appareil.
11. Veillez à ce que la plaque en émail/le grille métallique reste propre, en particulier lorsque vous utilisez les programmes **Eco Combi.**
12. Veillez à ce que les **orifices d'aération** soient toujours dégagés. Vérifiez qu'aucune poussière ou autre matériau ne bouche les orifices d'aération du four. L'obstruction des fentes d'aération pourrait entraîner une surchauffe qui altèrerait le fonctionnement du four et pourrait être un danger.

Conseils pour les accessoires

1. Ne faites pas cuire d'aliments directement sur la base du four. Placez toujours les aliments dans un plat adapté aux micro-ondes.
2. La plaque en émail fournie ne doit être utilisée **que de la** manière indiquée pour le gril et le **four**. **N'utilisez jamais d'accessoires métalliques lorsque vous cuisinez en mode micro-ondes uniquement.** Ne les prenez pas si vous utilisez le four avec moins de 200 g d'aliments avec un programme manuel Eco Combi. Les accessoires du four ne peuvent pas peser plus de 3,2 kg. Si vous n'utilisez pas les accessoires correctement, vous risquez d'abîmer votre four.
3. Lors de la cuisson aux **micro-ondes**, des arcs électriques peuvent surgir si le poids des aliments n'est pas correct, si un récipient métallique n'a pas été utilisé correctement, ou si les accessoires du four ont été dégradés. Si cela se produit, arrêtez immédiatement l'appareil. Vous pouvez continuer à cuisiner uniquement au **Gril** ou au **Four**.
4. Reportez-vous toujours aux instructions pour connaître les accessoires à utiliser pour tous les programmes automatiques.

Grille métallique

1. La grille est utilisée pour faciliter le brunissement des petits plats et aider à la bonne circulation de la chaleur.
2. N'utilisez pas de récipient métallique directement sur la grille de **l'Eco Combi**.
3. N'utilisez pas la grille en mode **micro-ondes** seul.

Plaque en émail

1. La plaque en émail est prévue pour la cuisson en mode **four** ou **Gril** uniquement. Ne l'utilisez pas pour le four à **Micro-ondes** ou **l'Eco Combi**.

Accessoires pour le four

Le tableau suivant indique l'utilisation correcte des accessoires dans le four.

Modes de cuisson	Plaque en émail	Grille métallique
Puissance du micro-ondes	×	×
Gril	✓	✓
Four	✓	✓
Eco Combi	×	✓*

* Les récipients métalliques ne peuvent pas être placés directement sur la grille métallique.

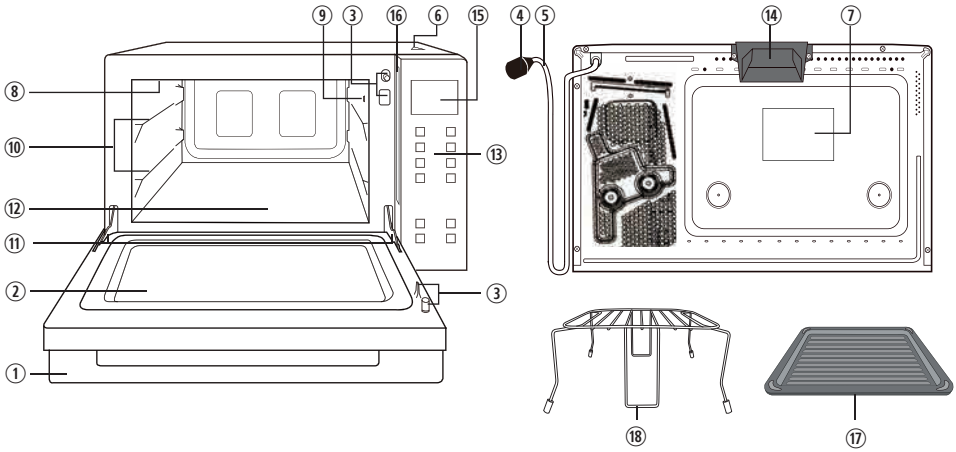
Entretien des accessoires du four

1. N'utilisez jamais d'ustensiles tranchants sur les accessoires, car cela altèrerait la couche antiadhésive.
2. Après utilisation, lavez les accessoires avec de l'eau chaude savonneuse et rincez-les à l'eau chaude. N'utilisez pas de produits de nettoyage abrasifs ou de tampons à récurer, car cela endommagerait la surface des accessoires.
3. Ne les préchauffez pas.
4. Utilisez toujours des gants de cuisine ou maniques pour tenir les accessoires chauds.
5. Veiller à ce que tous les emballages des aliments soient retirés avant la cuisson.
6. Ne placez pas de matériaux sensibles à la chaleur sur les accessoires chauds, car vous risqueriez de vous brûler.

Parties du four

Vue de face

Vue arrière



① **Poignée de porte**
Tirez la poignée de la porte vers le bas pour l'ouvrir. Lorsque vous ouvrez la porte du four en cours de cuisson, la cuisson est temporairement interrompue sans que les réglages programmés ne soient effacés. La cuisson reprend dès que la porte est fermée et que vous appuyez sur la touche Démarrer/Régler. La lampe du four s'allume dès que la porte du four est ouverte.

② **Vitre du four**

③ **Système de verrouillage de sécurité des portes**
Pour éviter toute blessure, n'insérez pas de doigt, de couteau, de cuillère ou d'autre objet dans le trou du loquet.

④ **Fiche d'alimentation électrique**

⑤ **Cordon d'alimentation**

⑥ **Symbole d'avertissement**

⑦ **Vignette d'avertissement**

⑧ **Eléments du gril**

⑨ **Lampes LED**
La lampe du four s'allume dès que la porte du four est ouverte.

⑩ **Positions des plaques**

⑪ **Gonds de porte**
Pour éviter toute blessure lors de l'ouverture ou de la fermeture de la porte, éloignez vos doigts des gonds de la porte.

⑫ **Alimentation du micro-ondes par le bas (avec éléments de gril à l'intérieur)**
(voir page 39)

⑬ **Panneau de contrôle**

⑭ **Évacuation de l'air**

⑮ **Fenêtre d'affichage**

⑯ **Étiquette d'identification**

⑰ **Plaque en émail**

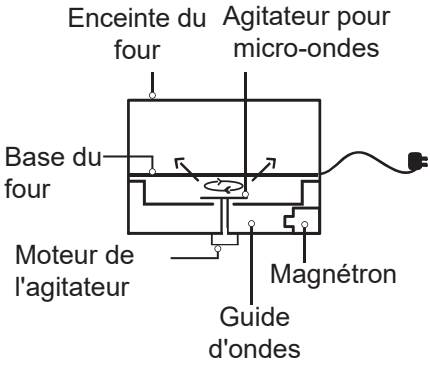
⑱ **Grille métallique**

Note

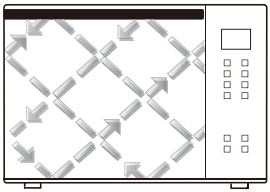
L'illustration ci-dessus n'est donnée qu'à titre indicatif.

Principes de la cuisson au four à micro-ondes

Les micro-ondes sont présentes dans l'atmosphère en permanence, qu'elles soient d'origine naturelle ou humaine. Les sources artificielles comprennent les radars, la radio, la télévision, les liaisons de télécommunication et les téléphones portables.

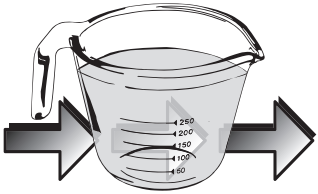


Dans un four à micro-ondes, l'électricité est convertie en micro-ondes par le **Magnétron**. Pour l'alimentation par le bas, veuillez vous reporter à la page 39.



Réfléchissement

Les micro-ondes rebondissent sur les parois métalliques et la grille métallique de la porte.



Transmission

Ils traversent ensuite les plats de cuisson pour être absorbés par les molécules d'eau contenues dans les aliments, soit tous les aliments contenant de l'eau dans une plus ou moins grande mesure.

Remarques importantes

Le plat utilisé pour cuire ou réchauffer les aliments se réchauffe pendant la cuisson, car la chaleur se propage à partir des aliments. Même pour la cuisson au micro-ondes, il est nécessaire de porter des gants de cuisine ! **Les micro-ondes ne traversent pas le métal et les ustensiles de cuisine en métal ne peuvent donc jamais être utilisés dans un four à micro-ondes, uniquement pour la cuisson au micro-ondes.**

Principes de la cuisson au four à micro-ondes

Comment les micro-ondes cuisent les aliments

Les micro-ondes font vibrer les molécules d'eau, ce qui provoque une **friction**, c'est-à-dire de la **chaleur**. Cette chaleur cuit ensuite les aliments.

Les micro-ondes sont également attirées par les particules de graisse et de sucre, et les aliments qui en renferment beaucoup cuisent plus rapidement. Les micro-ondes ne peuvent pénétrer qu'à une profondeur de 4 à 5 cm et, puisque la chaleur se propage dans les aliments par conduction, comme dans un four traditionnel, les aliments cuisent de l'extérieur vers l'intérieur.

Aliments ne convenant pas à la cuisson au micro-ondes seul

Les soufflés. En effet, ces aliments dépendent d'une chaleur externe sèche pour être cuits correctement, n'essayez pas de les cuire au four à micro-ondes.

Les aliments qui doivent être frits ne peuvent pas non plus être cuits.

Temps de repos

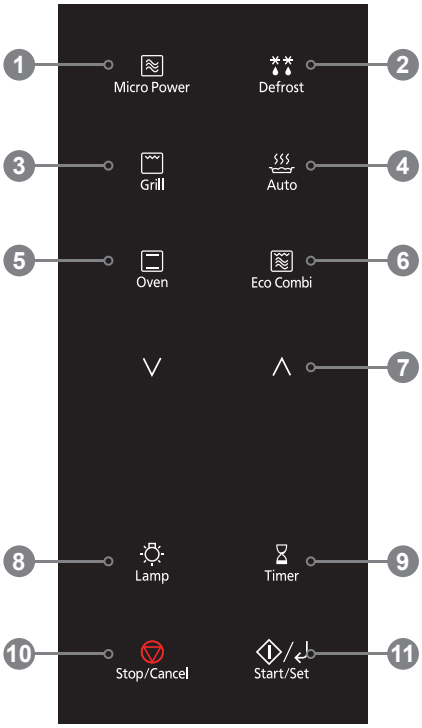
Lorsqu'un four à micro-ondes est éteint, les aliments continuent à cuire par conduction et **non par l'énergie des micro-ondes. Le temps de repos** est donc primordial avec la cuisson au micro-ondes, en particulier pour les aliments denses comme la viande, les gâteaux et les plats réchauffés (voir page 27).

Œufs à la coque

Ne faites pas bouillir d'œufs dans votre micro-ondes. Les œufs crus qui ont été cuits dans leur coquille peuvent exploser et provoquer des blessures sérieuses.

Panneau de contrôle

* L'apparence de votre panneau de contrôle peut être différente du panneau affiché (selon la couleur), mais les mots sur le panneau seront identiques.



1. **Puissance du micro-ondes** (pages 38-39)
2. **Décongélation** (pages 58-60)
3. **Gril** (pages 43-44)
4. **Programme automatique** (pages 61-71)
5. **Four** (pages 45-47)
6. **Eco Combi** (pages 48-49)
7. **Sélection haut/bas** (pages 26, 57)
   Sélectionnez la puissance, la température, l'heure, le poids ou le menu automatique en appuyant sur "∨" / "∧".
8. **Lampe** (pages 37)
9. **Minuterie** (pages 53-56)
10. **Arrêt/Annuler**
    Avant la cuisson :
    Appuyer une fois efface vos instructions.
    Pendant la cuisson :
    Appuyer une fois arrête temporairement le programme de cuisson. Appuyer une autre fois annule toutes vos instructions et "0" apparaît à l'écran.
11. **Démarrer/Régler**

Bip sonore

Un son survient lorsqu'une touche est touchée. Si ce bip ne retentit pas, il se peut que vous ayez désactivé le choix du son. Vous pouvez l'activer en appuyant une fois sur la touche **Démarrer/Régler** puis en appuyant sur "∨" / "∧" après le premier branchement, (voir page 36). Lorsque le four change de fonction, ou vous rappelle de mélanger les aliments pendant la cuisson, deux sons retentissent. Après la fin du préchauffage du gril ou du four, trois bips sonores seront émis. À la fin du préchauffage de certains programmes automatiques, un long signal sonore survient. Cinq bips sonores surviendront à la fin de la cuisson.

Note

Si une opération est programmée et que la touche **Démarrer/Régler** n'est pas enfoncée dans les 6 minutes, le four annulera automatiquement l'opération. L'affichage reviendra à "0".

Sélection haut/bas

Sélectionnez la puissance, la température, l'heure, le poids ou le menu automatique en appuyant sur "∨" / "∧". Le numéro convenant à la puissance, la température, la durée, au poids ou au menu automatique apparaît dans la fenêtre d'affichage. Le temps/poids/température peut être ajusté rapidement en maintenant le bouton enfoncé.

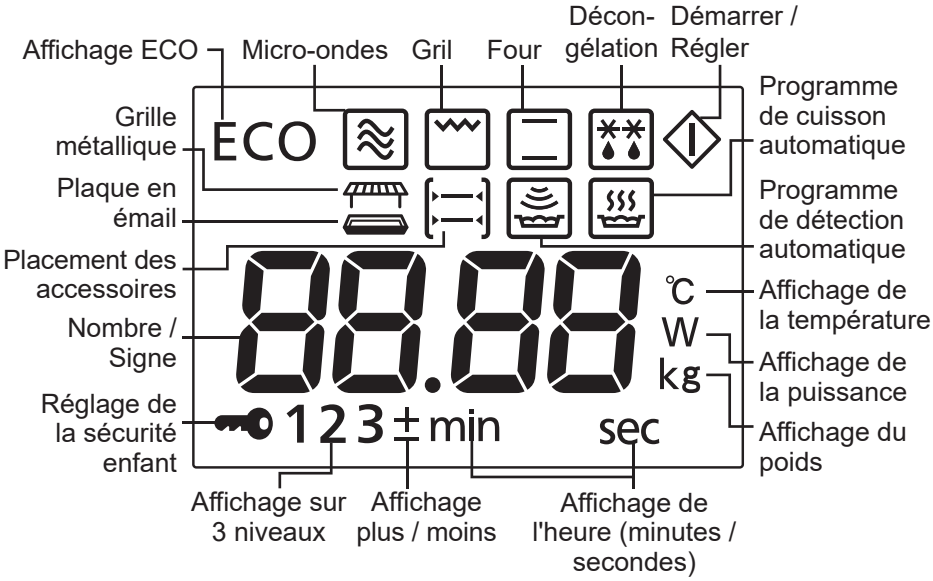


1 **Alimentation/Température/Heure/Poids/ Sélection du menu automatique :**
Sélectionnez la puissance, l'heure, le poids, la température ou le menu automatique en appuyant sur "∨" / "∧".

2 **Ajouter du temps :**
Utilisez le pavé pour la fonction d'ajout de temps (voir page 57).

3 **Sélection plus/moins :**
Pour régler plus/moins pour les programmes avec détection automatique (voir page 61-62).

Affichage



Recommandations générales

Temps d'attente

Les aliments denses, comme la viande, les pommes de terre en robe des champs et les gâteaux, nécessitent un **temps de repos** (à l'intérieur ou à l'extérieur du four) après la cuisson, afin que la chaleur soit propagée dans l'aliment.

- **Pommes de terre en robe des champs**
  Elles doivent être enveloppées dans une feuille d'aluminium lorsqu'elles sont cuites au micro-ondes uniquement. Laissez reposer pendant 15 minutes. Il n'est pas nécessaire de faire reposer les pommes de terre cuites en mode **Eco Combi**.
- **Poisson**
  Laissez reposer pendant 2 à 3 minutes.
- **Plats à base d'œufs**
  Laissez reposer pendant 1 à 2 minutes.
- **Denrées alimentaires précuites**
  Laissez reposer pendant 1 à 2 minutes.
- **Rôtis de viande**
  Laissez reposer pendant 15 minutes, enveloppé dans une feuille d'aluminium.
- **Plats cuisinés**
  Laissez reposer pendant 2 à 3 minutes.
- **Légumes**
  Il est préférable de laisser reposer les pommes de terre bouillies pendant 1 à 2 minutes, mais la plupart des autres types de légumes peuvent être servis immédiatement.
- **Décongélation**
  Il est important de prévoir un temps de repos pour achever le processus. Ce temps peut varier de 5 minutes, par exemple pour les framboises, à 1 heure pour une pièce de viande. Voir pages 41-42.

Si les aliments ne sont pas cuits après le temps **de repos**, remettre au four et poursuivre la cuisson.



Teneur en eau

La quantité d'eau de nombreux aliments frais, comme les légumes et les fruits, varie au cours de la saison. Les pommes de terre en robe des champs en sont un exemple particulier. C'est pourquoi il convient d'adapter les temps de cuisson tout au long de l'année. Les ingrédients secs, tels que le riz et les pâtes, peuvent se dessécher pendant le stockage, de sorte que les temps de cuisson peuvent différer de ceux des ingrédients fraîchement achetés.



Transpercer

La peau ou membrane de certains aliments conduit à une accumulation de vapeur pendant la cuisson. Ces aliments doivent être percés ou la peau doit être ôtée avant la cuisson, pour permettre à la vapeur de bien s'échapper. Les œufs, les pommes de terre, les pommes, les saucisses, etc. doivent tous être percés avant la cuisson. **Ne tentez pas de faire bouillir des œufs dans leur coquille**.

Recommandations générales



Film alimentaire

Le film alimentaire permet de conserver l'humidité des aliments, et la vapeur retenue accélère le temps de cuisson. Cependant, il doit être percé avant la cuisson, pour permettre à l'excès de vapeur de s'échapper. Faites toujours attention lorsque vous retirez le film alimentaire d'un plat, car l'accumulation de vapeur est brûlante. Achetez toujours du film alimentaire dont l'emballage indique qu'il "convient à la cuisson au micro-ondes", et utilisez-le uniquement pour recouvrir. Ne recouvrez pas la vaisselle avec du film alimentaire. Ne recouvrez pas les aliments lors de la cuisson au **gril**, au **four** ou avec le mode **Eco Combi**.



Taille du plat

Respectez la taille des plats indiquée dans les recettes, car elle influe sur les temps de cuisson et pour les réchauffer. Une quantité d'aliments répandue dans un plat plus grand va cuire et se réchauffer plus rapidement.



Quantité

Les petites quantités cuisent plus vite que les grandes, et les petits repas se réchauffent plus rapidement que les grandes portions.



Espacement

Les aliments cuisent plus rapidement et plus uniformément s'ils sont correctement espacés. N'empilez jamais les aliments les uns sur les autres.



Forme

Les formes régulières cuisent de manière plus uniforme. Les aliments cuisent mieux au micro-ondes lorsqu'ils sont placés dans un récipient rond plutôt que carré.



Densité

Les aliments poreux et légers chauffent plus rapidement que les aliments denses et lourds.



Couverture

Recouvrez les aliments d'un film alimentaire pour micro-ondes ou d'un couvercle adapté. Couvrez le poisson, les légumes, les plats en sauce et les soupes. Ne recouvrez pas les gâteaux, les sauces, les pommes de terre en chemise ou les pâtisseries. Pour plus d'informations, reportez-vous aux tableaux de cuisson et aux recettes.

Recommandations générales



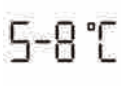
Disposition

Les aliments individuels, par exemple les portions de poulet ou les côtelettes, doivent être disposés dans un plat de manière à ce que les morceaux les plus épais soient à l'extérieur.



Ingrédients

Les aliments contenant de la graisse, du sucre ou du sel chauffent très rapidement. La garniture peut donc être beaucoup plus chaude que la pâte. Soyez prudent lorsque vous mangez. Ne surchauffez pas la pâte, même si elle ne semble pas très chaude.



Température de départ

Plus les aliments sont froids, plus ils mettent de temps à se réchauffer. Les aliments sortis d'un réfrigérateur sont plus longs à réchauffer que les aliments à température ambiante. La température des aliments doit être comprise entre 5 et 8°c avant la cuisson.



Tourner et mélanger

Certains aliments doivent être mélangés pendant la cuisson. La viande et la volaille doivent être retournées après la moitié du temps de cuisson.



Liquides

Tous les liquides doivent être mélangés **avant, pendant et après qu'ils soient réchauffés**. L'eau, en particulier, doit être mélangée avant et pendant cuisson, afin d'éviter les éruptions. Ne chauffez pas les liquides qui ont déjà bouilli. **Ne surchauffez pas.**



Vérification des aliments

Il est nécessaire de vérifier les aliments pendant et après le temps de cuisson recommandé, même si un **programme automatique** a été utilisé (comme vous le feriez pour des aliments cuits dans un four conventionnel). Si nécessaire, remettez les aliments dans le four pour terminer la cuisson.



Nettoyage

Comme les micro-ondes agissent sur les particules d'aliments, gardez votre four propre en permanence. Les taches de nourriture tenaces peuvent être éliminées à l'aide d'un nettoyant pour four de marque, pulvérisé sur un chiffon doux. Essuyez toujours le four jusqu'à ce qu'il soit sec après l'avoir nettoyé. Évitez les parties en plastique et la porte. Les clients ne doivent pas vaporiser le produit directement dans la cavité du four.

Guide de vérification rapide des ustensiles de cuisine



Le choix du bon plat est un facteur très important qui détermine le succès ou l'échec de votre cuisine.

Test de compatibilité de la vaisselle - Pour la cuisson au micro-ondes uniquement.

Si vous n'êtes pas sûr qu'un récipient de cuisson puisse être utilisé dans votre four à micro-ondes, vérifiez-le à l'aide du test suivant :

1. Remplissez un verre gradué adapté aux micro-ondes avec 300 ml d'eau froide.
2. Placez-le sur la base du four à côté du plat à tester. Si le plat à tester est un grand plat, posez le récipient de mesure sur le plat vide.
3. Chauffer à **1000 W** pendant 1 minute.

Résultat

Si le plat est adapté à la cuisson au micro-ondes, il restera froid, tandis que l'eau du verre commencera à se réchauffer. Si le plat à tester est chaud, ne l'utilisez pas car il absorbe manifestement l'énergie du micro-ondes.

Note

Ce test ne s'applique pas aux récipients en plastique ou en métal, tels que les plats de type Le Creuset®, qui ne doivent pas être utilisés car ils sont en fonte et recouverts d'émail.

Récipients à utiliser



Verre allant au four

Le verre utilisé quotidiennement résistant à la chaleur, par exemple Pyrex®, est idéal pour la cuisson au four à micro-ondes, au four ou à l'Eco Combi. N'utilisez pas de verre délicat ou de cristal au plomb, qui risquent de se fissurer ou de se briser.



Porcelaine et céramique

Les assiettes, bols, mugs et tasses en porcelaine ou en céramique peuvent être utilisés s'ils sont résistants à la chaleur. La porcelaine fine ne doit être utilisée que pour réchauffer des plats pendant de courtes périodes. N'utilisez pas de plats avec un bord ou un motif en métal. N'utilisez pas de carafes ou de tasses dont les poignées ont été collées, car la colle peut fondre. Si les plats sont résistants à la chaleur, ils peuvent être utilisés sur le four et l'Eco Combi, mais pas directement sous le gril.



Poterie, faïence, grès

Ces plats conviennent s'ils sont complètement émaillés/vitrifiés. Ne les utilisez pas s'ils sont partiellement émaillés ou non émaillés, car ils absorbent de l'eau qui, à son tour, absorbe l'énergie des micro-ondes, ce qui chauffe le récipient et ralentit la cuisson des aliments.



Récipients en aluminium/métal

N'essayez jamais de faire cuire des aliments dans du papier d'aluminium ou des récipients métalliques au micro-ondes uniquement, car les ondes ne peuvent pas passer au travers, et les aliments ne seront pas chauffés de manière uniforme. Le papier d'aluminium et les récipients métalliques peuvent être utilisés sur le gril ou dans le four.



Plastique

De nombreux récipients en plastique sont conçus pour être utilisés dans les micro-ondes, mais ne les utilisez pas pour cuire des aliments riches en sucre ou en graisse ou pour des aliments nécessitant un temps de cuisson long, comme le riz brun. N'utilisez les récipients Tupperware® que s'ils sont conçus pour l'utilisation au micro-ondes.



N'utilisez pas de résine (mélamine). Ne cuisinez jamais dans les emballages de margarine ou les pots de yaourt, car ils fondent avec la chaleur des aliments. S'ils sont résistants à la chaleur, ils peuvent être utilisés pour la cuisson au gril, au four ou dans l'Eco Combi.

Récipients à utiliser



Papier

Le papier absorbant blanc uni (essuie-tout) ne peut être utilisé que pour la cuisson au micro-ondes, par exemple pour couvrir le bacon afin d'éviter les éclaboussures.

Ne l'utilisez que pour des temps de cuisson courts. Ne réutilisez jamais un morceau d'essuie-tout. Utilisez toujours un nouveau morceau de papier pour chaque plat.

Évitez le papier de cuisine contenant des fibres artificielles. Si vous utilisez un essuie-tout recyclé de marque, vérifiez d'abord qu'il est adapté pour l'utilisation au micro-ondes. N'utilisez pas de tasses ou d'assiettes cirées ou plastifiées, car la finition risque de fondre. Le papier sulfurisé peut être utilisé pour tapisser le fond des plats et pour couvrir les pâtes lors d'une cuisson à blanc. Les assiettes en papier blanc peuvent être utilisées pour de **courts temps de réchauffage**, au micro-ondes uniquement.



Paniers en osier, en bois, en paille

Les plats se fissurent et peuvent s'enflammer. N'utilisez pas de plats en bois dans votre micro-ondes. **N'utilisez aucun mode de cuisson.**



Film alimentaire

Le film alimentaire pour micro-ondes ne peut être utilisé que pour couvrir les aliments qui sont réchauffés au micro-ondes. Il est également utile pour recouvrir les aliments à cuire, mais il faut veiller à ce que le film ne soit pas en contact direct avec les aliments, par exemple en ne recouvrant pas les plats avec du film alimentaire. **Ne l'utilisez pas sur d'autres modes de cuisson.**



Feuille d'aluminium

De petites quantités de papier d'aluminium lisse peuvent être utilisées pour protéger les morceaux de viande pendant la décongélation et la cuisson au four à micro-ondes, car les micro-ondes ne peuvent pas passer à travers le papier d'aluminium, ce qui empêche les parties protégées de trop cuire ou de trop décongeler. Veillez à ce que le papier d'aluminium ne touche pas les parois ou la partie haute du four, car cela pourrait provoquer des arcs électriques et endommager votre four. Le papier aluminium peut être utilisé pour la cuisson au four

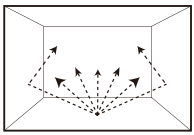
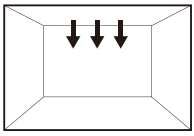


Sachets pour rôtir

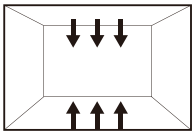
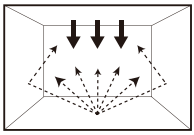
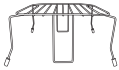
Les sachets pour rôtir sont utiles lorsqu'ils sont fendus d'un côté pour former une jointure, pour le rôtissage au micro-ondes et au four à micro-ondes. N'utilisez pas les torsades en métal fournies lorsque vous utilisez le micro-ondes ou l'Eco Combi.

Modes de cuisson

Les figures ci-dessous sont des exemples d'accessoires. Ils peuvent varier en fonction de la recette/du plat utilisé.

Modes de cuisson		
MICRO-ONDES  **Accessoires** -	**Utilisations**	■ Décongélation ■ Réchauffage ■ Faire fondre : beurre, chocolat, fromage. ■ Cuire : du poisson, des légumes, des fruits, des œufs. ■ Préparation : compotes, confitures, sauces, flans, choux, pâtisseries, caramels, viandes, poissons. ■ Cuisson de gâteaux sans couleur. **Pas de préchauffage**
	Récipients	Utilisez vos propres plats, assiettes ou bols Pyrex®, directement sur la base du four. Passent au micro-ondes, sans métal.
GRIL  **Accessoires** 	**Utilisations**	■ Griller de la viande ou du poisson. ■ Griller les toasts. ■ Colorer des plats à gratin ou des tartes meringuées.
	Récipients	Un plat métallique résistant à la chaleur peut être utilisé sur la plaque en émail, en position inférieure ou supérieure. Vous pouvez également placer les aliments directement sur la plaque en émail ou sur le support métallique en plaçant de la vaisselle résistante à la chaleur en dessous.

Modes de cuisson

Modes de cuisson		
FOUR  **Accessoires** 	**Utilisations**	■ Cuisson de petites portions avec des temps de cuisson courts : pâte feuilletée, biscuits, gâteaux roulés. ■ Cuisson spéciale : petits pains ou brioches, génoises. ■ Cuisson de pizzas et de tartes. **Préchauffage conseillé**
	Récipients	Un plat métallique à la chaleur peut être utilisé sur la plaque en émail, en position inférieure ou supérieure. Vous pouvez également placer les aliments directement sur la plaque en émail ou sur le support métallique en plaçant de la vaisselle résistante à la chaleur sous la plaque. Ne disposez pas d'aliments directement sur la base du four.
Eco Combi  **Accessoires** 	**Utilisations**	■ Cuisson de lasagnes, de gratins de viande, de pommes de terre ou de légumes. **Pas de préchauffage**
	Récipients	Placez les aliments directement sur la grille métallique et les plats micro-ondables et résistants à la chaleur en dessous. Ou des plats micro-ondables et résistants à la chaleur placés directement sur la base du four, sans métal.

Commençons à utiliser votre four

1 **Branchement.**

2 

Sélectionnez Four 200 °C pour brûler l'huile.
(⊟ apparaît dans la fenêtre d'affichage avec la température du four) (cette procédure permet de brûler l'huile utilisée pour protéger le four de la rouille) Retirez tous les accessoires du four. (Voir page 45 pour plus de détails)

3 

Entrez l'heure.
Appuyez sur "∧" jusqu'à ce que 10 minutes s'affiche dans la fenêtre.

4 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le temps affiché est décompté. Le four émet un signal sonore à la fin du programme. Le four est maintenant prêt à cuire.

Attention !

Les éléments du gril et le four seront chauds.

Note

Cela vous permet d'expérimenter le réglage de différents programmes. ("d" apparaît dans la fenêtre d'affichage. Cela confirme qu'il n'y a pas d'émission de micro-ondes et qu'il est possible d'utiliser le four sans aliment). Pour régler le mode Démonstration : Appuyez une fois sur la touche **Puissance du micro-ondes**, puis appuyez 4 fois sur la touche **Arrêt/Annuler**. Pour annuler le mode démonstration : Appuyez une fois sur la touche **Puissance du micro-ondes**, puis 4 fois sur la touche **Arrêt/Annuler**.

Choix du bip sonore

Le four comprend un mode "Bip activé" et un mode "Bip désactivé". Cette fonction unique de votre four à micro-ondes Panasonic vous permet d'établir les fonctions initiales de non-cuisson de votre four.

1 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler après avoir branché l'appareil pour la première fois.

Le message **"bEEP"** apparaît dans la fenêtre d'affichage. Le mode par défaut est "On".

2 

Touchez le pavé de sélection haut/bas.

Le mode passe à "OFF".

3 

Après le réglage, appuyez sur la touche Arrêt/Annuler pour quitter.

Note

1. Ce choix ne peut être défini que lorsque vous branchez le four.
2. Tapez sur le pavé de **Sélection haut/bas**, ainsi le mode initial sera rétabli.

Sécurité enfants

L'utilisation de ce système rend les commandes du four non modifiables, cependant la porte peut être ouverte. La sécurité enfant peut être réglée lorsque l'écran affiche un "0".

1 

Pour l'activer :
Appuyez trois fois sur la touche Démarrer/ Régler.
Le chiffre "0" disparaît. L'écran affiche " ".

2 

Pour la désactiver :
Appuyez trois fois sur la touche Arrêt/ Annuler.
Le chiffre "0" réapparaît à l'écran.

Note

Pour activer ou annuler la sécurité enfants, les touches **Démarrer/ Régler** et **Arrêt/Annuler** doivent être appuyées 3 fois en l'espace de 10 secondes. La sécurité enfants peut être activée lorsque "0" est affiché.

Lampe du four

Pour allumer/éteindre la lampe du four.



Appuyez sur la touche Lamp pour allumer/éteindre la lampe du four.

Note

Cette fonction n'est pas disponible en mode sécurité enfants.

Cuisson et décongélation au micro-ondes

7 niveaux de puissance du micro-ondes différents sont possibles. Ne placez pas d'aliments directement sur la base du four. Utilisez vos propres plats, assiettes ou bols directement sur la base du four et recouverts d'un couvercle ou d'un film alimentaire percé.

1



Appuyez une fois sur la touche Puissance du micro-ondes.
Le symbole du micro-ondes " " apparaît. Lorsque vous sélectionnez 270 W, " " apparaît également.

2



Sélectionnez le niveau de puissance souhaité.
Appuyez sur les touches "∨" / "∧" jusqu'à ce que la puissance souhaitée apparaisse dans la fenêtre d'affichage.

Niveau de puissance
1000 W
800 W
600 W
440 W
300 W
270 W
100 W

3



Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4



Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches "∨" / "∧".
Le temps de cuisson maximal pour 1000 W est de 30 minutes, et pour les autres niveaux de puissance, il est d'1 h 30 min.

5



Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché sera décompté.

Cuisson et décongélation au micro-ondes

Note

1. Vous pouvez modifier le temps de cuisson pendant la cuisson si nécessaire. Touchez les touches "∨" / "∧" pour augmenter ou diminuer ce temps de cuisson. Le temps peut être augmenté/diminué par paliers d'une minute, jusqu'à 10 minutes.
2. N'utilisez pas le micro-ondes seulement avec un récipient métallique dans le four.
3. Ne placez pas d'aliments directement sur la base du four. Placez-les dans un plat micro-ondable ou en verre. Les aliments réchauffés ou cuits uniquement au micro-ondes doivent être recouverts d'un couvercle ou d'un film alimentaire percé, sauf indication contraire.
4. Pour les temps de décongélation manuelle, veuillez vous référer au tableau de décongélation aux pages 41-42.
5. Pour réaliser une cuisson en plusieurs étapes, voir les pages 50-52.
6. Le temps d'attente peut être programmé après le réglage de la puissance et de l'heure du four à micro-ondes. Reportez-vous à la section Minuterie, pages 55-56.

Technologie d'alimentation par le bas

Veuillez noter que ce produit utilise une technologie d'alimentation par le bas pour envoyer les micro-ondes, ce qui diffère des méthodes traditionnelles d'alimentation par le côté du plateau tournant et qui crée plus d'espace utilisable pour une variété de plats de tailles différentes.

Ce mode d'alimentation par micro-ondes peut entraîner une différence de temps de chauffage (en mode micro-ondes) par rapport aux appareils à alimentation latérale. Ce phénomène est tout à fait normal et ne doit pas poser de problème. Voir le tableau des pages 74 à 88.

Recommandations pour la décongélation

En sélectionnant **270 W** et en programmant une durée, vous pouvez décongeler des aliments dans votre micro-ondes. Le plus gros problème est de décongeler l'intérieur, avant que l'extérieur ne commence à cuire.

C'est pourquoi un programme de décongélation alterne entre un temps de 270 W, et un temps d'arrêt. Ce type de décongélation est cyclique. Pendant les phases de repos, il n'y a pas de puissance micro-ondes dans le four, bien que le voyant reste allumé.

Le temps d'attente automatique assure une décongélation plus homogène, mais il convient toujours de prévoir un temps d'attente avant utilisation.

Pour de meilleurs résultats

1. Placez les aliments dans un récipient approprié. Les morceaux de viande et de poulet doivent être placés sur une soucoupe retournée ou sur une grille en plastique si vous en avez une.
2. Veuillez vérifier les aliments pendant leur décongélation, car la vitesse de décongélation varie d'un aliment à l'autre.
3. Il n'est pas nécessaire de couvrir les aliments.
4. Retournez ou mélangez toujours les aliments arrivés à mi-cuisson. Protégez-les si nécessaire (voir point 6).
5. La viande hachée, les côtelettes, les portions de poulet et les autres petites pièces doivent être morcelées ou séparées dès que possible et placées en une seule épaisseur.
6. Mettre une protection en métal empêche la cuisson des aliments. Cela est indispensable pour décongeler les poulets et les pièces de viande. L'extérieur se décongèle en premier, il faut donc protéger les ailes/la poitrine et la graisse avec des morceaux de papier d'aluminium lisses fixés avec des cure-dents.
7. Prévoyez un temps de repos pour que le centre de l'aliment se décongèle. (Minimum d'une heure pour les pièces de viande et les poulets entiers).



Disposez les aliments en une seule épaisseur.



Retournez ou séparez les aliments dès que possible.



Protégez les poulets et les pièces de viande.

Tableaux de décongélation

Les durées indiquées ci-dessous sont données à titre indicatif. Vérifiez toujours la progression des aliments en ouvrant la porte du four, puis en le remettant en marche. Pour des quantités plus importantes, adaptez les temps en conséquence. Les aliments ne doivent pas être couverts pendant la décongélation.

Aliments	Poids / Quantité	Temps et mode de décongélation	Temps d'attente (minimum)
Baguette (3)	150 g	1000 W 30-50 s.	-
Petits pains (3)	1 pièce (85 g)	1000 W 30-40 s.	-
	3 x 125 g	1000 W 40-50 s.	-
Pain - tranche (3)	60 g	1000 W 20-30 s.	-
Pâtisseries pour le petit-déjeuner (3)	2 x 50 g	1000 W 30-40 s.	-
		270 W 3-4 min.	
Brioche (1, 3)	30 g	270 W 1-2 min.	5 min.
	100 g	270 W 2-3 min.	5 min.
Beurre (1)	250 g	270 W 2-3 min. 30 s.	15 min.
Fromage - Fromage blanc (1)	250 g	270 W 12-14 min.	10 min.
Poisson entier (1)	500 g	270 W 10-12 min.	15 min.
Filets de poisson, fins (2)	260 g	270 W 8-10 min.	10 min.
Filets de poisson, épais (2)	300 g	270 W 10-12 min.	15-20 min.
Filets de poisson sans arête (2)	260 g	270 W 9-10 min.	15 min.
Hamburger (1)	200 g	270 W 5-6 min.	10 min.
	400 g	270 W 9-10 min.	10 min.
Saucisses de porc (1)	300 g	270 W 9-10 min.	10 min.
Pâte - feuilletée (1)	280 g (1 rouleau)	270 W 3-5 min.	15 min.
	250 g (1 bloc)	270 W 6-8 min.	15 min.

Tableaux de décongélation

Aliments	Poids / Quantité	Temps et mode de décongélation	Temps d'attente (minimum)
Pâte - brisée (1)	250 g (1 rouleau)	270 W 3-5 min.	15 min.
	500 g (1 bloc)	270 W 6-8 min.	10 min.
Pâte - à pizza (1)	400 g (1 boule)	270 W 5 min.	10 min.
Fruits rouges (2)	200 g 300 g 500 g	270 W 6-8 min. 270 W 10-12 min. 270 W 10-12 min.	15 min. 15 min. 15 min.
Salami (fin) (2)	250 g (12 tranches)	270 W 4-5 min.	5 min.
Crevettes/gambas (2)	200 g	270 W 9-11 min.	10 min.
Desserts			
Forêt Noire (3)	600 g	270 W 10 min.	15 min.
Fondant au chocolat (3)	1 pièce (500 g)	300 W 3 min.	10 min.
Gâteau éponge (3)	400 g	270 W 6-7 min.	10 min.
Tarte aux fruits (3)	1 part	270 W 3-4 min.	10 min.
	600 g	270 W 8-10 min.	15-20 min.
Gaufres (3)	1 portion	1000 W 30-40 s.	-
	2 portions	1000 W 50 s.	-

(1) Tourner ou remuer à la mi-temps.
(2) Couvrir.
(3) Retirer l'emballage et le placer sur une plaque résistante à la chaleur.

Cuire au gril

Le système de gril du four permet une cuisson rapide et efficace d'une grande variété d'aliments (côtelettes, saucisses, steaks, toasts, etc.). Ne pas préchauffer en mode gril lorsque les accessoires sont présents.

1 

Tapez une fois sur la touche Gril.

2 

Sélectionnez le niveau de puissance.
Appuyez sur les touches "∨" / "∧" jusqu'à ce que la puissance souhaitée apparaisse dans la fenêtre d'affichage.
Gril 3 (haut), Gril 2 (moyen), Gril 1 (bas).

3 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour préchauffer.
Un "P" apparaît et clignote dans la fenêtre d'affichage. Lorsque le four est préchauffé, il émet un signal sonore et le "P" arrête de clignoter. Ouvrez ensuite la porte et disposez les aliments à l'intérieur.
**** Sauter cette étape si le préchauffage n'est pas nécessaire.***

5 

Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches "∨" / "∧".
Le temps de cuisson maximal est de 1 h 30.

6 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché se décompte.

Cuisson au gril

Accessoires pour le four à utiliser

Pour griller du poisson, des côtelettes ou de petits aliments, la plaque en émail doit être placée en position supérieure. Pour les aliments plus volumineux, la plaque en émail doit être placée en position inférieure. Vous pouvez également placer les aliments directement sur la grille métallique en plaçant des plats résistants à la chaleur en dessous.

Placer les aliments sur la plaque en émail

La plaque en émail permet à la graisse et aux jus de s'égoutter, afin de réduire les éclaboussures et la fumée lors des grillades.

La plupart des aliments doivent être retournés à mi-cuisson. Lorsque vous retournez les aliments, ouvrez la porte du four et retirez avec précaution la plaque en émail ou la grille métallique en la tenant fermement.

Après avoir retourné les aliments, remettez-les dans le four, fermez la porte et appuyez sur la touche **Démarrer/Régler** pour redémarrer. Le four continue le décompte du temps de cuisson restant. Vous pouvez ouvrir la porte du four à tout moment pour vérifier la progression de la cuisson des aliments.



Pour griller de petits aliments, utilisez la plaque en émail en position supérieure.

Recommandations

1. Vous pouvez modifier le temps de cuisson pendant la cuisson si nécessaire. Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. Le temps peut être augmenté/diminué par paliers de 1 minute jusqu'à 10 minutes.
2. Il n'y a pas de puissance micro-ondes sur le programme **Gril** seul.
3. Utilisez la plaque en émail et le support en fil métallique fournis, comme expliqué.
4. Le **gril** ne fonctionne que si la porte du four est fermée.
5. La plupart des viandes (bacon, saucisses, côtelettes) peuvent être cuites sur le réglage le plus chaud **Gril 3**. Ce réglage convient également pour griller du pain, des muffins, des biscuits, etc.
6. Les **grils 2** et **1** sont utilisés pour les aliments plus délicats ou ceux qui nécessitent un temps de cuisson plus long, par exemple les portions de poisson ou de poulet.
7. **Ne couvrez jamais les aliments lorsque vous les grillez.**
8. La plaque en émail et la grille métallique, ainsi que le four autour, vont devenir très chauds. Utilisez des gants de cuisine.
9. Après les grillades, il est important de retirer la plaque en émail et le support métallique pour les nettoyer avant de les réutiliser et d'essuyer les parois et le bas du four avec un chiffon imbibé d'eau chaude savonneuse afin d'éliminer toute trace de graisse.
10. Lorsque vous utilisez le gril pour cuire des aliments, les temps de cuisson sont équivalents à ceux d'un gril traditionnel.

Cuisson au four

Le four peut être utilisé en tant que four, en utilisant le mode four qui utilise la chaleur en haut et en bas. Pour de meilleurs résultats, placez toujours les aliments une fois le four préchauffé. En mode four, la plaque en émail peut être placée en position haute ou basse. Ou vous pouvez également disposer les aliments directement sur la grille métallique, en plaçant des plats résistants à la chaleur en dessous.
Voir les directives individuelles aux pages 46-47 pour l'utilisation recommandée.
Ne préchauffez pas en mode four si la plaque en émail est à l'intérieur.

1 

Appuyez une fois sur la touche Four.

2 

Sélectionnez la température du four.
Effleurez les touches "∨" / "∧" pour sélectionner la température du four. Le four démarre à 180 °C et la température augmente par paliers de 10°c jusqu'à 200°c, puis revient à 30°c.

3 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour préchauffer.
(sauf pour 30-60°c) Au moment où la température réelle atteint la température réglée, le four émet un son. Ouvrez alors la porte et placez les aliments à l'intérieur du four.
**** Sautez cette étape si le préchauffage n'est pas nécessaire.***

5 

Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches "∨" / "∧".
Le temps de cuisson maximal pour 30-60°c est de 9 heures, et pour 70-200°c, il est de 1 h 30.

6 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Remarque : Vérifiez que seul le symbole du four " " est encore affiché. Si le symbole du micro-ondes " " s'affiche, cela n'est pas correct.
Le programme doit être annulé. Sélectionnez à nouveau le réglage du four.

Cuisson au four

Note

1. Si le four a déjà été utilisé et qu'il est trop chaud pour faire lever une pâte à 30/40 °C, la mention "HOt (chaud)" apparaît dans la fenêtre d'affichage. Attendez que l'intérieur refroidisse. Une fois que le message "HOt (chaud)" a disparu, vous pouvez à nouveau utiliser le four à 30/40 °C, sinon vous pouvez laisser lever la pâte à température ambiante.
2. Ouvrez la porte simplement en la tirant vers le bas, car si vous appuyez sur la touche **Arrêt/Annuler**, le programme risque d'être annulé.
3. Le four ne peut pas être préchauffé à 30-60°c.
4. Si nécessaire, vous pouvez modifier le temps de cuisson pendant la cuisson. Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. Le temps peut être augmenté/diminué par palliers de 1 minute, jusqu'à 10 minutes.
5. La température choisie peut être affichée et modifiée pendant la cuisson et le préchauffage si nécessaire. Appuyez sur le bouton **Four** une fois pour indiquer la température dans la fenêtre d'affichage. Vous pouvez modifier la température (sauf 30-60°c) en appuyant sur les touches "∨" / "∧". Pendant que la température est montrée dans la fenêtre d'affichage.
6. Le four maintient la température préchauffée sélectionnée pendant environ 30 minutes. Si aucun aliment n'a été placé dans le four, ou si aucun temps de cuisson n'a été sélectionné, le programme de cuisson est automatiquement annulé et le four revient à "0".

En mode four, vous pouvez cuire des aliments directement sur la plaque en émail, en position supérieure ou inférieure. Vous pouvez également placer vos moules et ustensiles de cuisson en métal standard sur la plaque en émail, en position inférieure. Ne placez pas les moules et les ustensiles de cuisson directement sur la base du four en mode four. Vous pouvez également disposer les aliments directement sur la grille métallique avec des plats résistants à la chaleur en dessous.

Viande à rôtir :
Plaque en émail en position basse.



Pâtisserie :
Plaque en émail en position basse.



Cuisson au four

Vous pouvez utiliser la plaque en émail comme plat de cuisson pour faire rôtir des pommes de terre ou des légumes, et pour cuire des gâteaux et des biscuits/cookies. Elle est également parfaite pour réchauffer les pâtisseries précuites.

Rôtir des légumes / des pommes de terre :
Plaque en émail en position basse.



Réchauffer :
Plaque en émail en position basse.



Attention !

La plaque en émail, la grille et le four environnant deviennent très chauds. Utilisez des gants de cuisine et maniques.

Recommandations pour les températures de four

Pour de meilleurs résultats, placez toujours les aliments dans un four préchauffé. N'oubliez pas que pour faciliter la programmation des températures les plus couramment utilisées, votre four démarre à 180 °C et compte par paliers de 10 °C jusqu'à 200 °C, puis revient à 30 °C. Les aliments sont généralement cuits à découvert, sauf indication contraire dans les consignes ou la recette.

Temp °C	Utilisation
30/40 °C	Faire lever une pâte à pain ou à pizza
50 °C	Plats chauffants
60/70 °C	Fruits secs, viande séchée
80/90 °C	Cuisson lente
100 °C	Biscuits au chocolat
110 °C	Meringues
140 °C	Gâteau aux fruits (cake anglais)
150/160 °C	Macarons
160/170 °C	Ragoûts, petites tartes, biscuits

Temp °C	Utilisation
180 °C	Gâteau éponge, cupcakes, viande bouchère
190 °C	Gratins, lasagnes, pâtés en croûte, poulet, poivrons farcis, gâteaux roulés, muffins
200 °C	Légumes ensachés en pâte phyllo, pain, pain à l'ail, pizza au four, friture au four à faible teneur en huile pour les pignons de poulets, les côtelettes de porc, les patates douces, etc.

Eco Combi

Sur la base du four, dans vos propres plats micro-ondables et résistants à la chaleur, ce mode convient pour la cuisson des lasagnes, des gratins, des viandes, et des pommes de terre.

Pour une cuisson réussie avec **l'Eco Combi**, vous devez toujours utiliser un minimum de 200 g d'aliments. De petites quantités doivent être cuites au **four** ou au **gril**. Il n'est pas possible de préchauffer le four lors de l'utilisation du mode Eco Combi et les aliments doivent toujours être cuits découverts.

Niveau Eco Combi	Type Eco Combi	Utilisations
Eco Combi 3	Gril 3 + MW 440 W	Poulet pané, plats cuisinés gratinés, tourtes à la viande et pâtisseries.
Eco Combi 2	Gril 3 + MW 300 W	
Eco Combi 1	Gril 2 + MW 300 W	

1 

Touchez une fois le bouton Eco Combi.

2 

Sélectionnez le niveau de puissance.
Appuyez sur les touches "∨" / "∧" jusqu'à ce que la puissance souhaitée apparaisse dans la fenêtre d'affichage. (Sauter cette étape pour **l'Eco Combi 3**)

3 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches "∨" / "∧"**.**
Le temps de cuisson maximal est de 1 h 30 min.

5 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché se décompte.

Eco Combi

Note

1. Le préchauffage n'est pas disponible pour **l'Eco Combi**.
2. Vous pouvez modifier le temps de cuisson pendant la cuisson si nécessaire. Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. Le temps peut être augmenté/diminué par incréments d'une minute, jusqu'à 10 minutes.
3. Pour retourner les aliments, il suffit de tirer la poignée de la porte vers le bas pour l'ouvrir, de retourner ceux-ci, de les remettre dans le four, de fermer la porte et d'appuyer sur la touche **Démarrer/Régler** pour continuer. Le four continue à décompter le temps de cuisson restant.

Pour obtenir des conseils quant aux temps de cuisson, reportez-vous aux tableaux de cuisson et de réchauffage de cette notice. Voir les pages 74-88. Les aliments doivent toujours être cuits jusqu'à ce qu'ils soient dorés et suffisamment chauds.



Vous pouvez placer les aliments directement sur la grille métallique avec des plats résistants à la chaleur en dessous d'eux.

Attention !

Vos plats et le four autour vont devenir très chauds. Utilisez des gants de cuisine et maniques.

Recommandations

Les aliments sont toujours cuits découverts.

Récipients à utiliser

N'utilisez pas de récipients en plastique pour micro-ondes sur les programmes Eco Combi (sauf s'ils sont adaptés à la cuisson Eco Combi). Les plats doivent pouvoir résister à la chaleur des éléments du gril supérieur : du verre résistant à la chaleur, par exemple Pyrex®, ou la céramique sont idéaux.

Cuisson en plusieurs étapes

Cuisson en 2 ou 3 étapes

1 **Sélectionnez la fonction souhaitée.**



2 **Tapez sur “∨” / “∧” jusqu'à ce que la puissance souhaitée apparaisse dans la fenêtre d'affichage.**



3 **Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.**



4 **Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches “∨” / “∧”.**

5 **Sélectionnez la fonction souhaitée.**



6 **Appuyez sur les touches “∨” / “∧” jusqu'à ce que la puissance souhaitée apparaisse dans la fenêtre d'affichage.**



7 **Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.**



8 **Sélectionnez le temps de cuisson en appuyant sur les touches “∨” / “∧”.**



9 **Tapez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.**
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché est décompté.

Cuisson en plusieurs étapes

Exemple : Au **Gril 1** pendant 4 minutes et cuisson à **440 W** pendant 5 minutes.

1



Appuyez une fois sur la touche Gril.

2



Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour sélectionner Gril 1 (Bas).

3



Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4



Sélectionnez le temps de cuisson jusqu'à 4 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

5



Appuyez une fois sur le bouton Puissance du micro-ondes.

6



Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour sélectionner 440 W.

7



Enfoncez la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

8



Sélectionnez le temps de cuisson jusqu'à 5 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

9



Enfoncez la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché est décompté.

Cuisson en plusieurs étapes

Exemple : La cuisson des aliments à **270 W** pendant 2 minutes est suivie d'une cuisson à **1000 W** pendant 3 minutes.

1 

Appuyez une fois sur la touche Puissance du micro-ondes.

2 

Effleurez les touches "∨" / "∧" pour sélectionner 270 W (dégivrage).

3 

Enfoncez le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Sélectionnez le temps de cuisson de 2 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

5 

Touchez une fois la touche Puissance du micro-ondes.

6 

Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

7 

Sélectionnez le temps de cuisson jusqu'à 3 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

8 

Enfoncez la touche Démarrer/Régler pour démarrer.
Le programme de cuisson démarre et le temps affiché est décompté..

Note

1. Pour une cuisson en trois étapes, entrez un autre programme de cuisson avant d'appuyer sur la touche **Démarrer/Régler**.
2. Pendant la cuisson, le fait d'appuyer une fois sur la touche **Arrêt/Annuler** arrête l'opération. Appuyer sur le bouton Démarrer/Régler permettra de redémarrer le mode programmé. Le fait d'appuyer deux fois sur la touche Arrêt/Annuler permet d'arrêter et d'effacer la cuisson programmée.
3. Lorsque l'appareil n'est pas en fonctionnement, le fait d'appuyer sur la touche **Arrêt/Annuler** permet d'effacer le programme sélectionné.
4. Les **programmes automatiques et le four** ne peuvent pas être utilisés pour la cuisson en plusieurs étapes.

Utilisation de la minuterie

Démarrage différé de la cuisson

En utilisant la minuterie, vous pouvez programmer un démarrage différé de la cuisson.

1 

Appuyez une fois sur la touche Minuterie.

2 

Réglez le délai de lancement en appuyant sur les touches "∨" / "∧". (jusqu'à 9 heures).

3

Réglez le programme de cuisson en entrant le mode de cuisson et le temps requis.

4 

Tapez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Note

1. La cuisson en trois étapes peut être programmée, y compris la cuisson à départ différé.
2. Si la porte du four est ouverte pendant le délai, le décompte de l'heure dans la fenêtre d'affichage continue.
3. Si le délai programmé est supérieur à une heure, le temps sera décompté en minutes. Si la durée programmée est de moins d'une heure, le décompte est réalisé en secondes.
4. Le démarrage différé ne peut pas être utilisé avant les modes **Programme automatique et Four**.

Utilisation de la minuterie

Démarrage différé de la cuisson

Exemple :

Démarrage différé : 1 heure, 1000 W : 10 minutes, 300 W : 20 minutes.

1



Touchez une fois la touche Minuterie.

2



Réglez le délai sur 1 heure en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

3



Appuyez une fois sur le bouton Puissance du micro-ondes.

4



Appuyez sur le pavé Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

5



Réglez le temps de cuisson sur 10 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

6



Appuyez une fois sur le bouton Puissance du micro-ondes.

7



Appuyez sur les touches "∨" / "∧" pour sélectionner 300 W.

8



Enfoncez le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

9



Réglez le temps de cuisson sur 20 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

10



Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Utilisation de la minuterie

Pour régler une heure d'attente :
En utilisant la minuterie, vous pouvez programmer une durée d'attente après la fin de la cuisson ou programmer le four comme une minuterie.

1 **Sélection du mode et de la durée de cuisson**
Réglez le programme de cuisson personnalisé en entrant le mode de cuisson et le temps requis.

2 

Appuyez une fois sur le bouton Minuterie.

3 

Réglez la durée d'attente en appuyant sur les touches "∨" / "∧". (jusqu'à 9 heures).

4 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Note

1. La cuisson en trois étapes peut être programmée, avec le temps de repos nécessaire.
2. Si la porte du four est ouverte pendant le temps d'attente ou la minuterie, le décompte de la durée dans la fenêtre d'affichage continue.
3. Si le temps d'attente programmé est supérieur à une heure, le temps est décompté en minutes. S'il est inférieur à une heure, le temps se décomptera en secondes.
4. Cette fonction peut également être utilisée comme minuterie. Dans ce cas, appuyez sur la **Minuterie**, réglez l'heure et appuyez sur la touche **Démarrer/Régler** pour démarrer.
5. Le temps d'attente ne peut pas être utilisé après des **Programme automatique et Four**.

Utilisation de la minuterie

Pour régler une heure d'attente :

Exemple :

1000 W : 4 minutes, Temps d'attente : 5 minutes, 1000 W : 2 minutes

1



Appuyez une fois sur le bouton Puissance du micro-ondes.

2



Enfoncez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

3



Réglez le temps de cuisson sur 4 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

4



Touchez une fois le pavé Minuterie.

5



Réglez la durée d'attente sur 5 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

6



Appuyez une fois sur le bouton Puissance du micro-ondes.

7



Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

8



Réglez le temps de cuisson sur 2 minutes en appuyant sur les touches "∨" / "∧".

9



Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Utiliser la fonction de temps additionnel

Cette fonction vous permet d'ajouter du temps de cuisson à la fin de la cuisson précédente.







Après la cuisson, appuyez sur "∨" / "∧" pour sélectionner la fonction **Ajouter du temps**.

Appuyez sur la touche Démarrer/ Régler pour démarrer.
Le temps est ajouté. Le temps affiché dans la fenêtre d'affichage est décompté.

Modes	Temps de cuisson maximum
Puissance du micro-ondes 1000 W	30 minutes
Autres puissances de micro-ondes, Gril	1 heure et 30 minutes
Four (30-60 °C), minuterie	9 heures
Four (70-200 °C)	1 heure et 30 minutes
Eco Combi	1 heure et 30 minutes

Note

1. Cette fonction n'est disponible que pour les modes **Puissance du micro-ondes, Gril, Four, Eco Combi et Minuterie** et n'est pas disponible pour les Programme automatique.
2. La fonction Ajouter du temps n'est disponible que dans la minute qui suit la cuisson.
3. La fonction Ajouter du temps peut être utilisée après la cuisson en plusieurs étapes. Le niveau de puissance est le même que celui de la dernière étape.

Décongélation

Cette fonction vous permet de décongeler de la viande hachée, des côtelettes, des portions de poulet, des morceaux de viande et du pain. Appuyez sur la touche Décongélation pour sélectionner la catégorie de décongélation appropriée, puis entrez le poids de l'aliment en grammes (voir page 59-60).
Les aliments doivent être placés dans un plat approprié, les poulets entiers et les morceaux de viande doivent être placés sur une soucoupe retournée ou sur une assiette allant au four à micro-ondes.
Les côtelettes, les portions de poulet et les tranches de pain doivent être disposées en une seule épaisseur. Il n'est pas nécessaire de les recouvrir.
Le principe **théorique** est utilisé dans les programmes de décongélation à poids automatique pour permettre une décongélation rapide et plus uniforme. Le système utilise une séquence aléatoire d'énergie micro-ondes pulsée qui accélère le processus de décongélation. Pendant le programme, le four émet un signal sonore pour vous rappeler de surveiller les aliments. **Il est essentiel de retourner et de mélanger les aliments fréquemment et de les protéger si nécessaire. Au premier signal sonore, tournez et protégez-les** (si possible). Au deuxième signal sonore, vous devez retourner les aliments ou les mélanger.

1er bip
Tourner



1er bip
Ou couvercle



2ème bip
Tourner ou séparer



Note

1. Vérifiez les aliments pendant la décongélation. La vitesse de décongélation des aliments varie.
2. Il n'est pas nécessaire de recouvrir les aliments.
3. Retournez ou remuez toujours les aliments, en particulier lorsque le four sonne avec un bip. Protégez si nécessaire (voir point 5).
4. Les portions de viande hachée, les côtelettes et les morceaux poulet doivent être coupés ou séparés dès que possible et placés en une seule épaisseur.
5. L'ajout d'une protection métallique empêche la cuisson des aliments. Elle est indispensable pour décongeler les poulets et les pièces de viande. L'extérieur se décongèle en premier, il faut donc protéger les ailes, le poitrail et la graisse avec des morceaux de papier aluminium lisses tenus avec des cure-dents.
6. Laissez reposer pour que le centre de l'aliment se décongèle (au moins 1 à 2 heures pour les morceaux de viande et les poulets entiers).
7. Si le message "HOt (chaud)" figure dans la fenêtre d'affichage, cela signifie que la température du four est trop élevée suite à une utilisation antérieure et qu'il n'est pas possible de régler un programme automatique. Le mode de cuisson et la durée peuvent toujours être réglés manuellement.

Décongélation

Cette fonction permet de décongeler les aliments surgelés en fonction de leur poids. Sélectionnez la catégorie et réglez le poids de l'aliment. Le poids est programmé en grammes. Pour une sélection rapide, le poids commence par le poids le plus couramment utilisé pour chaque catégorie.

1 

Appuyez une fois sur le bouton Décongélation.

2 

Appuyez sur les touches "∨" / "∧" **pour sélectionner la catégorie d'aliments.**
(n° 1-3)

3 

Enfoncez le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Sélectionnez le poids en appuyant sur les touches "∨" / "∧" **.**
Le décompte "∨" / "∧" s'effectue par pas de 10 g.

5 

Touchez le bouton Démarrer/Régler pour démarrer.

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
1	Petits morceaux	200 g - 1200 g Base du four	Pour décongeler de petits morceaux de viande, des portions de poulet, des côtelettes, des steaks, de la viande hachée. Placez-les dans une assiette ou un plat Pyrex® peu profond. Placez le récipient sur la base du four. Sélectionnez le programme numéro 1. Entrez le poids des morceaux de viande. Commencez la décongélation. Mélangez au signal sonore et protégez avec de l'aluminium.
2	Grosse pièce	400 g - 2500 g Base du four	Pour décongeler un poulet entier, des morceaux de viande. Placez-les sur une assiette ou un plat Pyrex® peu profond. Placez le récipient sur la base du four. Sélectionnez le programme numéro 2. Entrez le poids des morceaux de viande. Commencez la décongélation. Retournez-les au signal sonore et protégez-les avec de l'aluminium.

Décongélation

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
3	Pain	100 g - 900 g Base du four	Pour décongeler des petits pains, des brioches, des tranches de pain et des miches. Disposez-les sur une assiette. Placez le plat sur la base du four. Sélectionnez le programme numéro 3. Entrez le poids du pain. Lancez la décongélation. Retournez-le aux différents signaux sonores.

1. **Petits morceaux (hachis, côtelettes, portions de poulet)**
   Les côtelettes et les portions de poulet doivent être disposées en une seule épaisseur et retournées fréquemment pendant la décongélation. Il est nécessaire de morceler régulièrement le hachis pendant la décongélation et il est préférable de le faire dans un grand plat peu profond. Temps de repos 20-30 minutes. **Ne convient pas aux saucisses, qui peuvent être décongelées manuellement.** Veuillez vous référer au tableau de décongélation des pages 41-42.
2. **Grosse pièce**
   Les poulets entiers et les pièces de viande devront être protégés pendant la décongélation, surtout s'il s'agit d'un morceau particulièrement gras. Cela permet d'éviter que les aliments ne commencent à cuire sur les bords extérieurs. Protégez les ailes, la poitrine et la graisse avec des feuilles d'aluminium lisses maintenues avec des cure-dents. **Ne faites pas toucher les parois du four au papier d'aluminium.** Après la décongélation, il convient de prévoir un temps de repos d'au moins 1 à 2 heures pour les articulations.
3. **Pain**
   Ce programme convient aux petits éléments qui doivent être mangés immédiatement et qui doivent être chauds immédiatement après la décongélation. Les pains peuvent également être décongelés avec ce programme, mais ils nécessitent un temps d'attente pour permettre la décongélation du centre. Le temps d'attente peut être raccourci si les tranches sont séparées et les brioches et pains coupés en deux. Les produits doivent être retournés pendant la décongélation. Temps de repos 10 - 30 minutes. Une durée plus longue peut être nécessaire pour les gros pains. **Ce programme ne convient pas aux gâteaux à la crème ou aux desserts** tels que le cheesecake.

Note

1. La forme et la taille des aliments déterminent le poids maximum que le four peut supporter.
2. Laissez reposer les aliments pour qu'ils soient complètement décongelés.
3. Si le message "HOt (chaud)" apparaît dans la fenêtre d'affichage, la température du four est encore trop élevée suite à une utilisation antérieure et il n'est pas possible de régler un programme automatique. Le mode de cuisson et la durée peuvent encore être réglés manuellement.

Programmes avec capteurs automatiques

Cette fonction vous permet de cuire ou de réchauffer des aliments sans en indiquer le poids.
Le capteur intégré mesure l'humidité des aliments et calcule le niveau de puissance recommandé pour le four à micro-ondes ainsi que le temps de cuisson requis.

Comment cela fonctionne-t-il ?

Une fois que l'aliment a été sélectionné et que l'on a appuyé sur la touche Démarrer/Régler, l'aliment est chauffé. Lorsque les aliments commencent à chauffer, de la vapeur est dégagée. Lorsque les aliments atteignent une certaine température et commencent à cuire, une quantité encore plus importante de vapeur est libérée. L'augmentation de l'émission de vapeur est détectée par un capteur d'humidité dans le four. Le four calcule ainsi la durée de cuisson restante des aliments. Le temps de cuisson restant apparaît dans la fenêtre d'affichage après deux signaux sonores. La porte du four **ne doit pas être ouverte** tant que le programme du capteur est affiché dans la fenêtre d'affichage. Attendez que le temps de cuisson apparaisse dans la fenêtre, puis ouvrez la porte si nécessaire pour remuer ou retourner les aliments.

1		**Appuyez une fois sur le bouton Programme automatique.**
2		**Sélectionnez le numéro de menu en appuyant sur les touches** “∨” / “∧”**.** (n° 4-9)
3		**Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.**
4		**Enfoncez à nouveau la touche Démarrer/Régler pour démarrer.**
5		**Ajustez le goût en appuyant sur les touches** “∨” / “∧” **en 14 secondes. (En option)**

Programmes avec capteurs automatiques

Ajuster à votre goût

Les préférences en matière de degré de cuisson varient d'une personne à l'autre. Après avoir utilisé les programmes de détection automatique à plusieurs reprises, vous pouvez décider que vous préférez que vos aliments soient cuits à un niveau différent. Après avoir appuyé sur la touche Démarrer/Régler, " ± " apparaît à l'écran, appuyez sur "∨" / "∧" pour plus ou moins de temps. Cette opération doit être terminée dans les 14 secondes. Si vous êtes satisfait du résultat des programmes de détection automatique, vous n'avez pas besoin d'utiliser cette commande.

Note

1. Les Programmes avec capteurs automatiques ne doivent être utilisés que pour les aliments décrits.
2. Le four calcule automatiquement le temps total de réchauffage ou le temps de réchauffage restant.
3. Ne faites cuire que les aliments dont le poids se situe dans les fourchettes données.
4. La porte ne doit pas être ouverte avant que l'heure n'apparaisse dans la fenêtre d'affichage.
5. Pour éviter toute erreur lors des Programmes avec capteurs automatiques, assurez-vous que la base du four et que le récipient soient secs.
6. La température ambiante ne doit pas être supérieure à 35°c ni inférieure à 0°c.
7. Si le four a déjà été utilisé et qu'il est trop chaud pour être utilisé avec les Programmes avec capteurs automatiques, la mention "HOt (chaud)" apparaît dans la fenêtre d'affichage. Une fois que le message "HOt (chaud)" disparaît, les Programmes avec capteurs automatiques peuvent être utilisés. Si vous êtes pressé, faites cuire les aliments manuellement en sélectionnant vous-même le mode et le temps de cuisson appropriés.
8. Pesez toujours les aliments plutôt que de vous appuyer sur les informations figurant sur l'emballage.
9. La plupart des aliments bénéficient d'un temps de repos, après avoir été cuits avec un Programmes avec capteurs automatiques, pour permettre à la chaleur de continuer de se propager vers le centre de l'aliment.
10. Pour tenir compte de certaines variations dans les aliments, vérifiez qu'ils soient bien cuits et bien chauds avant de les servir.

Programmes avec capteurs automatiques

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
4	Repas froid	200 g - 1000 g Base du four	Pour réchauffer un repas froid précuit. Tous les aliments doivent être précuits. Les aliments doivent être à la température du réfrigérateur (environ + 5°C). Réchauffez-les dans le plat tel qu'il a été acheté. Percez le film avec un couteau bien aiguisé une fois au centre et quatre fois sur le pourtour. Si vous déposez les aliments dans un plat, couvrez-les avec du film étirable percé. Sélectionnez le programme numéro 4. Commencez la cuisson. Remuez au signal sonore. Remuez à nouveau à la fin du programme et laissez reposer quelques minutes. Les gros morceaux de viande ou de poisson dans une sauce fine peuvent nécessiter une cuisson plus longue. Ce programme ne convient pas aux aliments riches en amidon comme le riz, les pâtes ou les pommes de terre.
5	Plat surgelé	200 g - 1000 g Base du four	Pour réchauffer un repas précuit surgelé. Tous les aliments doivent être précuits et congelés (-18°C) ; réchauffez-les dans le récipient tel qu'il a été acheté. Percez le film de couverture avec un couteau bien aiguisé une fois au centre et quatre fois sur le pourtour. Si vous transférez les aliments dans un plat, couvrez-les avec du film étirable percé. Sélectionnez le programme numéro 5. Commencez la cuisson. Remuez au signal sonore et coupez les blocs en morceaux. Remuez à nouveau à la fin du programme et laisser reposer quelques minutes. Vérifiez la température et prolongez la cuisson si nécessaire avant de déguster. Ce programme ne convient pas aux aliments surgelés portionnables.

Programmes avec capteurs automatiques

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
6	Légumes frais	200 g - 1000 g Base du four	Pour cuire des légumes frais. Placez les légumes préparés dans un plat de taille appropriée. Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau froide pour 100 g de légumes. Recouvrez d'un film alimentaire. Percez le film à l'aide d'un couteau aiguisé, une fois au centre et quatre fois autour. Sélectionnez le programme numéro 6. Commencez la cuisson. Mélangez au signal sonore. Égouttez après la cuisson et assaisonnez selon vos goûts.
7	Légumes surgelés	200 g - 1000 g Base du four	Pour cuire des légumes surgelés. Placer les légumes dans un plat de taille appropriée. Versez dessus 1 à 3 cuillères à soupe d'eau froide. Si vous cuisinez des légumes riches en eau, comme les épinards ou les tomates, n'ajoutez pas d'eau. Recouvrez d'un film alimentaire. Percez-le à l'aide d'un couteau bien aiguisé, une fois au centre et quatre fois autour. Sélectionnez le programme numéro 7. Commencez la cuisson. Mélangez à la fin du programme et laissez reposer quelques minutes. Égouttez les légumes et assaisonnez selon vos goûts.
8	Pâtes	100 g - 450 g Base du four	Pour la cuisson de pâtes sèches. Utilisez un grand bol. Ajoutez 1 cuillère à café de sel, 1 cuillère à soupe d'huile et de l'eau bouillante. Pour des pâtes de 100 g - 290 g, ajoutez 1 litre d'eau bouillante. Pour des pâtes de 300 g à 450 g, ajoutez 1 litre ½ d'eau bouillante. Laissez au moins ½ litre de volume pour l'évaporation afin d'éviter l'ébullition. Recouvrez d'un film alimentaire. Percez le film à l'aide d'un couteau bien aiguisé une fois au centre et quatre fois autour. Sélectionnez le programme numéro 8. Commencez la cuisson. Mélangez au signal sonore. Egouttez les pâtes après la cuisson.

Programmes avec capteurs automatiques

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
9	Riz	100 g - 300 g Base du four	Pour cuire du riz pour des plats salés et non pour du riz au lait. (Riz thaï, basmati, jasmin, suriname, arborio ou méditerranéen). Rincez soigneusement le riz avant de le faire cuire. Utilisez un grand bol. Ajoutez deux fois de l'eau bouillante dans le riz. Laissez au moins ½ profondeur de volume pour l'évaporation afin d'éviter l'ébullition. Recouvrez d'un film alimentaire. Percez le film à l'aide d'un couteau bien aiguisé une fois au centre et quatre fois autour. Sélectionnez le programme numéro 9. Démarrez la cuisson. Mélangez au signal sonore. Laissez reposer pendant 5 minutes après la cuisson.

Programmes de cuisson automatique

Cette fonction vous permet de cuisiner certains de vos aliments préférés en réglant uniquement le poids. Sélectionnez la catégorie et réglez le poids de l'aliment. Le poids est donné en grammes. Pour une sélection rapide, le poids commence par le poids le plus couramment utilisé pour chaque catégorie.

1 

Appuyez une fois sur le bouton Programme automatique.

2 

Sélectionnez le numéro de menu en appuyant sur les touches "∨" / "∧".
(n° 10-16)

3 

Appuyez sur le bouton Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour lancer le préchauffage. (N° 11 uniquement).
Un "P" apparaît et clignote dans la fenêtre d'affichage. Lorsque le four est préchauffé, il émet un signal sonore et le "P" cesse de clignoter. Ouvrez ensuite la porte et placez les aliments à l'intérieur.
**** Sauter cette étape si le préchauffage n'est pas nécessaire.***

5 

Sélectionnez le poids en appuyant sur les touches "∨" / "∧".
Sauter cette étape pour le menu 15-16.

6 

Appuyez sur la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Lorsque vous sélectionnez un programme automatique, des symboles apparaissent sur l'écran pour indiquer le mode de cuisson utilisé et si les accessoires sont nécessaires. Voir ci-dessous pour identifier les symboles :

 Plaque en émail

 Grille métallique

 Puissance du micro-ondes

 Gril

 Four

 Repère de congélation/ décongélation

Programmes de cuisson automatique

Recommandations

1. Ce programme ne doit être utilisé que pour les aliments décrits.
2. Ne faites cuire que les aliments dont le poids se situe dans les fourchettes données.
3. Pesez toujours les aliments plutôt que de appuyez sur les indications sur le poids figurant sur l'emballage.
4. La température des aliments congelés est supposée être comprise entre -18 °C et -20 °C. La température des aliments réfrigérés est supposée être comprise entre +5 °C et +8 °C (température du réfrigérateur).
5. Utilisez toujours les accessoires comme indiqué.
6. La plupart des aliments bénéficient d'un temps de repos après avoir été cuits avec un programme automatique, afin de permettre à la chaleur de continuer à se propager vers le centre de l'aliment.
7. Pour tenir compte de certaines variations dans les aliments, vérifiez qu'ils soient bien cuits et bien chauds avant de les servir.
8. Si le mot "HOt (chaud)" apparaît dans la fenêtre d'affichage, la température du four est trop élevée suite à une utilisation antérieure et il n'est pas possible de régler un programme automatique. Le mode de cuisson et la durée peuvent toujours être réglés manuellement.

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
10	Quiche froide	150 g - 500 g  Base du four	Pour réchauffer une quiche froide précuite. Retirez l'emballage et placez la quiche sur la grille à la base du four. Sélectionnez le programme numéro 10. Entrez le poids de la quiche réfrigérée. Commencez la cuisson. Transférez la quiche sur une grille de refroidissement à la fin de la cuisson et laissez-la reposer quelques minutes. Les quiches à forte teneur en fromage peuvent être plus chaudes que les quiches aux légumes. Ce programme ne convient pas aux quiches fourrées.

Programmes de cuisson automatique

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
11	Produits avec pommes de terre congelées	200 g - 500 g  	Pour cuire des produits avec des pommes de terre surgelées, par exemple des pommes de terre rissolées, des pommes de terre en quartiers, des frites, etc. Sélectionnez le programme numéro 11, appuyez sur la touche **Démarrer/ Régler** pour préchauffer le four. Étalez les produits de pommes de terre sur la plaque en émail. Une fois le four préchauffé, placez la plaque en émail en position haute. Entrez le poids des produits de pommes de terre congelés. Commencez la cuisson. Pour de meilleurs résultats, cuire en une seule épaisseur et tournez ou mélanger au signal sonore. Remarque : les produits à base de pommes de terre varient considérablement. Nous vous conseillons de surveiller quelques minutes avant la fin de la cuisson pour évaluer la quantité dorée. Ce programme ne convient pas aux galettes, aux pommes dauphines et pommes noisettes.
12	Pâtisserie	100 g - 600 g  Base du four	Pour réchauffer, faire croustiller et dorer les pâtisseries froides telles que les friands, les feuilletés tressés, etc. Retirez tous les emballages et placez-les sur la grille à la base du four. Sélectionnez le programme numéro 12. Entrez le poids des pâtisseries. Commencez la cuisson. Retournez-les au signal sonore. Transférez les pâtisseries sur une grille de refroidissement et laissez-les reposer quelques minutes.
13	Pizza froide	100 g - 450 g  Base du four	Pour réchauffer et dorer une pizza **réfrigérée** industrielle. Retirez l'emballage et placez la pizza réfrigérée sur la grille de la base du four. Sélectionnez le programme numéro 13. Entrez le poids de la pizza réfrigérée. Lancez la cuisson. Ce programme n'est pas adapté aux pizzas épaisses ou aux pizzas très fines telles que les Flammekueche.

Programmes de cuisson automatique

N°	Programme	Poids / Disposition	Instructions
14	Pizza surgelée	100 g - 450 g  Base du four	Pour réchauffer et faire dorer une pizza **surgelée** industrielle. Retirez l'emballage et placez la pizza surgelée sur la grille à la base du four. Sélectionnez le programme numéro 14. Entrez le poids de la pizza surgelée. Démarrez la cuisson. Transférez la pizza sur une grille froide à la fin de la cuisson. Ce programme ne convient pas aux pizzas épaisses ou aux pizzas très fines telles que les Flammekueche.
15	Gratin de pommes de terre	Pour 4 personnes Base du four	Voir la recette à la page suivante. Placez-le sur la base du four. Sélectionnez le programme numéro 15. Commencez la cuisson. Laissez reposer pendant 5 minutes après la cuisson.
16	Pâtes gratinées	Pour 4 personnes  Base du four	Voir la recette à la page suivante. Placez-les sur une grille au fond du four. Sélectionnez le programme numéro 16. Commencez la cuisson. Laissez reposer pendant 2 minutes après la cuisson.

Programmes de cuisson automatique

Gratin de pommes de terre

Ingrédients
Pour 4 personnes

700 g	de pommes de terre épluchées
1	gousse d'ail
100 g	d'emmental (râpé)
	sel et poivre
100 ml	de crème liquide
100 ml	de lait
50 g	d'œufs battus

Plat :
1 plat Pyrex® peu profond de 25 cm

Accessoire :
Aucun

1. Coupez les pommes de terre en fines tranches. Épluchez et hachez l'ail.
2. Disposez les tranches de pommes de terre dans un plat en Pyrex® peu profond. Disposez dessus l'ail, la moitié du fromage, le sel et le poivre.
3. Mélangez l'œuf, le lait et la crème et versez le mélange sur les pommes de terre. Recouvrez avec le reste du fromage râpé. Placez sur la base du four.
4. Sélectionnez le programme numéro 15. Lancez la cuisson. Laissez reposer pendant 5 minutes après la cuisson.

Pâtes gratinées

Ingrédients
Pour 4 personnes

550 g	de sauce pour pâtes fraîches, par exemple à la tomate
400 g	de pâtes fraîches, par exemple tortellini/ravioli
50 g	de fromage à pâte dure râpé, par exemple du cheddar, de la mozzarella, du parmesan

Plat :
1 plat Pyrex® peu profond de 22 cm

Accessoire :
Grille métallique

1. Mélangez la sauce pour pâtes et les pâtes dans un grand plat jusqu'à ce que les pâtes soient entièrement enrobées de sauce. Saupoudrez de fromage râpé.
2. Disposez le plat à gratin sur la grille de la base du four. Choisissez le programme numéro 16. Lancez la cuisson. Faites reposer pendant 2 minutes après la cuisson.

Réglage du nettoyage

F1. Désodoriser

Cette fonction est recommandée pour éliminer les odeurs du four.

1 

Appuyez une fois sur le bouton Programme automatique.

2 

Sélectionnez "F1" en appuyant sur les touches “∨” / “∧”**.**

3 

Appuyez sur le pavé Démarrer/Régler pour confirmer la sélection.

4 

Enfoncez la touche Démarrer/Régler pour démarrer.

Recommandations pour la cuisson et le réchauffage

La plupart des aliments sont réchauffés très rapidement dans votre four de 1000 W. Les plats peuvent être ramenés à la température pour servir en quelques minutes seulement et auront un goût de fraîcheur. Vérifiez toujours que les aliments soient bien chauds et remettez-les au four si nécessaire.
En règle générale, il faut toujours recouvrir les aliments humides, par exemple les soupes, les ragoûts et les plats préparés.
Ne recouvrez pas les aliments secs tels que les petits pains, les pâtés en croûte, les roulés à la saucisse, etc.
Les tableaux des pages 74 à 88 vous indiquent la meilleure façon de cuire ou de réchauffer vos aliments préférés. La meilleure méthode dépend du type d'aliment que vous cuisinez ou réchauffez.
N'oubliez pas de mélanger ou de retourner les aliments dans la mesure du possible pendant la cuisson ou le réchauffage. Cela permet d'obtenir une cuisson ou une température de réchauffage homogène à l'extérieur et au centre.

Quand les aliments sont-ils réchauffés ?

Les aliments qui ont été réchauffés ou cuits doivent être servis "très chauds", c'est-à-dire que de la vapeur doit visiblement s'échapper de toutes les parties. Si les bonnes pratiques d'hygiène ont été respectées lors de la préparation et du stockage des aliments, la cuisson ou le réchauffage ne présentent aucun risque pour la sécurité. Les aliments qui ne peuvent être remués doivent être coupés à l'aide d'un couteau pour vérifier qu'ils sont suffisamment chauffés. Même si les instructions du fabricant ou les durées indiquées dans le tableau ont été respectées, il est toujours important de vérifier que l'aliment est bien chauffé. En cas de doute, remettez toujours les aliments au four pour les réchauffer. Si vous ne trouvez pas l'aliment équivalent dans le tableau, choisissez un aliment de type et de taille similaires et ajustez le temps de cuisson si nécessaire.

Repas à l'assiette

L'appétit change d'une personne à l'autre, et les temps de réchauffage varie selon contenu des repas. Les aliments denses, comme la purée de pommes de terre, doivent être bien étalés. Si l'on ajoute beaucoup de sauce, le temps de réchauffage peut être plus long. Placez les aliments plus denses à l'extérieur de l'assiette. Le réchauffage d'un plat moyen prend de 4 à 7 minutes sur 1000 W. N'entassez pas les plats.

Aliments en conserve

Retirez les aliments de la boîte de conserve et disposez-les dans un plat approprié avant de les faire réchauffer. Mélangez les aliments à mi-cuisson et à la fin de la cuisson.

Soupes

Utilisez un bol et mélangez-la avant de la faire chauffer et au moins une fois pendant le réchauffage, et encore une fois à la fin.

Casseroles

Remuez à mi-parcours et à la fin du réchauffage.

Recommandations pour la cuisson et le réchauffage

⚠ Attention - Tourtes à la viande

N'oubliez pas que même si la pâte est froide au toucher, la garniture sera très chaude et réchauffera la pâte de part et d'autre. Veillez à ne pas trop chauffer la garniture, car elle contient beaucoup de matières grasses et de sucre, ce qui peut provoquer des brûlures. Vérifiez la température de la garniture avant de la consommer pour éviter de vous brûler la bouche.

⚠ Attention - Biberons

Le lait ou le lait maternisé doit être secoué soigneusement avant d'être chauffé, puis à nouveau à la fin, et testé avec soin avant d'être donné à un bébé. Le liquide en haut du biberon sera beaucoup plus chaud qu'en bas. Le biberon doit être secoué soigneusement et testé avant d'être utilisé.

Note

Nous vous déconseillons d'utiliser votre micro-ondes pour stériliser les biberons. Si vous disposez d'un stérilisateur spécial micro-ondes, nous vous recommandons la plus grande prudence, en raison de la faible quantité d'eau impliquée. Il est essentiel de suivre judicieusement les instructions du fabricant.

Tableaux de réchauffage

Les durées indiquées dans les tableaux ci-dessous sont purement indicatives et varient en fonction de la température de DÉMARRAGE, de la taille du plat et de la quantité. Les pâtisseries et les pains réchauffés au micro-ondes seront mous et non croustillants.

Points à vérifier

Vérifiez toujours que les aliments sont bien chauds après avoir été réchauffés au micro-ondes. Si ce n'est pas le cas, remettez-les dedans. Les aliments ont toujours besoin d'un temps de repos, surtout s'ils ne peuvent pas être mélangés. Plus les aliments sont denses, plus le temps de repos est long.

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Biberons - ATTENTION				
Après avoir été chauffé par micro-ondes, le liquide situé en haut de la bouteille sera beaucoup plus chaud que celui au fond de la bouteille et doit être agité soigneusement avant d'en vérifier la température. Pour tester la température du lait, versez-en un peu sur l'intérieur de votre poignet. Les gouttelettes de lait sur votre peau doivent être tièdes, et non chaudes. Pour 250 ml de lait à température du réfrigérateur, enlevez la capsule et la tétine. Chauffez à 1000 W pendant 40 secondes. VÉRIFIER SOIGNEUSEMENT. Pour 100 ml de lait à température du réfrigérateur, enlevez la capsule et la tétine. Chauffez à 1000 W pendant 20 secondes. VÉRIFIER SOIGNEUSEMENT.				
Pain - Précuit - Frais - N.B. Les pains réchauffés au micro-ondes ont une base molle.				
Croissants/ Brioche	4	1000 W	30 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
Pâtes en conserve				
Ravioli / Macaroni au fromage / Spaghetti	400 g	1000 W	2 min. 30 s.	Placez les aliments dans un bol résistant à la chaleur et couvrez-le. Placez le bol sur la base du four et remuez à mi-parcours.

Tableaux de réchauffage

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Soupes en conserve				
Condensée	295 g	1000 W	3-4 min.	Placez la soupe dans un bol résistant à la chaleur et incorporez le contenu d'une petite bouteille d'eau. Couvrez et placez sur la base du four en remuant à mi-parcours.
Légumes / Bouillon / Crème	400 g / 415 g	1000 W	3 min.	Disposez-les dans un bol résistant à la chaleur et couvrez. Placez-le sur la base du four et remuez à mi-parcours.
Soupes réfrigérées				
2 parties	500 ml	1000 W	4 min.-4 min. 30 s.	Disposez-les dans un bol résistant à la chaleur et couvrir. Placez le bol sur la base du four et mélangez à mi-parcours.
Légumes en conserve				
Haricots cuits / Haricots beurre	200 g	1000 W	1 min. 30 s.	Placez-les dans un bol résistant à la chaleur et couvrir. Disposez le bol sur la base du four et mélangez à mi-parcours.
	415 g		2 min.-2 min. 30 s.	
Carottes	300 g		4 min.	
Champignons / Pois / Tomates / Maïs doux	300 g		2 min.-2 min. 30 s.	
Plats légers et en-cas - Réfrigérés				
Crêpes / baguettes fourrées	120 g 1 pièce	Eco Combi 3	1 min. 40 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
	240 g 2 pièces	Eco Combi 3	2 min. 40 s.	

Tableaux de réchauffage

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Hot-dog	110 g 1 pièce	Eco Combi 2	3 min.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
Roulés à la saucisse	100 g - 130 g 1 pièce	Auto menu n°2		Retirez l'emballage, disposez-les directement sur la grille, pour les plus petites portions, placer du papier sulfurisé sur la grille.
	200 g - 260 g 2 pièces			
Sandwich jambon-fromage	100 g 1 pièce	Eco Combi 2 suivi de Gril 3	2 min. puis 3 min.	Retirez l'emballage, placez-le directement sur la grille, pour les plus petites portions, placer du papier sulfurisé sur la grille. Retournez à la moitié du temps de chauffe.
	200 g 2 pièces	Eco Combi 2 suivi de Gril 3	2 min. puis 4 min.	
Plats légers et en-cas - Surgelés				
Crêpes / sandwich baguette	120 g 1 pièce	Eco Combi 3	3 min. 30 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
	240 g 2 pièces	Eco Combi 3	6 min.	
Hot-dog	110 g 1 pièce	Eco Combi 3	2 min. 30 s. puis 2 min. de repos	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
Roulés à la saucisse	100 g - 130 g 1 pièce	Eco Combi 3	2 min. 40 s. et 2 min. de repos	Retirez l'emballage, disposez-les directement sur la grille, pour les plus petites portions, mettez du papier sulfurisé sur la grille.
	200 g - 260 g 2 pièces	Eco Combi 3 suivi de Gril 3	4 min. puis 2 min.	

Tableaux de réchauffage

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Sandwich jambon-fromage grillé	100 g 1 pièce	Eco Combi 3 suivi de Gril 3	2 min. puis 2 min.	Retirez l'emballage, disposez-le directement sur la grille, pour les plus petites portions, mettez du papier sulfurisé sur la grille. Retournez ou remuez à la moitié du temps de chauffe.
	200 g 2 pièces	Eco Combi 3 suivi de Gril 3	3 min. puis 1 min. 30 s.	
Boissons				
1 tasse de lait froid	235 ml	1000 W	1 min. 30 s.	Versez dans un récipient résistant à la chaleur sur la base du four. Mélangez à mi-parcours et après le réchauffage.
1 pichet de lait froid	568 ml (1 pinte)		4 min.	
1 tasse de café/thé froid	235 ml		1 min. 20 s.	
1 tasse de café froid au lait			1 min. 20 s.	
Plats préparés - réfrigérés. Transférez les aliments de la boîte en aluminium dans un plat résistant à la chaleur de taille similaire. Les aliments sains ne bruniront que légèrement sur l'eco combi en raison de leur faible teneur en matières grasses.				
Lasagnes	450 g	1000 W	6 min.	Disposez le plat sur la base du four.
		Eco Combi 3	8 min.	
	800 g	Eco Combi 3	16 min.	
Macaronis au fromage	450 g	Eco Combi 3	10 min.	Disposez le plat sur la base du four.

Tableaux de réchauffage

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Plats préparés - surgelés. Disposez les aliments de la boîte en aluminium dans un plat de même taille résistant à la chaleur.				
Lasagnes / cannellonis	400 g	1000 W	10 min.	Placez le plat sur la base du four.
		Eco Combi 2	20 min.	
Macaronis au fromage	400 g	1000 W	10-12 min.	
		Eco Combi 2	18 min.	
Plats d'accompagnement				
Purée de pommes de terre réfrigérée	500 g	1000 W	4-5 min.	Percez le couvercle et mettez le plat sur la base du four. Remuez à la moitié du temps.
Viande et poisson - réfrigérés				
Tranches de viande blanche cuite	100 g 4 tranches	600 W	50-60 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four. Recouvrez le plat.
Tranches de viande rouge cuite	100 g 4 tranches	440 W	50-60 s.	
Tranches de cuisses de poulet cuites	200 g 1 pièce	1000 W	2-2 min. 30 s.	
Nuggets de poulet	100 g 5 pièces	Eco Combi 2	3-5 min.	Ôtez l'emballage, mettez-le directement sur la grille, pour les plus petites portions, placez du papier sulfurisé sur la grille.

Tableaux de réchauffage

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)	Instructions / Recommandations
Desserts - réfrigérés				
Crêpes sucrées	50 g 1 pièce	1000 W	20-30 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four. Recouvrez le plat.
	100 g 2 pièces	1000 W	40-50 s.	
Desserts - Surgelés				
Donuts nature	50 g 1 pièce	Eco Combi 2	2 min. et 2 min. de repos	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four.
	100 g 2 pièces	Eco Combi 2	3 min. et 2 min. de repos	
Crêpes sucrées	50 g 1 pièce	1000 W	40 s.	Utilisez un plat allant au micro-ondes sur la base du four. Recouvrez le plat. Retournez à la moitié du temps de chauffe
	100 g 2 pièces	1000 W	1 min. 20 s.	
Mini-croissants et petits pains au chocolat	200 g 6 pièces	1000 W suivi de Gril 3	20 s. puis 4 min.	Ôtez l'emballage, mettez-les directement sur la grille, et pour les plus petites pièces, placez du papier sulfurisé sur la grille.
	300 g 10 pièces	1000 W suivi de Gril 3	40 s. puis 4 min.	

Tableaux de cuisson

Points à vérifier
Vérifiez toujours que les aliments soient bien chauds après avoir été cuits au micro-ondes. En cas de doute, remettez-les au four. Les aliments nécessitent toujours un temps de repos, surtout s'ils ne peuvent pas être remués. Plus les aliments sont denses, plus le temps de repos est long.

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)
Poisson - frais			
Poisson en filets fins	500 g	600 W	5-7 min.
Poisson en filets épais	500 g	600 W	6-7 min.
Steaks de poisson	500 g	600 W	6-8 min.
Poisson entier	500 g	600 W	6 min.
Crevettes	500 g	600 W	5-6 min.
Moules	500 g	600 W	4-6 min.
Coquilles Saint-Jacques	500 g	600 W	5-6 min.
Calmar	500 g	600 W	6-7 min.
Crabe	500 g	600 W	8-9 min.
Poisson - congelé			
Poisson en filets fins	500 g	1000 W	8-9 min.
Poisson en filets épais	500 g	1000 W	9-10 min.
Steaks de poisson	500 g	1000 W	8-9 min.
Poisson entier	500 g	1000 W	12 min.
Calmar	500 g	1000 W	9-10 min.
Croquettes de poisson	100 g 2 pièces	1000 W	1 min. 30 s.
	200 g 4 pièces	1000 W	3 min.

Tableaux de cuisson

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)
Légumes frais			
Artichauts (entiers)	500 g	1000 W	9-11 min.
Artichauts (cœurs)	500 g	1000 W	8-10 min.
Asperges (1)	500 g	1000 W	5-6 min.
Aubergines	500 g	1000 W	7-8 min.
Betterave (1)	500 g	1000 W	18-20 min.
Chou chinois	500 g	1000 W	4-6 min.
Brocoli	500 g	1000 W	7-8 min.
Champignons	500 g	1000 W	7-8 min.
Carotte (en rondelles)	500 g	1000 W	7-8 min.
Carotte (en lanières)	500 g	1000 W	7-9 min.
Fenouil (entier coupé en deux)	500 g	1000 W	8-10 min.
Fenouil (coupé fin)	500 g	1000 W	12-15 min.
Chou (1)	500 g	1000 W	9-10 min.
Choux de Bruxelles	500 g	1000 W	8-10 min.
Chou-fleur	500 g	1000 W	8-10 min.
Boule de céleri	500 g	1000 W	7-9 min.
Céleri (1)	500 g	1000 W	12-14 min.
Courgettes	500 g	1000 W	5-7 min.
Endives	500 g	1000 W	10-12 min.
Épinards (feuilles)	500 g	1000 W	6-7 min.
Pois (1)	500 g	1000 W	14-16 min.
Pois mange-tout	500 g	1000 W	7-9 min.

(1) Il est déconseillé de cuisiner avec le menu Auto pour ces légumes.

Tableaux de cuisson

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)
Fèves (1)	500 g	1000 W	13-16 min.
Poireaux émincés	500 g	1000 W	10-12 min.
Haricots verts (1)	500 g	1000 W	8-10 min.
Haricots nains	500 g	1000 W	9-12 min.
Épis de maïs (1)	500 g 2 épis	1000 W	8-10 min.
Navets	500 g	1000 W	8-10 min.
Oignons	500 g	1000 W	8-11 min.
Panais	500 g	1000 W	8-9 min.
Patate douce	500 g	1000 W	10 min.
Tiges de poireaux	500 g	1000 W	7-8 min.
Courge	500 g	1000 W	8-10 min.
Poivrons	500 g	1000 W	10-12 min.
Pommes de terre entières	500 g chacun <220 g	1000 W	10-12 mins.
Pommes de terre coupées	500 g	1000 W	8-12 min.
Ratatouille	500 g	1000 W	14-18 min.
Salsifis	500 g	1000 W	10-14 min.
Tomates (1)	500 g	1000 W	4-5 min.
Topinambours (1)	500 g	1000 W	7-9 min.

(1) Il est déconseillé de cuisiner avec le menu Auto pour ces légumes.

Tableaux de cuisson

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)
Légumes - Surgelés			
Artichauts (cœurs)	500 g	1000 W	11-12 min.
Asperges (1)	500 g	1000 W	10-11 min.
Chou chinois	500 g	1000 W	12-13 min.
Brocoli	500 g	1000 W	9-10 min.
Champignons	500 g	1000 W	11-12 min.
Carotte (en rondelles)	500 g	1000 W	9-10 min.
Choux de Bruxelles	500 g	1000 W	10 min.
Chou-fleur	500 g	1000 W	9-10 min.
Courgettes	500 g	1000 W	10-12 min.
Endives	500 g	1000 W	16-17 min.
Épinards (hachés)	500 g	1000 W	8-10 min.
Épinards (feuilles)	500 g	1000 W	8-10 min.
Pois (1)	500 g	1000 W	10 min.
Fèves (1)	500 g	1000 W	14-16 min.
Poireaux émincés	500 g	1000 W	13-14 min.
Haricots verts (1)	500 g	1000 W	9-10 min.
Légumes printaniers mélangés (1)	500 g	1000 W	10 min.
Épis de maïs (1)	500 g 2 épis	1000 W	12 min.
Navets	500 g	1000 W	16-17 min.
Oignons	500 g	1000 W	10-12 min.
Tiges de poireaux	500 g	1000 W	12-13 min.

(1) Il est déconseillé de cuisiner avec le menu Auto pour ces légumes.

Tableaux de cuisson

Aliments	Poids / Quantité	Niveau de puissance	Temps de sélection (approx.)
Poivrons	500 g	1000 W	10 min.
Ratatouille	500 g	1000 W	12-15 min.
Salsifis	500 g	1000 W	12-15 min.
Viande et volaille			
Ragoût de bœuf	Poids maximum 1,5 kg	1000 W suivi de 300 W	10-12 min. puis 1 heure 10 min.- 1 heure 20 min.
Ragoût d'agneau	Poids maximum 1,5 kg	1000 W suivi de 300 W	10-12 min. puis 40-50 min.
Ragoût de veau	Poids maximum 1,5 kg	1000 W suivi de 300 W	10-12 min. puis 40-50 min.
Morceaux de poulet désossés	500 g	1000 W	7-9 min.

Tableaux Eco Combi

Ce tableau propose deux types de méthodes de cuisson, vous pouvez choisir le mode Eco Combi ou le mode four en fonction de vos besoins.

Eléments à vérifier

Surveillez toujours que les aliments soient bien chauds après avoir été réchauffés au micro-ondes. Si ce n'est pas le cas, remettez-les au four. Les aliments ont toujours besoin d'un temps de repos, surtout s'ils ne peuvent pas être mélangés. Plus les aliments sont denses, plus le temps de repos est long.

Aliments	Poids / Quantité	Efficacité en termes de temps et d'énergie par rapport à la cuisson au four	Mode et heure Eco Combi	Mode du four et durée
Meat				
Rôti de bœuf 	1 kg	: 48-58% : 32-43%	Eco Combi 3 30-35 min. (1) (5)	180 °C (avec pré-chauffage) 1 h 5 min.- 1 h 10 min. (2) (5)
Steak d'agneau 	6 pièces	: 57-64% : 41-50%	Eco Combi 3 13-15 min. (4)	200 °C (avec pré-chauffage) 28-30 min. (3)
Longe de porc 	1 kg	: 54-63% : 39-50%	Eco Combi 3 30-35 min. (1)	180 °C (avec pré-chauffage) 1 h 15 min.- 1 h 20 min. (2) (5)
Volaille				
Poulet entier rôti 	1 kg	: 36-46% : 18-29%	Eco Combi 3 45-50 min. (1) (5)	190 °C (avec pré-chauffage) 1 h 15 min.- 1 h 20 min. (2) (5)

(1) Placez le plat sur la base du four. (2) Disposez le plat sur la plaque en émail en position inférieure. (3) Mettez le plat sur la plaque en émail en position supérieure. (4) Placez les aliments sur une grille métallique avec un plat en dessous. (5) Retournez ou remuez à mi-cuisson.

Tableaux Eco Combi

Aliments	Poids / Quantité	Efficacité en termes de temps et d'énergie par rapport à la cuisson au four	Mode et heure Eco Combi	Mode du four et durée
Ailes de poulet 	4 pièces	: 61-70% : 50-59%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 30-35 min. (1)
Pilons 	4 pièces	: 52-60% : 41-50%	Eco Combi 3 18-20 min. (3)	200°C (avec pré-chauffage) 35-40 min. (1) (4)
Filets de canard 	2 pièces	: 61-70% : 51-60%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200°C (avec pré-chauffage) 30-35 min. (1) (4)
Produits panés surgelés				
Ailes de poulet 	400 g	: 61-70% : 51-60%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 35-40 min. (2) (4)
Filets de poisson 	400 g	: 45-54% : 31-46%	Eco Combi 3 21-23 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 35-40 min. (2) (4)

(1) Placez la plaque en émail en position inférieure. (2) Mettez le plat sur la plaque en émail en position supérieure. (3) Disposez les aliments sur une grille métallique avec un plat en dessous. (4) Retournez ou remuez à mi-cuisson.

Tableaux Eco Combi

Aliments	Poids / Quantité	Efficacité en termes de temps et d'énergie par rapport à la cuisson au four	Mode et heure Eco Combi	Mode du four et durée
Pommes de terre				
Pommes de terre rôties 	500 g	: 38-48% : 26-37%	Eco Combi 3 24-26 min. (4) (5)	200 °C (avec pré-chauffage) 35-40 min. (2) (5)
Pommes de terre en robe des champs 	4 pièces	: 62-67% : 52-58%	Eco Combi 3 24-26 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 1 h 5 min.- 1 h 10 min. (1)
Pommes de terre rissolées 	4 pièces	: 40-50% : 32-41%	Eco Combi 2 16-18 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 23-25 min. (2)
Autres				
Saucisse pour petit-déjeuner 	4 pièces	: 60-72% : 47-61%	Eco Combi 3 6-8 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 13-15 min. (2)

(1) Placez la plaque en émail en position inférieure. (2) Mettez le plat sur la plaque en émail en position supérieure. (3) Placez les aliments sur le support métallique avec un plat en dessous. (4) Disposez le plat sur le support métallique. (5) Retournez ou remuez à mi-cuisson.

Tableaux Eco Combi

Aliments	Poids / Quantité	Efficacité en termes de temps et d'énergie par rapport à la cuisson au four	Mode et heure Eco Combi	Mode du four et durée
Pizza réfrigérée 	300 g	: 55-69% : 42-57%	Eco Combi 3 6-8 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 10-12 min. (2)
Pizza surgelée 	300 g	: 53-65% : 42-53%	Eco Combi 3 8-10 min. (3)	200 °C (avec pré-chauffage) 14-16 min. (2)
Gratins (dauphinois, lasagnes, tarte à la crème, moussaka) réfrigérés 	500 g	: 55-64% : 36-46%	Eco Combi 3 11-13 min. (4)	180 °C (avec pré-chauffage) 25-27 min. (2)
Gratin séparable (chou-fleur, pomme dauphines, fromage et pommes de terre) surgelé 	700 g	: 47-57% : 16-31%	Eco Combi 3 30-35 min. (1)	160 °C (avec pré-chauffage) 1 h 5 min. - 1 h 10 min. (2)

Testé par le laboratoire interne de Panasonic

(1) Disposez le plat sur la base du four. (2) Mettez le plat sur la plaque en émail dans la position inférieure de la la plaque. (3) Posez plat sur la grille avec un plat en dessous. (4) Placez le plat sur la grille.

Questions et réponses

Q: Pourquoi mon four ne s'allume-t-il pas ?

R: Si le four ne s'allume pas, vérifiez les points suivants :

1. Le four est-il bien branché ? Retirez la fiche de la prise électrique, attendez 10 secondes et remettez-la en place.
2. Vérifiez le disjoncteur et les fusibles. Réinitialisez le disjoncteur ou remplacez les fusibles s'il sont enclenchés ou grillés.
3. Si le disjoncteur ou les fusibles fonctionnent, branchez un autre appareil dans la prise. Si l'autre appareil fonctionne, il y a probablement un problème avec le four. Si l'autre appareil ne fonctionne pas, il y a probablement un problème avec la prise. S'il semble y avoir un problème avec le four, contactez un centre de service agréé.

Q: Mon four crée des interférences avec ma télévision. Est-ce normal ?

R: Des interférences avec la radio, TV, Wi-Fi, le téléphone sans fil, le babyphone, le bluetooth ou autre équipement sans fil peuvent se produire lorsque vous cuisinez avec le four à micro-ondes. Ces interférences sont similaires à celles causées par les petits électroménagers comme des mixeurs, les aspirateurs, les sèche-cheveux, etc. Elles n'indiquent pas un problème avec votre four.

Q: Le four n'accepte pas mon programme. Pourquoi ?

R: Le four est conçu pour ne pas accepter un programme incorrect. Par exemple, le four n'acceptera pas une quatrième étape.

Q: Il arrive que de l'air chaud sorte des fentes du four. Pourquoi ?

R: La chaleur dégagée par la cuisson des aliments va réchauffer l'air dans le four. Cet air réchauffé est évacué du four par le flux d'air circulant. Il n'y a pas de micro-ondes émises dans l'air. Les fentes du four ne doivent jamais être bloquées pendant la cuisson.

Q: Je ne parviens pas à régler un programme de cuisson automatique et l'indication "HOt (chaud)" apparaît à l'écran. Pourquoi ?

R: Si "HOt (chaud)" apparaît dans l'écran, la température du four est trop élevée suite à une utilisation précédente, et il n'est donc pas possible de régler un programme automatique. Le mode de cuisson et la durée peuvent encore être réglés manuellement.

Questions et réponses

Q: Puis-je utiliser un thermomètre à four classique dans le four ?

R: Uniquement lorsque vous utilisez les modes de cuisson gril/four. Le métal de certains thermomètres peut provoquer des arcs électriques dans votre four et ne doit pas être utilisé pour les modes de cuisson de type micro-ondes et éco combi.

Q: Mon four émet des bruits de ronronnement et de cliquetis lorsque je cuisine avec Eco Combi. Quelle est la cause de ces bruits ?

R: Les bruits se produisent lorsque le four passe automatiquement de la puissance micro-ondes au gril pour créer le réglage Eco Combi. Ce phénomène est normal.

Q: Mon four dégage une odeur et de la fumée lorsque j'utilise la fonction eco combi, four et Gril. Pourquoi ?

R: Après une utilisation répétée, il est recommandé de nettoyer le four, puis de lancer la désodorisation F1.

Q: Le four arrête la cuisson par micro-ondes et "H97" ou "H98" apparaît à l'écran. Pourquoi ?

R: Cet affichage indique qu'il y a un problème avec le système de génération du micro-ondes. Veuillez contacter un centre de révision agréé.

Q: Le ventilateur continue de tourner après la cuisson, pourquoi ?

R: Après l'utilisation du four, le moteur du ventilateur peut continuer de tourner pour refroidir les composants électriques. Ce phénomène est normal et vous pouvez continuer à utiliser le four à ce moment-là.

Q: Puis-je vérifier la température préréglée du four pendant la cuisson au four ?

R: Oui. Appuyez sur la touche **Four** et la température du four apparaît dans la fenêtre d'affichage pendant 2 secondes.

Q: "d" apparaît à l'écran et le four ne cuit pas. Pourquoi ?

R: Le four a été programmé en mode démo. Ce mode est conçu pour l'affichage dans les magasins de détail. Désactivez ce mode en appuyant une fois sur le bouton **Puissance du micro-ondes** et 4 fois sur **Arrêt/ Annuler**.



Quiche Lorraine

Ingrédients

6 portions
100 g de bacon fumé
1 pâte feuilletée (environ 300 g)
100 g de gruyère râpé
130 ml de lait
Sel et poivre
3 œufs
150 ml de crème
Noix de muscade râpée

Accessoires

Plaque en émail
Plat : plat à tarte de 25 cm

Durée et réglage

Environ 41-46 minutes
Four 180-200 °C
Micro-ondes 1000 W

Préparation

1. Coupez le bacon en petits morceaux. Chauffez-le dans un récipient couvert à **1000 W** pendant 1 minute. Egouttez les morceaux.
2. Tapissez le moule à tarte avec la pâte. Préchauffez le **four** à 200 °C en plaçant la plaque en émail en position basse. Cuisez la pâte pendant 15 à 20 minutes au **four** à 200 °C.
3. Disposez les lardons et le gruyère râpé sur la pâte abaissée. Mélangez au fouet électrique le lait assaisonné de sel et de poivre, avec les œufs, la crème et la noix de muscade râpée. Versez le tout dans le moule à tarte avec la pâte. Faites cuire 25 minutes au **four** à 180 °C.

Soupe de tomates et de poivrons rouges

Ingrédients

4 portions
5 grosses tomates
30 ml d'huile d'olive
1 oignon, haché
450 g de poivrons rouges ou orange, coupés en fines tranches
30 ml de purée de tomates
1 pincée de sucre
475 ml de bouillon de légumes
60 ml de crème fraîche (facultatif)
Sel et poivre noir moulu
Aneth frais haché, pour décorer

Accessoires

–
Plat : grand bol en Pyrex®

Durée et réglage

Environ 11 minutes
Micro-ondes 1000 W

Préparation

1. Pelez les tomates en les plongeant dans l'eau bouillante pendant 30 secondes. Hachez la chair et réservez le jus.
2. Versez la moitié de l'huile dans un bol avec l'oignon et recouvrez d'un film alimentaire percé. Cuisez à **1000 W** pendant 2 minutes en mélangent une fois.
3. Ajoutez les poivrons et le reste de l'huile, en mélangeant bien. Recouvrez et cuisez à **1000 W** pendant 5 minutes, en remuant à mi-cuisson.
4. Incorporez les tomates coupées en morceaux, la purée de tomates, l'assaisonnement, le sucre et quelques cuillères à soupe de bouillon. Recouvrez et cuisez à **1000 W** pendant 4 minutes, en mélangeant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les légumes soient bien tendres.
5. Incorporez le reste du bouillon et réduisez le tout en purée à l'aide d'un mixeur ou d'un robot culinaire jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Passez la soupe au tamis pour enlever les peaux et assaisonner au goût. Versez la soupe dans des bols, ajoutez de la crème fraîche, si désiré, et garnissez d'aneth.





Ragoût d'agneau à la grecque

Ingrédients

4 portions
700 g de filet d'agneau, coupé en morceaux
2 oignons, hachés
1 piment rouge
2 gousses d'ail écrasées
1 branche de romarin
275 ml de vin blanc,
400 g de tomates hachées en boîte
45 ml d'olives noires en tranches
100 g de pâtes linguine découpées en petits morceaux
150 g de feta en cubes
15 g de menthe fraîche hachée

Durée et réglage

–
Plat : Cocotte de 3 litres avec couvercle

Durée et réglage

Environ 60 minutes
Micro-ondes 600W/440W

Préparation

1. Déposez l'agneau et l'oignon dans un plat à gratin et recouvrez. Placez sur le socle du four et cuisez à **600 W** pendant 10 minutes.
2. Fendez le piment sur toute sa longueur en laissant la partie supérieure intacte (retirez les graines) - cela ajoute de la saveur au ragoût sans trop brûler au goût. Incorporez le piment, l'ail, le romarin, le vin et les tomates à l'agneau, et refermez avec le couvercle. Faites cuire à **440 W** pendant 40 minutes en mélangeant à mi-cuisson.
3. Incorporez les olives noires et les linguines et poursuivez la cuisson à **440 W** pendant 10 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que les linguines soient cuites.
4. Retirez le piment et le romarin et jetez-les. Ajoutez la feta et la menthe hachée avant de servir.



Poulet à la normande

Ingrédients

4-5 portions
800 g de filets de poulet
2 échalotes
40 g de beurre
1 verre de vin blanc ou de cidre
Sel et poivre
4 grosses pommes
4 cuillères à soupe de double crème
Epaississant pour sauce
2 cuillères à soupe de Calvados

Accessoires

–
Plat : 1 plat en Pyrex® (25 cm de diamètre)

Durée et réglage

Environ 21-24 minutes
Micro-ondes 1000 W

Préparation

1. Découpez les filets de poulet en morceaux. Faites suer dans le plat les échalotes hachées dans le beurre, à couvert, pendant 2 minutes à **1000 W.**
2. Ajoutez les morceaux de poulet, le vin blanc ou le cidre, le sel, le poivre et les pommes pelées, épépinées et coupées en cubes. Recouvrez et faites cuire à **1000 W** pendant 16-18 min, en mélangeant à mi-cuisson. Egouttez les morceaux de poulet et réservez-les une fois recouverts d'une feuille d'aluminium.
3. Ajoutez la crème et l'épaississant pour sauce avec le Calvados dans le plat, et laissez cuire à découvert 3-4 minutes supplémentaires à **1000 W**. Assaisonnez et plongez les morceaux de poulet dans la sauce.

Lasagnes aux épinards et à la ricotta

Ingrédients

4-6 portions
2 oignons, hachés
2 gousses d'ail écrasées
30 ml d'huile
2 poivrons rouges épépinés, hachés
400 g de tomates en conserve
15 ml de purée de tomates
Sel et poivre
450 g d'épinards
450 g de fromage ricotta frais
6 feuilles de lasagnes
300 ml de yaourt nature
Fromage parmesan

Accessoires

–

Plat : 2 grands bols, grand plat creux.

Durée et réglage

Environ 24-35 minutes
Eco Combi 3
Micro-ondes 1000W
Gril 3

Préparation

1. Mettez un des oignons et une des gousses d'ail dans un bol avec 1 cuillère à soupe d'huile, recouvrez et faites cuire pendant 2 à 3 minutes à **1000 W** ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
2. Ajoutez les poivrons rouges, les tomates et la purée de tomates, assaisonnez et cuisez à **1000 W** pendant 5-6 minutes.
3. Dans un autre bol, mettez le deuxième oignon et la gousse d'ail avec 1 cuillère à soupe d'huile. Cuisez à **1000 W** pendant 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
4. Incorporez les épinards et mélangez bien. Cuisez à **1000 W** pendant 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient cuits. Égouttez.
5. Placez une couche d'épinards dans le plat creux. Recouvrez de ricotta, puis de lasagnes, de sauce tomate et d'une nouvelle couche de pâtes. Versez du yaourt sur le dessus et saupoudrez de parmesan. Posez le plat sur la sole du four et faites cuire sur **Eco Combi 3** pendant 10 à 15 minutes, puis sur **Gril 3** pendant 3 à 5 minutes, ou jusqu'à ce que le plat soit doré et bien chaud.



Courgettes farcies

Ingrédients

4 portions
2 courgettes, coupées en deux dans le sens de la longueur
2 cuillères à café d'huile d'olive vierge extra
Pour la farce :
30 g de chapelure blanche séchée
20 g de pignons de pin
3 oignons nouveaux, parés et finement émincés
1 gousse d'ail écrasée
1 cuillère à café de feuilles de thym séchées
20 g de parmesan, finement râpé

Accessoires

Plaque en émail

Durée et réglage

Environ 25-32 minutes
Four 200 °C

Préparation

1. Préchauffez le **four** à 200 °C. Disposez les courgettes en une seule épaisseur sur la plaque en émail, les unes contre les autres, côté coupé vers le haut. Badigeonnez-les légèrement d'huile d'olive. Placez la plaque en position basse et faites-le cuire pendant 15 à 17 minutes.
2. Pour la farce, mélangez tous les ingrédients dans un bol. Répartissez le mélange sur le dessus des courgettes et arrosez avec le reste de l'huile d'olive. Remettez au four et laissez cuire pendant 10 à 15 minutes au **four** à 200 °C.





Curry de poisson à la noix de coco

Ingrédients

4 - 5 portions
1 oignon
1 poivron rouge
200 ml de lait de coco
1 tomate
1 cuillère à soupe de pâte de curry
Le jus de ½ citron
600 g de colin ou de lieu noir
sel et poivre

Accessoires

–
Plat : 1 plat en Pyrex® (22 cm de diamètre)

Durée et réglage

Environ 26-28 minutes
Micro-ondes 1000 W

Préparation

1. Faites suer l'oignon haché avec le poivron coupé en cubes dans le plat, à couvert, pendant 4-5 minutes à **1000 W**.
2. Ajoutez le lait de coco, la tomate pelée et coupée en morceaux, la pâte de curry et le jus de citron ; faites cuire à **1000 W** pendant 3 minutes.
3. Avant d'ajouter le poisson, le couper en cubes. Recouvrez et cuisez à **1000 W** pendant 6-7 minutes, en mélangeant à mi-cuisson.
4. Assaisonnez selon le goût avant de servir.
5. Si vous utilisez 4 filets de poisson surgelés, faites-les cuire environ 13 minutes. sur **1000 W**, en les retournant à mi-cuisson.



Cuisson de fruits de mer

Ingrédients

4 portions
500 g de fruits de mer mixtes surgelés
3 échalotes
1 carotte
150 g de champignons
30 g de beurre
3 cuillères à soupe de farine
250 ml de lait
1 cuillère à soupe de vin blanc fruité
1 cuillère à soupe d'aneth haché
Sel et poivre
30 g d'emmental râpé

Accessoires

Grille métallique
Plat : 1 bol + 1 petit plat creux (24 cm de diamètre)

Durée et réglage

Environ 30-33 minutes
Micro-ondes 600W/1000W
Eco Combi 3
Gril 3

Préparation

1. Faites cuire les fruits de mer pendant environ 10 minutes à **600 W**, en remuant plusieurs fois. Égouttez-les et conservez le liquide en y ajoutant 250 ml de lait.
2. Hachez les échalotes, la carotte et les champignons et faites cuire ce mélange dans un bol, à couvert, avec 30 g de beurre pendant 4-5 minutes à **1000 W**.
3. Incorporez 3 cuillères à soupe de farine, mélangez et laissez cuire à nouveau pendant 1 minute à **1000 W**, puis ajoutez le lait et le jus des fruits de mer. Faites cuire cette sauce pendant 5-6 minutes à **1000 W**, en mélangeant à mi-cuisson (si la sauce n'est pas assez épaisse, vous pouvez ajouter un peu d'épaississant pour sauce mélangé à du vin blanc).
4. Ajoutez 1 cuillère à soupe de vin et l'aneth, vérifiez l'assaisonnement une fois les fruits de mer ajoutés. Versez dans le plat de cuisson. Saupoudrez de fromage râpé, déposez le plat sur une grille et laissez cuire 6 minutes sur **Eco Combi 3** puis 4-5 minutes sur **Gril 3**.

Tarte aux pommes

Ingrédients

8-10 portions
1 rouleau de pâte brisée sucrée
250 g de compote de pommes
2 à 3 pommes
Confiture d'abricots

Accessoires

Plaque en émail
Plat : plat à tarte (Ø 28 cm)

Durée et réglage

Environ 31 minutes
Four 200 °C
Micro-ondes 1000 W

Préparation

1. Tapissez le fond du moule à tarte avec la pâte. Préchauffez le **four** à 200 °C en déposant la plaque en émail sur la position basse. Versez la compote de pommes dans le plat, puis posez les pommes pelées, épépinées et découpées en fines tranches en réalisant une forme de rosette.
2. Mettez la plaque en émail en position basse et laissez cuire pendant environ 30 minutes au **four** à 200 °C. Retirez le plat et laissez-le refroidir sur une grille.
3. Mélangez 3 cuillères de confiture d'abricot et une cuillère d'eau dans un bol et faites cuire à **1000 W** pendant 1 minute et badigeonnez les pommes avec.





Petits gâteaux

Ingrédients

Pour 9 petits gâteaux
100 g de beurre
100 g de sucre
2 œufs battus
100 g de farine prête à l'emploi

Accessoires

Plaque en émail
Plat : 1 plaque à pâtisserie de 24 cm x 24 cm comportant chacune 9 trous + 9 moules individuels en papier

Durée et réglage

Environ 30-40 minutes
Four 170 °C

Préparation

1. Préchauffez le **four** à 170 °C en plaçant la plaque en émail sur la position basse.
2. Battez le beurre, à température ambiante, et le sucre jusqu'à obtenir d'une consistance mousseuse. Ajoutez les œufs un par un, en mélangeant bien après chaque œuf. Incorporez la farine. Remplissez les moules en papier aux deux tiers avec le mélange. Faites cuire au **four** à 170°c pendant 30 à 40 minutes.

Caractéristiques

Fabricant		Panasonic
Modèle		**NN-DF38PB/NN-DF37PW**
Alimentation électrique		230 V ~ / 50 Hz
Fréquence de fonctionnement		2450 MHz
Puissance d'entrée	**Maximum**	1680 W
	Micro-ondes	920 W
	Gril	930 W
	Four	1380 W
Puissance de sortie	**Micro-ondes**	1000 W (IEC-60705)
	Gril	900 W
	Four	1350 W
Dimensions extérieures (L x P x H)		483 mm x 412 (456*) mm x 313 mm
Dimensions intérieures (L x P x H)		315 mm x 350 mm x 220 mm
Poids non calibré (approx.)		12,2 kg
Bruit		60 dB

Le poids et les dimensions indiqués sont approximatifs.

* 456 mm est la dimension avec la poignée.
  412 mm est la dimension sans poignée.

Ce produit est un équipement qui répond à la norme européenne pour les perturbations CEM (CEM = Compatibilité électromagnétique) EN 55011. Selon cette norme, ce produit est un équipement du groupe 2, classe B et se situe dans les limites requises. Le groupe 2 signifie que de l'énergie par radiofréquence est intentionnellement générée sous forme de rayonnement électromagnétique dans le but de réchauffer ou de cuire des aliments. La classe B signifie que ce produit peut être utilisé dans des lieux domestiques classiques.

Fabriqué par :
Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, Chine
Importé par :
Panasonic Marketing Europe GmbH
REP. EU :
Panasonic Testing Centre Winsbergring 15, 22525 Hambourg, Allemagne


Coconut Fish
Curry


Stuffed
Courgettes

Scan the QR code for more recipes.

Scannen Sie den QR-Code für weitere Rezepte.

Scan de QR-code voor meer recepten.

Scannez le code QR pour obtenir plus de recettes.

Scansiona il codice QR per altre ricette.

Escanee el código QR para obtener más recetas .

https://www.panasonic.com/nn-df38p-df37p/



Panasonic Corporation
http://www.panasonic.com

© Panasonic Corporation 2023

F0003CX30EP
PA1123-0
Printed in P.R.C.