

MC2660E

Mikrobølgeovn
Mikroaaltouuni
Mikrobølgeovn
Mikrovågsugn
Horno Microondas
Forno a Micro-ondas

| | |
|-------------------------|------|
| Bruksanvisning | (N) |
| Käyttöohje | (SF) |
| Bruksanvisning | (DK) |
| Bruksanvisning | (S) |
| Instrucciones de Manejo | (E) |
| Livro de instruções | (P) |



PERFEKT IN FORM UND FUNKTION

AEG

Estimado cliente,

Le agradecemos la compra de un horno microondas AEG y la confianza que ha depositado en la marca AEG.

Antes de utilizar por primera vez su horno microondas AEG, sírvase leer atentamente el libro de instrucciones. Esto le permitirá sacar partido a todas las funciones que ofrece el aparato. Asimismo, evitará que se produzcan dificultades durante el funcionamiento y reducirá al mínimo las llamadas de servicio innecesarias.



La información importante relativa a su seguridad o al funcionamiento del aparato viene indicada con este símbolo y/o la mención de palabras tales como «**Advertencia**» o «**Cuidado**». Cerciórese de seguir las instrucciones atentamente.



A lo largo del manual, este símbolo le guía paso a paso para manejar el aparato.



Este símbolo indica información adicional sobre la utilización del aparato.



El trébol señala recomendaciones y sugerencias para lograr una utilización del aparato que respete el medio ambiente.

Si se produjeran averías, siga las instrucciones que se proporcionan en el apartado «¿Qué hacer si...»

Índice

| | |
|---|-----------|
| Medidas importantes de seguridad | 174 - 176 |
| Horno y accesorios | 177 |
| Panel de mandos | 178 |
| Antes de la puesta en funcionamiento | 179 |
| Puesta en hora del reloj | 179 |
| Que son las microondas? | 180 |
| La vajilla apropiada | 180 - 181 |
| Sugerencias técnicas | 182 - 186 |
| Nivel de potencia del microondas | 187 |
| Cocción con microondas | 188 |
| Otras funciones cómodas | 189 - 190 |
| Funciones de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática | 191 - 192 |
| Cuadros de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática | 193 - 196 |
| Recetas para Cocción automática | 196 - 197 |
| Tablas de cocción | 198 - 200 |
| Recetas | 200 - 211 |
| Cuidado y limpieza | 212 |
| ¿Qué hacer si... | 212 |
| Certificado de garantía | 213 |
| Certificado de Compra | 214 |
| Conservar durante toda la vigencia de la garantía la factura de compra | 215 |
| Especificaciones | 216 |
| Información importante | 216 |
| Instalación | 217 - 218 |



Medidas importantes de seguridad

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES: LÉALAS ATENTAMENTE Y CONSÉRVELAS PARA CONSULTAS FUTURAS.

Para evitar incendios

Los hornos de microondas no deben dejarse funcionando sin que haya alguien controlando su cocción. Los niveles de potencia que sean demasiado altos o los tiempos de cocción demasiado largos pueden calentar excesivamente los alimentos y originar incendios.

La toma de corriente eléctrica debe estar fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse sin dificultades en caso de emergencia.

El suministro de C.A. debe ser de 230 V, 50 Hz, con un fusible en la línea de distribución de 10 A como mínimo, o un interruptor en el circuito de distribución de 10 A como mínimo.

Se recomienda utilizar un solo circuito separado para alimentar a este aparato.

No guarde ni use el horno en exteriores.

Si ve que sale humo de la comida que se está calentando en el horno, NO ABRA LA PUERTA. Apague y desenchufe el horno y espere hasta que deje de salir humo. Si abre la puerta mientras sale humo de la comida podría causar un incendio.

Utilice sólo recipientes, envases y utensilios adecuados para cocinar con microondas. Vedere página 180-181.

No deje el horno funcionando sin que haya alguien controlando su cocción cuando emplee envases desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles para calentar o cocinar la comida.

Limpie la tapa de la guía de ondas, la cavidad del horno, el plato giratorio y el soporte del rodillo después de utilizarlos. Quíteles siempre la grasa dado que ésta podría sobrecalentarse la próxima vez que use el horno y empezar a echar humo o prenderse fuego.

No coloque materiales inflamables cerca del horno o de los orificios de ventilación. No bloquee la entrada de los orificios de ventilación.

Quite todos los precintos metálicos, envolturas de alambre, etc. que tenga la comida dado que podrían formarse arcos o chispas eléctricas en las superficies metálicas y ocasionar incendios.

No utilice el horno de microondas para freír con aceite o para calentar aceite con el que va a freír después. No se puede controlar la temperatura y podría prenderse fuego.

Para hacer palomitas de maíz (popcorn) utilice sólo un horno de microondas especial para ello.

No guarde comida ni ningún otro alimento dentro del horno. Compruebe las posiciones programadas después de poner el horno en funcionamiento para asegurarse de que su operación va a ser la correcta.

Utilice este manual de instrucciones.

Para evitar estropear el horno.

ADVERTENCIA:

No haga funcionar el horno si está estropeado o funciona mal. Compruebe los puntos siguientes antes de utilizarlo:

- La puerta; asegúrese de que la puerta cierra bien y compruebe que no está ni deformada ni combada.
- Las bisagras y pestillos de seguridad de la puerta; compruebe que no están ni rotos ni flojos.
- Los sellos de la puerta y las superficies de sellado; asegúrese de que no han sufrido daños y están en perfectas condiciones.
- Dentro del horno o en la puerta; asegúrese de que no hay abolladuras.
- El cable y el enchufe de alimentación de la corriente; asegúrese de que no están estropeados.

En ningún caso ajuste, repare ni modifique el horno personalmente. Hacerlo es peligroso para cualquier persona que carezca de los conocimientos necesarios para llevar a cabo tareas de servicio o reparación que requieran la extracción de una cubierta que impida la exposición a la energía de microondas.

No ponga el horno a funcionar con la puerta abierta ni altere de ninguna forma los pestillos (cierres) de la puerta de seguridad.

No haga funcionar el horno si hay algún objeto atrapado entre los sellos de la puerta y las superficies de sellado.

No permita que se acumule grasa o suciedad en las juntas herméticas de la puerta ni en las superficies de alrededor. Siga las instrucciones de "Cuidado y limpieza", en la página 212. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Las personas que llevan un MARCAPASOS deben comprobar con su médico o el fabricante del marcapasos las precauciones que deben tomar con respecto a los hornos de microondas.



Medidas importantes de seguridad

Para evitar sacudidas eléctricas

Bajo ningún concepto se deberá desmontar la caja exterior.

No derrame nada ni introduzca ningún objeto en los orificios de los cierres de la puerta o en los orificios de ventilación. En caso de que cayera algo, apague el horno, desenchúfelo inmediatamente y llame al técnico de servicio AEG autorizado.

No sumerja en agua ni en ningún otro líquido el cable de alimentación ni el enchufe.

No deje que el cable de alimentación cuelgue del borde de la mesa o de la superficie en la que esté situado el horno.

No permita que el cable de corriente entre en contacto con superficies calientes o afiladas, como por ejemplo el aire caliente de la parte superior trasera del microondas. No procure substituir la lámpara usted mismo del horno o permitir a cualquier persona que no sea autorizada por AEG a hacer tan.

Si la lámpara se estropea, consúltelo con su distribuidor o con un técnico de servicio AEG autorizado.

Si se estropea el cable de alimentación de este aparato, deberá cambiarlo por un cable especial. El cambio debe efectuarlo un técnico de servicio AEG autorizado.

Para evitar el riesgo de explosión y ebullición repentina:

ADVERTENCIA: No caliente líquidos ni otros alimentos en recipientes cerrados ya que podrían explotar.

No use nunca recipientes o envases sellados. Quite los cierres y tapas antes de utilizarlos. Los recipientes sellados pueden explotar al acumularse la presión incluso después de haber apagado el horno.

Tenga cuidado cuando caliente líquidos en el horno de microondas. Utilice un recipiente de boca ancha para que puedan escapar las burbujas.

El calentamiento de bebidas en el microondas puede dar lugar a un retraso en la ebullición, por lo tanto el cuidado tiene que ser tomado al manejar el envase.

Para evitar la salida repentina de líquido hirviendo y las posibles quemaduras:

1. Agite el líquido antes de calentarlo/recalentarlo.
2. Es aconsejable introducir una varilla de vidrio o utensilio similar en el líquido mientras caliente.
3. Deje el líquido en reposo al final del tiempo de cocción para evitar que hierva y salpique después.

No cocine huevos con la cáscara ni caliente huevos cocidos duros enteros en hornos microondas ya que podrían explotar incluso después de haber terminado de calentarlos el microondas. Para cocinar o volver a calentar huevos que no estén mezclados o revueltos, pinche las yemas y las claras para que no exploten. Corte también los huevos duros con cáscara antes de calentarlos en el horno de microondas.

Agujeree la piel o cáscara de alimentos como las patatas, salchichas y fruta antes de cocinarlos porque si no podrían explotar.

Para evitar quemaduras

No toque o mueva nunca el grill inferior mientras está caliente. Utilice agarradores o manoplas especiales para horno al sacar la comida para evitar quemarse.

Abra siempre los recipientes, paquetes de palomitas de maíz, bolsas para cocinar en horno, etc., lejos de la cara y manos para evitar quemarse con el vapor.

Para evitar quemaduras, compruebe siempre la temperatura de los alimentos y remuévalos antes de servirlos, prestando especial atención a la temperatura de comidas y bebidas para bebés, niños o ancianos.

La temperatura del recipiente no es una buena indicación de la temperatura de la comida o bebida; compruebe siempre la temperatura de la comida.

Conviene siempre apartarse de la puerta del horno al abrirlo para evitar quemarse al salir el vapor y el calor.

Los alimentos rellenos cocidos al horno deben cortarse en rodajas después de calentarlos para que salga el vapor y evitar quemaduras.

Para evitar que los niños lo utilicen de forma inadecuada

ADVERTENCIA: Sólo se debe permitir a los niños utilizar el horno sin supervisión alguna cuando se les haya dado instrucciones adecuadas para que puedan usarlo de modo seguro y comprendan los peligros de un uso incorrecto.

Los niños pueden utilizar los hornos de microondas sólo cuando estén bajo supervisión de las personas mayores.

No apoyarse ni agarrarse de la puerta del horno. No juegue con el horno ni lo utilice como un juguete.

A los niños se les debe enseñar todas las medidas de seguridad importantes tales como la utilización de guantes o manoplas para no quemarse, retirar con cuidado las envolturas de las comidas y tener un cuidado especial con los alimentos (por ej., los envueltos en materiales autocalentables) diseñados para tostar la comida porque puede que estén demasiado calientes.



Medidas importantes de seguridad

Otras Notas

No intente nunca hacer ninguna modificación en el horno.

Este horno es para preparar solamente comidas en el hogar y debe utilizarse sólo para cocinar alimentos. No es adecuado para utilizarlo con fines comerciales o de laboratorio.

Para prevenir averías en el horno y para no estropearlo, tenga en cuenta lo siguiente:

No haga funcionar el horno cuando esté vacío.

Si utiliza algún plato para dorar o materiales autocalentables, coloque siempre debajo un aislador termorresistente como, por ejemplo, un plato de porcelana para evitar que se estropee el plato giratorio y el soporte del rodillo debido al esfuerzo calorífico. No debe sobrepasar el tiempo de precalentamiento especificado en las instrucciones del plato.

No utilice utensilios de metal que reflejan las microondas y pueden ocasionar arcos o chispas eléctricas. No ponga nunca latas en el horno.

Utilice sólo el plato giratorio y el soporte del rodillo diseñados para este horno. No hacer funcionar el horno sin el plato giratorio.

Para evitar que se rompa el plato giratorio:

(a) Antes de limpiar el plato giratorio con agua, déjelo enfriar.

(b) No ponga comidas ni utensilios calientes sobre un plato giratorio frío.

(c) No ponga comidas ni utensilios fríos sobre un plato giratorio caliente.

No coloque nada en las partes exteriores del horno mientras está funcionando.

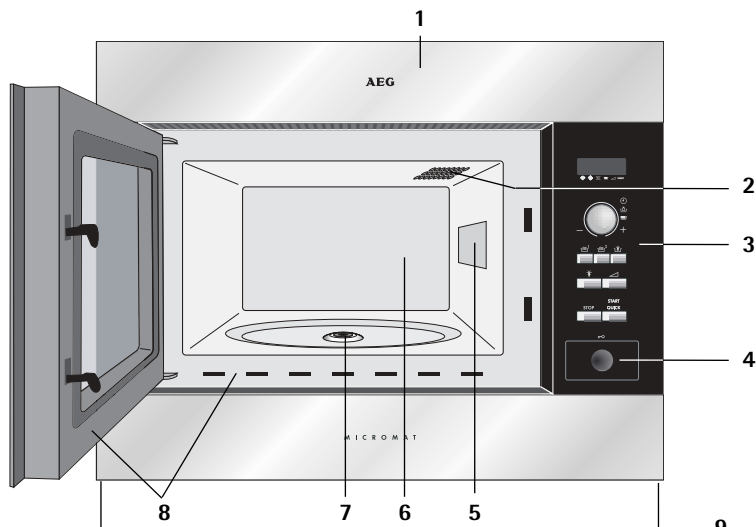
NOTAS:

Si no está seguro de cómo conectar el horno, sírvase consultar a un electricista cualificado.

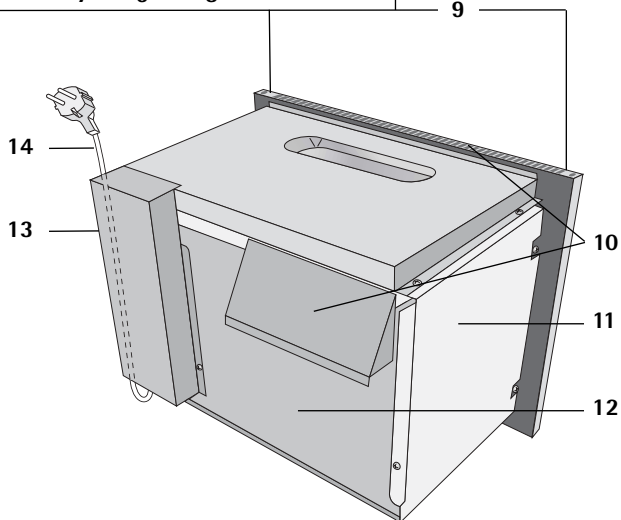
Ni el fabricante ni el proveedor aceptan responsabilidad alguna por cualquier avería del horno o heridas personales sufridas por dejar de observar el procedimiento correcto de conexión eléctrica.

Puede que se forme vapor o gotas de agua algunas veces en las paredes del horno o cerca de los sellos de las puertas y de las superficies de sellado. Esto es bastante normal y no indica que haya ninguna fuga de microondas ni ninguna avería.

Horno y accesorios



1. Marco delantero
2. Lámpara del horno
3. Panel de mandos
4. Pulsador apertura de la puerta
5. Tapa de guía de las ondas
6. Cavity del horno
7. Soporte giraplatos
8. Cierre de la puerta y superficie de cierre
9. Frontal y puntos de fijación (4 puntos)



ACCESORIOS:

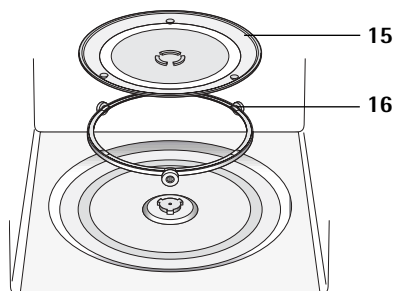
Compruebe que están presentes los siguientes accesorios:

- (15) El plato giratorio (16) El soporte de rodillos

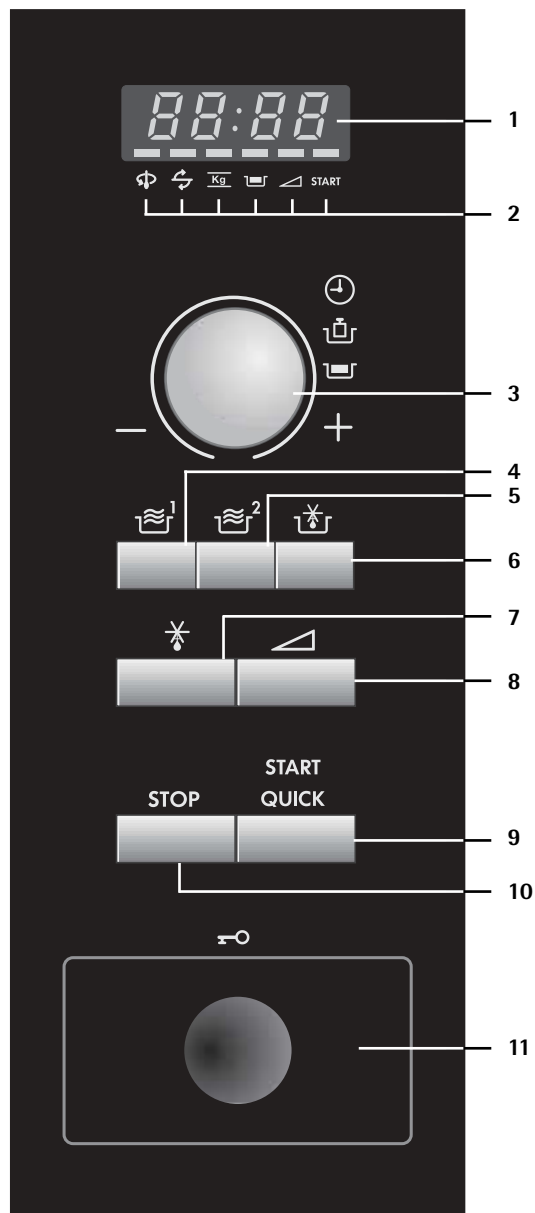
(17) 4 tornillos de fijación (no mostrado)

- Coloque el soporte de rodillos en la guarnición en el fondo del interior.
- Ponga seguidamente el plato giratorio en el soporte de rodillos.
- Para evitar daños al plato giratorio, al sacar del horno platos o recipientes conviene levantarlos apartándolos del borde del plato giratorio.

NOTA: Cuando encargue accesorios al comercio o técnico de servicio AEG autorizado, sírvase mencionar dos cosas del nombre de la pieza y la denominación del modelo.



Panel de mandos



1 Visualizador digital

2 Indicadores

El indicador apropiado parpadeará o se encenderá inmediatamente encima de cada símbolo de conformidad con la instrucción. Cuando un indicador parpadea, pulse la tecla apropiada (que tenga el mismo símbolo) o haga la operación necesaria.

- Remove
- Dar vuelta
- Peso
- Porción
- Nivel de potencia del microondas
- Indicador de cocción en curso

3 Mando TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN

4 Tecta COCCIÓN AUTOMÁTICA 1

Pulsar para seleccionar uno de los 2 programas automáticos.

5 Tecta COCCIÓN AUTOMÁTICA 2

Pulsar para seleccionar uno de los 2 programas automáticos.

6 Tecta COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS

Pulsar para seleccionar uno de los 3 programas automáticos.

7 Tecta DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

Pulsar para seleccionar uno de los 5 programas automáticos.

8 Tecta NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS

9 Tecta START/QUICK

10 Tecta PARADA STOP

11 Pulsador APERTURA DE PUERTA

Antes de la puesta en funcionamiento

Enchufe el horno a la toma de corriente.

1. En el visualizador del horno empezará a parpadear:



2. Pulse la tecla de **PARADA (STOP)**, aparecerá en el visualizador.



Utilización de la tecla de PARADA (STOP).

Utilice la tecla de **PARADA (STOP)** para:

1. Borrar los errores que haya cometido durante la programación.
2. Parar el horno temporalmente durante la cocción.
3. Cancelar un programa durante la cocción, pulsándola dos veces.

Ponga en hora el reloj tal como se describe a continuación.

Puesta en hora del reloj

Hay dos modalidades: reloj de 12 horas y reloj de 24 horas.

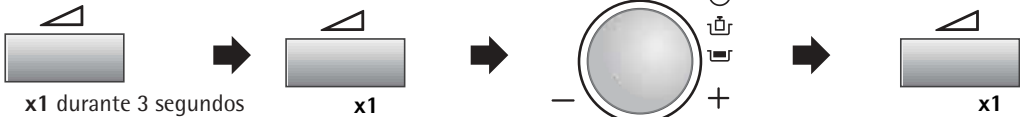
1. Para poner en hora el reloj de 12 horas hay que sostener oprimida la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** durante 3 segundos. **12 H** aparecerá en el visualizador.
2. Para poner en hora el reloj de 24 horas hay que pulsar la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** una vez más después de lo indicado en la operación 1, en el ejemplo que sigue aparecerá **24 H** en el visualizador.



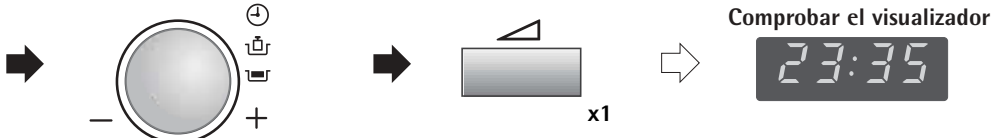
x1 durante 3 segundos

Ejemplo: Poner el reloj de 24 horas a las 23:35

1. Elegir la función del reloj. (reloj de 12 horas).
2. Poner la hora. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** hasta que se vea la hora correcta (23).
3. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a cambiar de horas a minutos.



4. Poner los minutos. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** hasta que se vea la minutos correcta (35).
5. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a marcha el reloj.



NOTA:

1. El botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** puede girarse en sentido horario o antihorario.
2. Si se comete una equivocación durante la programación basta con pulsar la tecla de **STOP**.
3. Si se interrumpe la alimentación de energía eléctrica al horno de microondas, el visualizador indicará intermitentemente **88:88** después de restablecerse la corriente. Si ocurre esto mientras está usándose el horno se borrará el programa. También desaparece la hora del día.
4. Cuando haya que poner nuevamente en hora el reloj hay que seguir otra vez el ejemplo antes mencionado.

i Que son las microondas?

Las microondas son - igual que las ondas de radio y televisión - ondas electromagnéticas.

En el horno de microondas, el magnetrón genera microondas haciendo que las moléculas del agua oscilen dentro de producto alimenticio. La fricción producida genera calor que, a su vez, hace que las comidas se descongelen, calienten o cuezan.

El secreto de los cortos tiempos de cocción reside en que las microondas penetran directamente y de todos los lados en la comida a cocer. La energía se aprovecha óptimamente. En comparación con lo expuesto, al cocinar en el horno eléctrico, la energía sólo llega indirectamente al producto alimenticio pasando primero por la hornalla y después por el fondo de la olla. En este trayecto se pierde mucha energía.

Producto ALIMENTICIO - Las microondas se absorben.
METAL - Las microondas son reflejadas

Las propiedades de las microondas

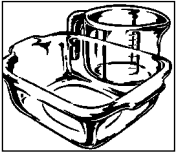
Las microondas penetran todos objetos no metálicos fabricadas en materiales de vidrio, porcelana, cerámica, plástico, madera y papel. Este es el motivo por el que dichos materiales no se calientan a pesar de estar expuestos a las microondas. Los recipientes sólo se calientan de forma indirecta a través de la comida. Las comidas absorben microondas y por ello se calientan. Las microondas no penetran materiales metálicos sino que reflejan. Por eso normalmente no son apropiados los objetos metálicos para la acción de las microondas. Hay excepciones, sin embargo, y Vd. puede sacar partido precisamente de dichas propiedades. Durante la descongelación o cocción, determinadas superficies de las comidas se cubren con lámina de aluminio por lo que se evitan partes calientes, muy calientes o incluso cocidas en demasía si se trata de trozos desiguales. Sírvase observar al respecto las demás recomendaciones mencionadas.

Vidrio, porcelana, cerámica plástico, papel, etc. - Las microondas penetran.

i La vajilla apropiada

Vidrio y cerámica de vidrio

La vajilla de vidrio resistente a altas temperaturas es muy apropiada porque el proceso de cocción se puede observar desde todos los lados. Pero la vajilla no debe tener ni contenidos metálicos (por ej. no debe ser de cristal de plomo) ni chapeado metálico (por ej. borde chapeado de oro, azul cobalto).



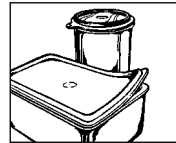
Cerámica

Es apropiada por lo general. Pero la cerámica tiene que ser esmaltada porque, si fuera cerámica no esmaltada, podría penetrar humedad en el horno. La humedad calienta el material y puede provocar que reviente. Al no estar seguro si su vajilla es apropiada o no para el microondas, realice el ensayo de aptitud de vajilla.

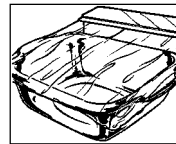
Porcelana

Muestra una muy buena aptitud. Preste atención a que la porcelana no tenga aplicaciones de oro o plata ni contenga metal.

Vajilla de plástico o papel



La vajilla de plástico resistente a altas temperaturas y apropiada para microondas se puede usar para descongelar, calentar y cocer. Observe Vd. las indicaciones del fabricante.



También es apta la vajilla de papel resistente a altas temperaturas y apropiada para microondas. Observe Vd. las indicaciones del fabricante.

Papel de cocina

Se puede emplear para que absorba la humedad que se produce en cortos procesos de calentamiento, por ej. de pan o panecillos. Intercalar el papel entre el alimento y el plato giratorio. Así, la superficie del alimento se conserva bien tostada y seca. Al cubrir los alimentos grasos se evitan las salpicaduras.

i La vajilla apropiada

Láminas para microondas

o láminas resistentes a altas temperaturas sirven muy bien para cubrir o envolver alimentos. Sírvase observar las indicaciones del fabricante.

Bolsas para asados

Pueden ser utilizadas en el horno de microondas. Las grapas metálicas, en cambio, no son apropiadas para cerrarlas porque la lámina de la bolsa de cocer puede fundirse. Para cerrar utilice un hilo y pinche la bolsa varias veces con un tenedor.

No se recomienda el uso de láminas no resistentes al calor en los hornos microondas.

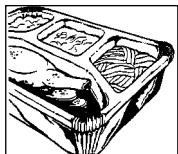
Recipiente para dorar

Es un recipiente especial de asar por microondas que consiste en cerámica de vidrio con una aleación metálica en el fondo con la cual se puede dorar la comida. Al usar tal vajilla para dorar hay que intercalar un aislante apropiado, por ej. un plato de porcelana, entre el plato giratorio y la bandeja de dorar. Respete Vd. minuciosamente el tiempo de calentamiento de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

Al sobrepasar dicho tiempo se pueden producir daños en el plato giratorio y en el soporte del mismo o se puede activar el fusible protector del horno, quedando éste desconectado.

Metal

No se debe usar, normalmente, porque las microondas no penetran los metales y, consecuentemente, no



llegan a tener contacto con las comidas. Pero existen excepciones: se pueden usar estrechas tiras de papel de aluminio para cubrir ciertas zonas para que éstas no sean descongeladas o cocidas demasiado rápidamente (por ej. las alas de un pollo).

Se pueden usar pequeñas brochetas metálicas y bandejas de aluminio (por ej. para preparar platos precocinados). Dichos utensilios, sin embargo, deben ser de tamaño reducido en relación con la comida, por



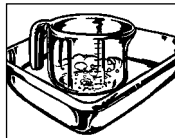
ej. las bandejas de aluminio se deben llenar como mínimo entre $\frac{2}{3}$ y $\frac{3}{4}$ de su volumen.

Es recomendable transvasar la comida a vajilla apta para la cocción por microondas.

Al usar bandejas de aluminio u otra vajilla metálica hay que mantener una distancia mínima de unos 2 cm entre éstas y las paredes de la cámara de cocción porque, en caso contrario, éstas últimas podrían sufrir posibles daños producidos por la formación de chispas. Nunca se debe usar vajilla con revestimiento metálico o dotada de piezas o accesorios metálicos, como por ej. tornillos, cintas o asas y mangos de metal.

ENSAYO DE APTITUD DE VAJILLA

Si Vd. no está seguro si su vajilla es apropiada para la cocción por microondas, realice el siguiente ensayo: Ponga el recipiente en el horno y al lado o encima del mismo un recipiente de vidrio con 150 ml de agua. Opere el horno durante 1 ó 2 minutos, a máxima potencia. Si la vajilla queda fría o tibia, entonces es apta. No lleve a cabo este ensayo con vajilla de plástico porque podría fundirse.



i Sugerencias y técnicas

Antes de que empiece Vd. ...

Para facilitar el manejo del horno de microondas lo máximo posible hemos confeccionado para Vd. la siguiente lista de las indicaciones y sugerencias más importantes: Sólo conecte el horno después de haber puesto alimentos en la cámara de cocción.

Ajuste de los tiempos

En general, los tiempos de descongelación, calentamiento y cocción son considerablemente más cortos que los de la hornalla convencional o del horno común. Por lo tanto respete los tiempos recomendados en este libro; ajuste más bien tiempos cortos que prolongados. Terminada la cocción haga la prueba si el alimento está cocido. Es preferible volver a cocerlo un poco más que cocerlo en demasía.

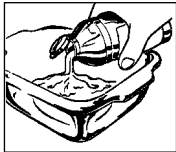
Temperatura de partida

Los tiempos de descongelación, calentamiento y cocción dependen de la temperatura de partida del alimento. Los alimentos congelados o enfriados en el frigorífico requieren, por ejemplo, más tiempo que aquéllos que están a la temperatura ambiente. Para calentamiento y cocción de los alimentos se suponen las temperaturas normales de almacenamiento (temperatura de frigorífico de unos 5° C, temperatura ambiental de unos 20° C). Para la descongelación de alimentos se parte de una temperatura de congelación de 18° C.

Las **palomitas de maíz** sólo se deben preparar en recipientes especiales a tal fin y apropiados para la cocción por microondas. Respete minuciosamente las respectivas indicaciones del fabricante. No utilice



nunca recipientes normales de papel o vajilla de vidrio. No cueza **huevos** en su cáscara porque en la misma se forma presión que podría hacer reventar el huevo. Pinche la yema antes de cocinar.



No caliente ni **aceite** ni **grasa** para freír en el horno de microondas. La temperatura del aceite no se puede controlar y éste podría saltar de repente del recipiente.

Nunca caliente recipientes cerrados, como vasos o latas. La presión que se genera podría hacer reventar los recipientes. (Excepción: la preparación de conservas).

Tiempos de cocción

Todos los tiempos indicados en este libro se entienden como valores orientativos que pueden variar según la temperatura de partida, el peso y la naturaleza (contenido de agua, materia grasa, etc.) de los alimentos. (Ausnahme: Einkochen).

Sal, especias y hierbas

Las comidas cocidas en el horno por microondas conservan mejor su sabor propio que aquéllas preparadas de forma convencional. Por lo tanto, use poca sal o, como regla, sólo después de la cocción. La sal absorbe el líquido y deseca la superficie. Las especias y hierbas se pueden usar como de costumbre.

Prueba para comprobar la situación de cocción

La situación de cocción de los alimentos se puede probar igual que si se tratara de la preparación convencional:

- **Termómetro de alimentos:** Una vez terminado el proceso de calentamiento o cocción, respectivamente, cada alimento tiene una determinada temperatura interior. Mediante el termómetro Vd. puede comprobar si la comida está suficientemente caliente, o cocida.
- **Tenedor:** El pescado se puede comprobar con un tenedor. Si la carne del pescado ya no tiene aspecto vidrioso y se puede soltar fácilmente de las espinas, el pescado está cocido. Al cocerlo en demasía se pone estropajoso y seco.
- **Mondadientes:** Los pasteles y el pan se pueden comprobar pinchándolos con un mondadientes. Si éste está limpio y seco, después de sacarlo, la comida está cocida.

Determinación del tiempo de cocción con el termómetro de alimentos

Cada bebida y cada plato tiene una determinada temperatura interior (temperatura en el núcleo), una vez terminado el proceso de la cocción. Si dicho proceso de cocción se interrumpe en este punto el resultado será satisfactorio. Dicha temperatura se puede leer en un termómetro especial para comidas. La siguiente tabla de temperaturas informa sobre las temperaturas más importantes.

i Sugerencias técnicas

TABLA: Determinación del tiempo de cocción con el termómetro de alimentos

| Bebida/comida | Temperatura interior al final del tiempo de la cocción | Temperatura interior después de 10 a 15 minutos de tiempo de reposo |
|--|--|---|
| Calentar bebidas (café, té, agua, etc) | 65-75° C | |
| Calentar leche | 75-80° C | |
| Calentar sopas | 75-80° C | |
| Calentar guisados/estofados | 75-80° C | |
| Aves | 80-85° C | 85-90° C |
| Carne de cordero | | |
| asada ligeramente | 70° C | 70-75° C |
| bien asada | 75-80° C | 80-85° C |
| Roast beef | | |
| soasado | 50-55° C | 55-60° C |
| medio | 60-65° C | 65-70° C |
| bien asado | 75-80° C | 80-85° C |
| Carne de cerdo, ternera | 80-85° C | 80-85° C |

Adición de agua

Las verduras y otros alimentos con mucho contenido de agua se pueden cocinar en su propio jugo o agregando muy poca agua. Así se conservan muchas vitaminas y sustancias minerales en el alimento.

Alimentos en su piel o cáscara,

como salchichas, pollo, muslos de pollo, patatas con su piel, tomates, manzanas, yema de huevo o productos similares, se pinchan con tenedor o mondadiente, pues así puede salir el vapor que se forma sin que reviente la piel o cáscara.

Comidas grasas

Carnes entreveradas con grasa o capas de grasa se cuecen con mayor rapidez que las porciones magras. Por lo tanto conviene recubrir dichas porciones, durante la cocción, con papel de aluminio o colocar el lado grasoso hacia abajo.

Blanqueado de verduras

Las verduras se deben blanquear antes de proceder a su congelación para conservar mejor así su calidad y sustancias aromáticas.

Procedimiento:

Lave la verdura y córtela en trozos. Ponga 250 g de verdura con 275 ml de agua en una fuente para calentarla, tapada, 3 a 5 minutos. Terminado el blanqueado, sumerja la verdura en seguida en agua helada para evitar que siga la cocción; después déjela escurrir. Envase la verdura blanqueada en recipiente a prueba de aire y congélela.

Preparación de conservas de frutas y verduras

Las conservas se pueden preparar de manera rápida y sencilla usando el horno de microondas. El comercio tiene disponibles tarros especiales para conservas, anillos de goma y las apropiadas grapas de plástico, todo apto para la cocción por microondas. Los fabricantes dan instrucciones de uso exactas.

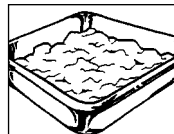


Pequeñas y grandes cantidades

Los tiempos de cocción de su horno de microondas están en función directa con la cantidad de alimentos que desea descongelar, calentar o cocer. Esto significa que las porciones pequeñas requieren menor tiempo de cocción que las grandes. Como regla empírica rige: DOBLE CANTIDAD = CASI EL DOBLE TIEMPO
MEDIA CANTIDAD = MITAD DEL TIEMPO

Recipientes altos y llanos

Ambos recipientes tienen el mismo volumen; el recipiente alto, sin embargo, exige mayor tiempo de cocción que el llano. Seleccione por lo tanto y a ser posible, recipientes llanos de gran superficie. Recipientes altos sólo se deben usar para preparar platos donde existe el peligro de que rebosen al hervir, p.ej. pastas, arroz, leche, etc.



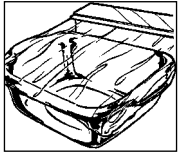
Recipientes redondos y ovalados

En los recipientes redondos y ovalados, los alimentos se cuecen con mayor uniformidad que en los rectangulares porque la energía de las microondas se concentra en las esquinas por lo que en estos puntos existe el peligro de cocción en demasía.

i Sugerencias técnicas

Tapar

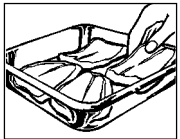
Al tapar el recipiente se preserva la humedad dentro del alimento con lo que se reduce el tiempo de cocción.



Para cubrir el alimento se puede usar tapa, lámina apta para microondas o cubierta. Los alimentos que se deseen crujientes no deberán taparse, p.ej. asado o pollo. Como regla empírica rige que

todo lo que se prepara cubierto en el horno convencional, también se debe cubrir en el horno de microondas; y todo lo que se cocina sin tapar en el horno convencional, también se debe cocinar sin tapar en el horno de microondas.

Alimentos irregulares



Se emplazan con el lado más grueso o más compacto hacia fuera. Verduras (p. ej. brécol) deben colocarse con el tallo hacia fuera. Los alimentos más gruesos necesitan mayor tiempo de cocción

y reciben mayor energía de microondas en el exterior, de forma que éstos se cuecen uniformemente.

Remove

Es preciso remover la comida porque, primero, las microondas calientan la parte exterior. Removiendo la comida, la temperatura se equilibra y el alimento se calienta uniformemente.

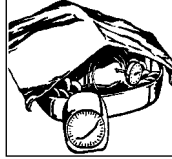


Disposición

Varias porciones individuales, p.ej. moldes de budín o flan, tazas o patatas con su monda, se disponen en forma anular sobre el plato giratorio. Deje suficiente espacio entre las distintas porciones para que la energía de las microondas pueda penetrar desde todos los lados.

Darle vuelta al alimento

A alimentos de tamaño medio, como hamburguesas y chuletas, se les debe dar una vuelta durante la cocción para abreviar el proceso de cocción. A grandes porciones, como asado y pollo, se les debe dar vuelta porque la parte superior recibe mayor cantidad de energía de microondas y, por lo tanto, podría desecarse si no se le da la vuelta.



Tiempo de reposo

Una de las reglas más importantes del horno de microondas es la de mantener el tiempo de reposo. Casi todos los alimentos que se descongelan, calientan o cuecen por microondas requieren un determinado tiempo de reposo durante el cual tiene lugar un equilibrio de temperaturas y durante el cual el líquido contenido dentro del alimento puede distribuirse uniformemente en el mismo.

Ingredientes para dorar

Transcurridos más de 15 minutos del tiempo de cocción, los alimentos adquieren aspecto dorado que, sin embargo, no se puede comparar con el dorado intenso y crujiente que adquieren al cocerlos de forma convencional. Para que reciban un color dorado apetitoso se pueden aplicar ingredientes para dorar. Estos suelen servir simultáneamente de especias. A continuación enumeramos algunas recomendaciones acerca de ingredientes para dorar y sus posibilidades de aplicación.

INGREDIENTES PARA DORAR

PLATO

PROCEDIMIENTO

| | | |
|---|---|--|
| Mantequilla derretida y pimentón en polvo | Aves | Untar las aves con la mezcla de mantequilla/pimentón |
| Pimentón en polvo | Platos al horno, tostadas de queso | Espolvorear con pimentón |
| Salsa de soja | Carnes y aves | Untar con la salsa |
| Salsa de barbacoa y Worcestershire, jugo de asado | Asados, albóndigas, asados pequeños | Untar con la salsa |
| Cuadrados de tocino derretidos o cebolla desecada | Platos al horno, platos tostados, sopas, guisados | Poner por encima trocitos de bacon o la cebolla desecada |
| Cacao, copos de chocolate, garapiña, miel y mermelada | Pasteles, tartas y postres | Espolvorear o garapiñar pasteles, tartas y postres |

Calentamiento

- Los platos preparados contenidos en recipientes de aluminio se deben sacar de los mismos para calentarlos en un plato o en una fuente.
- Las tapas se deben quitar de recipientes bien cerrados. Cubrir los alimentos con lámina apropiada para microondas, plato o cubierta (disponibles en el mercado) para que la superficie no se deseque. Las bebidas no necesitan taparse.
- Al cocer líquidos, como agua, café, té o leche, ponga una barrita de vidrio en el respectivo recipiente.
- Tratándose de mayores cantidades, removerlas en ciertos intervalos, a ser posible, para que la temperatura se distribuya uniformemente.
- Los tiempos indicados para los alimentos se refieren a una temperatura ambiental de 20° C. Para alimentos refrigerados, dichos tiempos se deben aumentar ligeramente.
- Después de calentar los alimentos, déjelos reposar durante 1 ó 2 minutos para que la temperatura se distribuya uniformemente dentro de los mismos (tiempo de reposo).
- Los tiempos indicados representan valores orientativos que pueden variar de acuerdo con su temperatura de partida, peso, contenido de agua, contenido de materia grasa y el estado final requerido.

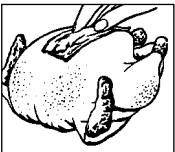
Descongelación

El horno de microondas es el dispositivo ideal para descongelar alimentos. Los tiempos de descongelación son mucho más cortos que en el caso de descongelar de manera convencional. He aquí algunos consejos. Saque el alimento congelado de su envase y póngalo en un plato para descongelarlo.

Envases y recipientes

Para descongelar y calentar alimentos son muy apropiados aquellos envases y recipientes aptos para microondas que a la vez son resistentes a bajas temperaturas (hasta unos - 40° C) y a altas temperaturas (hasta unos 220° C). Disponiendo de recipientes de estas características, puede utilizarlos para descongelar, calentar e incluso cocinar sin tener que cambiar de recipiente.

Tapar



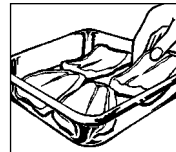
Las partes de menor espesor se deben cubrir con pequeñas tiras de papel aluminio antes de descongelarlas.

También deben cubrirse con aluminio las partes descongeladas o templadas.

Así se evita que las porciones más delgadas se calienten en exceso mientras que las porciones más gruesas siguen congeladas.

Ajuste correcto

Es preferible seleccionar una potencia demasiado baja que una excesivamente alta. Así va a obtener una descongelación uniforme. Con una potencia demasiado alta, la superficie del alimento comenzará a cocinarse mientras que el interior sigue congelado.



Dar vuelta/remover

A casi todos los alimentos se les debe dar una vuelta durante su preparación o precisan ser removidos.

Porciones adheridas unas a otras se deben separar cuanto antes y reorganizar.

Pequeñas cantidades

Pequeñas cantidades se descongelan con mayor uniformidad y celeridad que las grandes. Por lo tanto recomendamos congelar, a ser posible, pequeñas porciones. Así le va a ser fácil preparar rápida y sencillamente menús completos.

Alimentos delicados

Alimentos delicados, como tarta, nata, queso y pan, no se deben descongelar totalmente sino solamente un poco y dejar la descongelación completa a la temperatura ambiental. Procediendo de esta forma se evita que las zonas exteriores se calienten demasiado mientras que el interior todavía permanece congelado.

Tiempo de reposo

El tiempo de reposo después de la descongelación de alimentos adquiere importancia especial puesto que, durante este intervalo, sigue el proceso de la descongelación. En la tabla sobre la descongelación Vd. encontrará los tiempos de reposo para los distintos alimentos. Alimentos gruesos y compactos requieren tiempos de reposo más prolongados que los alimentos de reducido espesor o aquellos de estructura porosa. En el caso de que algún alimento no esté suficientemente descongelado, Vd. puede seguir descongelándolo en el horno de microondas o puede prolongar correspondientemente el tiempo de reposo. Transcurrido el tiempo de reposo, los alimentos se deben elaborar en seguida, a ser posible, y no se deben volver a congelar.

Coccion de verduras frescas

- Observe Vd., al comprar verduras, que los trozos sean uniformes, a ser posible. Esto es importante, ante todo, si quiere cocer la verdura en trozos enteros (p. ej. patatas cocidas).
- Antes de prepararlas, las verduras se deben lavar y después se debe pesar la cantidad requerida según la receta y cortarlas.
- Condimente como de costumbre, pero ponga la sal, como regla general, sólo después de la cocción.
- Agregue por cada 500 g de verdura aprox. 5 cucharadas soperas de agua. Verduras fibrosas necesitan un poco más de agua. Consulte la tabla al respecto. Vea la página 200.
- Normalmente, las verduras se cuecen en una fuente con tapa. Verduras con alto contenido de líquido, como p.ej. cebollas o patatas cocidas, se pueden cocer en lámina para microondas sin agregar agua.
- Remover o darle vuelta a la verdura después de transcurrida la mitad del tiempo de cocción.
- Terminada la cocción, dejar reposar la verdura unos 2 minutos para que la temperatura se distribuya uniformemente (tiempo de reposo).
- Los tiempos de cocción representan valores orientativos y dependen del peso, temperatura de partida y tipo de verdura. Cuanto más fresca sea la verdura, más cortos serán los tiempos de cocción.

Coccion de carne, pescado y aves

- Observe Vd., al comprar carne, que los trozos sean uniformes, a ser posible. Esto es importante para obtener un buen resultado de la cocción.
- Antes de la preparación, carne, pescado y aves se deben lavar bien bajo una corriente de agua fría y secar ligeramente con papel de cocina. Después seguir elaborando el alimento como de costumbre.
- Carne vacuna debe ser tierna y con pocos tendones.
- Aunque los trozos sean de tamaño uniforme, el resultado de la cocción puede variar debido, entre otras cosas, a la calidad de la carne, diferentes contenidos de materia grasa y líquido y también a la temperatura de la carne antes de cocerla.
- Después de 15 minutos de cocción, el alimento adquiere su dorado natural que todavía se puede intensificar utilizando ingredientes para dorar. Para que la superficie quede crujiente, debe usar un recipiente especial para dorar o iniciar la cocción en su cocina convencional y terminar la cocción en el horno de microondas. De esta manera obtendrá simultáneamente un jugo de color marrón para preparar una salsa.
- A los trozos de mayor tamaño de carne, pescado y aves se les debe dar vuelta transcurrida la mitad del tiempo de la cocción para que se cuezan uniformemente por todos los lados.
- Llevada a cabo la cocción de un asado, cúbralo con una lámina de aluminio y déjelo reposar durante 10 minutos aprox (tiempo de reposo). Durante este intervalo, el asado sigue cocinándose y el líquido se distribuye uniformemente de manera que, al cortarlo, se pierde menos jugo.

Discongelación y coccion de alimentos

En el horno de microondas, los platos congelados se pueden descongelar y cocer en una sola operación. La siguiente tabla le da unos ejemplos al respecto. Vea la página 199.

Observe Vd., además, las instrucciones generales en lo referente a "Calentamiento" y "Descongelación".

Para preparar platos congelados, siga las instrucciones del fabricante, dadas en el envase. Normalmente se indican tiempos exactos de cocción e instrucciones para la preparación.

i Niveles de potencia de microondas

El horno tiene 5 niveles de potencia. Para elegir el nivel conveniente para guisar hay que hacer lo indicado en la sección de recetas. En general son de aplicación las siguientes recomendaciones:

900 W utilizado para cocción rápida o para recalentar, p.ej. sopas, guisos, alimentos enlatados, bebidas calientes, verduras, pescado, etc.

630 W utilizado para la cocción más prolongada de alimentos densos, como carne asada, pasteles de carne y comidas al plato y también para platos sensibles como salsa de queso y pasteles de bizcocho. En este punto de ajuste, más reducido, la salsa no hervirá y los alimentos se cocerán uniformemente sin quemarse en los bordes.

450 W para alimentos densos que requieren un tiempo de cocción largo en la cocina convencional, por ejemplo platos de buey. Se recomienda utilizar este ajuste de la potencia para asegurar que la carne quede tierna.

270 W (ajuste de descongelación). Seleccione este ajuste para descongelar asegurando que el plato se descongela uniformemente. Este ajuste es también ideal para cocer a fuego lento arroz, pasta, etc. y para cocer flanes de huevo.

90 W Para descongelación cuidadosa, por ejemplo de dulces o pasteles de crema.

W = Vatios

Para seleccionar el nivel de potencia de microondas:

1. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** en sentido horario para seleccionar el tiempo de cocción.
2. Pulse el tecla de **NIVEL DE POTENCIA MICROONDAS** hasta que aparezca el nivel de potencia deseado en el visualizador. (Si el tecla de nivel de **POTENCIA MICROONDAS** se pulsa una vez, aparecerá **9 00**). Si se pasa del nivel deseado, continúe pulsando el botón hasta que llegue de nuevo a la **POTENCIA** que desee).
3. Pulsar la tecla **START/QUICK**.

NOTA: Si no se selecciona el nivel de potencia se pone automáticamente el nivel 900 W.

Coccion con microondas

El horno puede programarse para hasta 90 minutos (90.00). La unidad de entrada de tiempo de cocción (descongelación) varía de 10 segundos a 5 minutos. Depende del total de tiempo de cocción (descongelación), como se indica en la tabla.

| Tiempo de cocción | Unidad de incrementos |
|-------------------|-----------------------|
| 0-5 minutos | 10 segundos |
| 5-10 minutos | 30 segundos |
| 10-30 minutos | 1 minuto |
| 30-90 minutos | 5 minutos |

Ejemplo:

Supongamos que se desea calentar sopa durante 2 minutos y 30 segundos empleando una potencia de microondas de 630 W.

1. Se pone el tiempo de cocción deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** en sentido horario.



2. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** dos veces.



3. Se pulsa la tecla de **START/QUICK** una vez para empezar la cocción.



Comprobar el visualizador



NOTA:

1. Cuando se abre la puerta durante el proceso de cocción se para automáticamente el tiempo contado en el visualizador digital. El tiempo de cocción empieza a contarse de nuevo cuando se cierra la puerta y se pulsa la tecla de **+1min/INICIO DE COCCIÓN**.
2. Si se desea saber el nivel de potencia que se está usando durante la cocción se pulsa la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**. Mientras se toca la tecla de nivel de **POTENCIA DEL MICROONDAS** con el dedo se ve en el visualizador el nivel de potencia.
3. El botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** se puede girar en sentido horario o antihorario. Si se gira en sentido antihorario se reduce el tiempo de cocción desde 90 minutos en gradaciones.

Otras funciones cómodas

1. COCCIÓN EN VARIAS SECUENCIAS

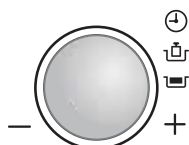
Se pueden introducir un máximo de 3 secuencias, formadas por tiempo y modo de cocción manual

Ejemplo:

Para cocinar arroz: 5 minutos en la potencia de 900 W (Etapa 1)
16 minutos en la potencia de 270 W (Etapa 2)

ETAPA 1

1. Se pone el tiempo de cocción deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** en sentido horario.

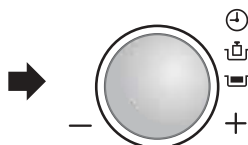


2. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** una vez.



ETAPA 2

3. Se pone el tiempo deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO/MICROONDAS** en sentido horario.



4. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** cuatro veces.



5. Se pulsa la tecla de **START/QUICK** una vez para empezar la cocción.



Comprobar el visualizador



(El horno empezará a cocinar durante 5 minutos a 900 W y luego durante 16 minutos con 270 W).

Otras funciones cómodas

2. FUNCIÓN START/QUICK

La tecla de **START/QUICK** permite utilizar las dos funciones siguientes:

a. Inicio directo de cocción

Puede empezar la cocción directamente al nivel de potencia de microondas de 800 W durante 30 segundos pulsando el botón **START/QUICK** (Inicio/Rápido).



NOTA:

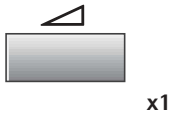
Para evitar manipulaciones indebidas por los niños la tecla de **START/QUICK** sólo puede usarse dentro de 1 minuto de la operación inmediatamente precedente, p.ej. el cierre de la puerta o la pulsación de la tecla de **PARADA**.

b. Prolongación del tiempo de cocción.

Durante la cocción manual, puede prolongar el tiempo de cocción en múltiplos de 30 segundos pulsando el **START/QUICK** -botón mientras el horno está funcionando

3. PARA COMPROBAR EL NIVEL DE POTENCIA

Para comprobar el nivel de potencia de microondas durante la cocción se pulsa la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**.



Mientras se está tocando la tecla de nivel de potencia **DEL MICROONDAS** con el dedo se ve en el visualizador el nivel de potencia.

El horno continúa contando el tiempo aunque el visualizador esté indicando el nivel de potencia.

4. FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

PARA ACTIVAR LA FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

1. Pulse y mantenga pulsada la tecla **STOP** (Parada) durante 3 segundos.



x1 durante 3 segundos

Comprobar el visualizador



PARA CANCELAR LA FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

1. Pulse y mantenga pulsada la tecla **STOP** (Parada) durante 3 segundos.



x1 durante 3 segundos

Si el reloj está puesto en hora, podrá verse la hora en la pantalla.

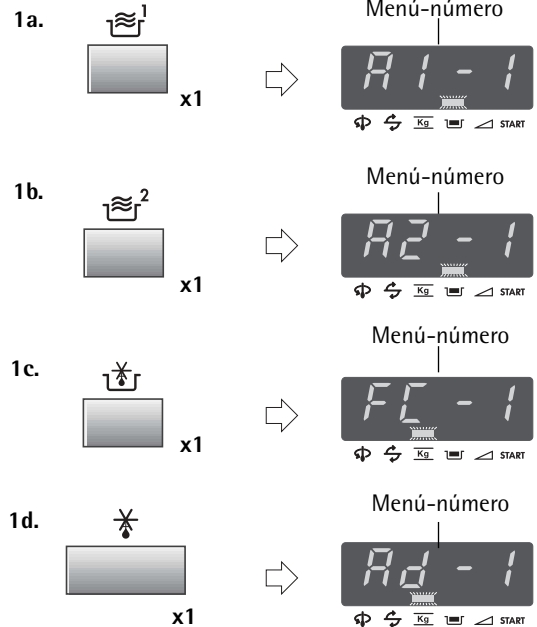
NOTA: Cuando está activado el Bloqueo de seguridad no funcionará ningún botón a excepción del botón **STOP** (Parada).



Funciones de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

Las funciones de **COCCIÓN AUTOMÁTICA**, **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** y **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA** calculan automáticamente el modo y el tiempo de cocción apropiados. Puede escoger entre los menús 4 **COCCIÓN AUTOMÁTICA**, 3 **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** y 5 **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA**. Lo que necesita saber para utilizar esta función automática:

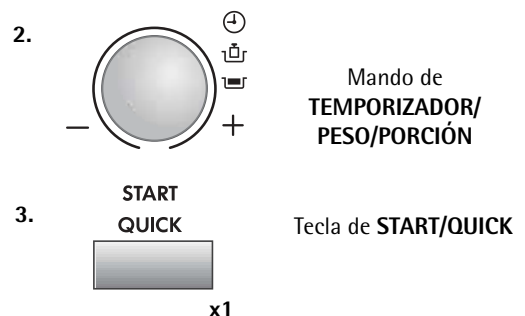
- 1a. **COCCIÓN AUTOMÁTICA 1:** El botón de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 1** dispone de dos menús. Pulse el botón de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 1** una vez y aparecerá la pantalla que se ilustra.
- 1b. **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2:** El botón de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2** dispone de dos menús. Pulse el botón de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2** una vez y aparecerá la pantalla que se ilustra.
- 1c. **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS:** El botón de **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** dispone de tres menús. Pulse el botón de **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** una vez y aparecerá la pantalla que se ilustra.
- 1d. **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA:** El botón de **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA** dispone de cinco menús. Pulse el botón de **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA** una vez y aparecerá la pantalla que se ilustra.



El menú puede elegirse pulsando la tecla de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 1**, **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2**, **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** Y **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA** o deseado **MENÚ RÁPIDAS** hasta que se vea en el visualizador el número del menú deseado. Ver las páginas 193-195 "TABLA DE COCCIÓN AUTOMÁTICA, COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS Y DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA". El menú cambiará automáticamente manteniendo pulsado el tecla **COCCIÓN AUTOMÁTICA 1**, **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2**, **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS**, y **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA**.

2. El peso o la cantidad del alimento puede introducirse girando el mando de **TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN** hasta que se visualice el peso o cantidad deseados.
 - Introducir sólo el peso del alimento. No incluir el peso del envase.
 - Utilice el modo de funcionamiento manual para alimentos que pesen más o menos que los pesos o las cantidades que se facilitan en los cuadros de **COCCIÓN AUTOMÁTICA**, **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS** Y **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA**. Para obtener mejores resultados, siga las indicaciones de los cuadros de cocción que se proporcionan en las páginas 196 - 197.
3. Para empezar a cocinar, pulsar la tecla de **START/QUICK**.

Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de **START/QUICK**.



La temperatura final variará dependiendo de la temperatura de partida. Comprobar que el alimento está muy caliente después de la cocción. Si es necesario se puede prolongar el tiempo de cocción y variar el nivel de potencia.

NOTA: Si desea utilizar la función **START/QUICK** durante la operación de rápidas, los alimentos pueden hacerse demasiado.

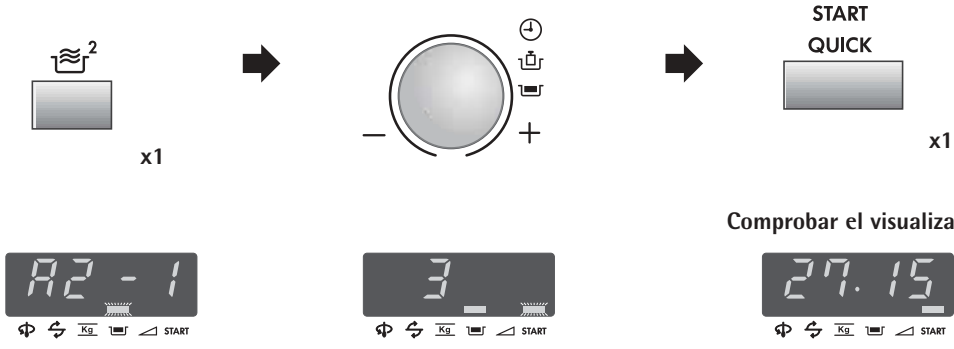


Funciones de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

Ejemplo 1 para COCCIÓN AUTOMÁTICA 2:

Para cocinar Filetes de pescado con salsa con un peso de 1,5 kg (3 unidad) utilizando la cocción automática 2 (A2-1).

1. Se selecciona el menú requerido pulsando la tecla de **COCCIÓN AUTOMÁTICA 2**.
2. Se introduce el calidad girando el mando de **TEMPORIZADOR/ KG/PORCIÓN** en sentido horario.
3. Se pulsa la tecla de **START/QUICK**

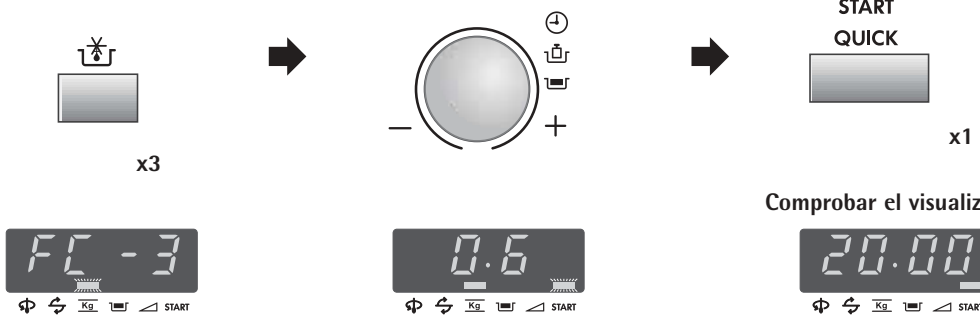


Comprobar el visualizador.

Ejemplo 2 para COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS:

Para cocinar 0,6 kg de gratinados congelados utilizando la función de Cocción de alimentos congelados (FC-3).













1. Se selecciona el menú requerido pulsando la tecla de **COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS**.
2. Se introduce el peso girando el mando de **TEMPORIZADOR/ KG/PORCIÓN** en sentido horario.
3. Se pulsa la tecla de **START/QUICK**



Comprobar el visualizador.












Cuadros de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

| TECLA | COCCIÓN AUTOMÁTICA | CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS | PROCEDIMIENTO |
|---|---|---|--|
|   x1 | A1-1 cocción Pollo y Verdura Cacerola  | 0,5 - 1,5 kg* (1-3) (Temp. inicial Pollo 5° C) Fuente para gratén y film de plástico para microondas | <ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para Pollo y Verdura Cacerola en la página 196. * Peso total de ingredientes. |
|   x2 | A1-2 cocción Picadillo y Cebolla  | 0,5 - 1,5 kg* (1-3) (Temp. inicial picadillo 5° C) Plato Cacerola y tapa | <ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para Picadillo y Cebolla en la página 196. * Peso total de ingredientes. |
|   x1 | A2-1 cocción Filetes de Pescado  con Salsa | 0,5 - 1,5 kg* (1-3) (Temp. inicial Pescado 5° C, Salsa 20° C) Fuente para gratén y film de plástico para microondas | <ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para Filetes de Pescado con Salsa en la página 197. * Peso total de ingredientes. |
|   x2 | A2-2 cocción Gratén  | 0,5 - 1,5 kg* (1-3) (Temp. inicial 20° C) Fuente para gratén | <ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para Gratén en la página 197. * Peso total de ingredientes. |


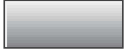





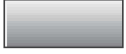









Cuadros de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

| TECLA | COCCIÓN DE ALIMENTOS CONGELADOS | CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS | PROCEDIMIENTO |
|--|---|---|---|
|   x1 | FC-1 Cocción Verduras congeladas e.g. Coles de Bruselas, Udías verdes, Guisantes, Verduras mixtas y Brécol  | 0,1 - 0,6 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) Cacerola + film de plástico para microondas | <ul style="list-style-type: none"> • Añadir 1 cucharón de agua por cada 100 g. (Tratándose de setas no se necesita agua adicional). • Cubrir con film de plástico para microondas o una tapa. • Cuando se pare el horno y suenen las señales, remover y tapar de nuevo. • Después de la cocción, dejar en reposo aprox. 1-2 minutos. <p>NOTA: Si se compactan juntas las verduras congeladas, cocerlas empleando el modo manual.</p> |
|   x2 | FC-2 Cocción Comidas congeladas preparadas Remover tipo Fideos boloñesa, Chiles con carne  | 0,3 - 1,0 kg* (100 g) (Temp. inicial -18° C) Cacerola & film de plástico para microondas/tapa * Si el fabricante indica que hay que añadir agua, calcule la cantidad total del programa con líquido adicional. | <ul style="list-style-type: none"> • Transferir el alimento a un plato adecuado para microondas. • Añadir algo de líquido si lo recomienda el fabricante. • Cubrir con film de plástico para microondas o una tapa. • Cocinar sin tapar si lo aconseja el fabricante. • Cuando suene la señal, remover y volver a tapar. • Después de cocinar, remover y dejar en reposo durante 1-2 minutos aprox. |
|   x3 | FC-3 Cocción Gratén congeladas e.g. macarrones gratén, Lasaña  | 0,2 - 0,6 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) Fuente para gratén y film de plástico para microondas o original recipiente y film de plástico para microondas. | <ul style="list-style-type: none"> • Saque el gratén congelado del paquete. Si el recipiente no es apto para hornos microondas, colóquelo en un fuente para gratén y cúbralo con con film de plástico para microondas. • Si el recipiente es apto para hornos microondas, saque la cubierta de papel original y cúbralo con film de plástico para microondas. • Después de cocinar dejar en reposo durante 5 minutos aprox. |



Cuadros de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

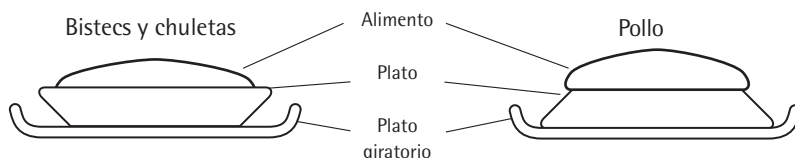
| TECLA | DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA | CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS | PROCEDIMIENTO |
|--|---|---|--|
|   x1 | Ad-1 Descongelación Bistec y chuletas  | 0,2 - 1,0 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) (vedere nota en la página 196) | <ul style="list-style-type: none"> • Poner la comida en un plato en el centro del plato giratorio. • Cuando se pare el horno y suenen las señales, dar vuelta al alimento, revolver y separar. Proteja las partes delgadas y los puntos calientes con papel de aluminio. • Después de descongelar, envolver en lámina de aluminio durante 10-15 minutos hasta que esté totalmente descongelado. |
|   x2 | Ad-2 Descongelación Carne picada  | 0,2 - 1,0 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) Plástico para envolver (Vedere nota en la página 196) | <ul style="list-style-type: none"> • Cubra la plato giratoria con plástico para envolver. • Coloque el bloque de carne picado en la plato giratoria. • Cuando se pare el horno y suene la señal acústica, dé la vuelta al alimento. Retire, si es posible, la parte descongelada. • Después de descongelar, déjela en reposo durante 5-10 minutos hasta la descongelación completa. |
|   x3 | Ad-3 Descongelación pollo  | 0,9 - 1,8 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) (Vedere nota en la página 196) | <ul style="list-style-type: none"> • Colocar un plato boca abajo sobre el plato giratorio y poner sobre aquél el pollo con la pechuga hacia abajo. • Cuando se pare el horno y suene la señal, darle vuelta y repetirlo cada vez que se pare el horno y suene la señal. • Después de descongelar, cubrir con lámina de aluminio y dejar en reposo 15-30 minutos hasta que esté completamente descongelado. • Finalmente limpie el pollo bajo agua corriente. |
|   x4 | Ad-4 Descongelación Pastel  | 0,1 - 1,4 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) Plato | <ul style="list-style-type: none"> • Retire todo el embalaje del pastel. • Colóquelo en un plato en el centro de la plato giratoria. • Después de descongelarlo, corte el pastel en trozos de tamaño similar dejando un espacio entre los trozos y déjelo reposar durante 15-60 minutos hasta que esté descongelado uniformemente. |
|   x5 | Ad-5 Descongelación Pan  | 0,1 - 1,0 kg (100 g) (Temp. inicial -18° C) Plato (Para este programa solamente se recomienda pan cortado en rebanadas.) | <ul style="list-style-type: none"> • Distribuya el pan sulla plato en el centro de la plato giratoria. • Cuando suene la señal acústica, reordene, y saque las rebanadas descongeladas. • Después de descongelar, separe todas las rebanadas y distribúyalas en un plato grande. Cubra el pan con papel de aluminio y déjelo reposar durante 5-10 minutos hasta que esté totalmente descongelado. |



Cuadros de cocción automática, cocción de alimentos congelados y descongelación automática

NOTA: Cocción de alimentos congelados

1. Bistecs y chuletas deben congelarse en una sola capa.
2. La carne picada se debe congelar en pequeñas porciones.
3. Después de dar vuelta, proteger las partes descongeladas con trozos pequeños planos de lámina de aluminio.
4. Ad-1 y Ad-3 disponer los alimentos en el horno como se indica:
5. Los pasteles cubiertos y recubiertos de nata son muy sensibles a la potencia del microondas. Para un mejor resultado, si la nata empieza a ablandarse rápidamente, es mejor sacarlos inmediatamente del horno y dejarlos por espacio de 10-30 minutos a temperatura ambiente.



Recetas para Cocción automática

POLLO Y VERDURA CACEROLA (A1-1)

Pavo Picante con Arroz

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|----------------------------------|
| 60 g | 120 g | 180 g | Arroz de grano largo (sancochar) |
| 1 | 1 | 1 | bolsita de hilos de azafrán |
| 25 g | 50 g | 75 g | Cebolla (en rodajas) |
| 50 g | 100 g | 150 g | Pimiento morrón (en tiras) |
| 50 g | 100 g | 150 g | puerro pequeño (en tiras) |
| 150 g | 300 g | 450 g | Pechuga de Pollo (en dados) |
| | | | Pimienta, Pimentón |
| 10 g | 20 g | 30 g | Mantiguilla o Margarina |
| 150 ml | 300 ml | 450 ml | Caldo de carne |

Preparación

1. Mezclar el arroz con los hilos de azafrán y poner la mezcla en la fuente untada.
2. Mezclar las rodajas de cebolla, las tiras de puerro y pimiento y los dados de pechuga de pavo y condimentar. Poner esta mezcla encima del arroz.
3. Encima de todo esto se distribuyen los copos de mantequilla.
4. Verter el caldo de carne sobre todo, tapar y cocer en **COCCIÓN AUTOMÁTICA A1-1** "Pollo y verdura cacerola".
5. Después de la cocción, dejar durante 5-10 minutos.

PICADILLO Y CEBOLLA (A1-2)

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|---|
| 150 g | 300 g | 450 g | Picadillo (1/2 mitad de cordero, 1/2 mitad de vaca) |
| 50 g | 100 g | 150 g | Cebolla (bien picado) |
| 1/2 | 1 | 1 1/2 | Huevo |
| 15 g | 30 g | 45 g | de Pan rallado |
| | | | Sal y Pimienta |
| 115 ml | 230 ml | 345 ml | Caldo de carne |
| 20 g | 40 g | 60 g | de Puré de tomate |
| 65 g | 125 g | 190 g | Patatas (bien picado) |
| 65 g | 125 g | 190 g | Zanahorias (bien picado) |
| 1/2 tbsp | 1 tbsp | 1 1/2 tbsp | de Perejil (picado) |

Preparación

1. Mezclar la carne picada con la cebolla picado, al huevo y el pan rallado para obtener.
2. Mezclar el caldo de carne con el puré de tomates.
3. Añadir de patatas y zanahorias con el líquido a la carne picado, mezclar.
4. Tapar y cocer en **COCCIÓN AUTOMÁTICA A1-2** "Picadillo y Cebolla".
5. Cuando se pare el horno y suenen las señales, remover y tapar de nuevo.
6. Volver a remover el plato y dejar reposar durante unos 5 minutos. Servirlo con guarnición de perejil.

i Recetas para Cocción automática

FILETES DE PESCADO CON SALSA (A2-1)

Filete de pescado con salsa picante

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|--------------------------------|
| 175 g | 350 g | 525 g | Tomates en conserva (escurrir) |
| 50 g | 100 g | 150 g | Maiz |
| 5 g | 10 g | 15 g | de Salsa picante |
| 15 g | 30 g | 45 g | Cebolla (bien picado) |
| 1 tsp | 1-2 tsp | 2-3 tsp | Vinagre de vino tinto |
| | | | Mostaza, Tomillo, |
| | | | Pimienta de Cayena |
| 250 g | 500 g | 750 g | Filete de Pescado, Sal |

Preparación

1. Mezclar los ingredientes para la salsa.
2. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
3. Esparcir la salsa preparada sobre el filete de pescado.
4. Cubrir con de plástico para microondas y cocer **COCCIÓN AUTOMÁTICA A2-1** "Filete de Pescado can salsa".
5. Después de la cocción, dejar durante 2 minutos.

FILETES DE PESCADO CON SALSA (A2-1)

Filete de pescado con salsa curry

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|-----------------------------|
| 250 g | 500 g | 750 g | Filete de Pescado |
| | | | Sal |
| 50 g | 100 g | 150 g | Banana (en rodajas) |
| 200 g | 400 g | 600 g | Salsa curry (confeccionado) |

Preparación

1. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
2. Esparcir banana y la salsa confeccionada sobre el filete de pescado.
3. Cubrir con de plástico para microondas y cocer **COCCIÓN AUTOMÁTICA A2-1** "Filete de Pescado can salsa".
4. Después de la cocción, dejar durante 2 minutos.

GRATÉN (A2-2)

Gratén de espinaca

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|-----------------------------------|
| 150 g | 300 g | 450 g | Espinaca (descongelar y escurrir) |
| 15 g | 30 g | 45 g | Cebolla (bien picadas) |
| | | | Sal, Pimienta, Nuez moscada |
| 150 g | 300 g | 450 g | Patatas (en rodajas) |
| 35 g | 75 g | 110 g | de Jamón cocido (en dados) |
| 50 g | 100 g | 150 g | Crème fraîche (Nata) |
| 1 | 2 | 3 | Huevo |
| 40 g | 75 g | 115 g | de Queso (rallado) |
| | | | Pimentón para espolvorear |

Preparación

1. Mezclar conjuntamente las espinacas en hoja con la cebolla y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.
2. Engrasar el plato. Poner, alternado, capas de rodajas de patatas, dados de jamón y espinica. La capa superior debería ser de espinica.
3. Mezclar los huevo con la nata, condimentar la mezcla y verter sobre la verdura.
4. Espolvorear con el queso rallado y el pimiento en polvo y cocer **COCCIÓN AUTOMÁTICA A2-2** "Gratén".
5. Después de la cocción, dejar durante 5-10 minutos.

GRATÉN (A2-2)

Gratén de patatas y calabacín

Ingredientes

| 0,5 kg (1) | 1,0 kg (2) | 1,5 kg (3) | |
|------------|------------|------------|------------------------------|
| 200 g | 400 g | 600 g | Patatas cocido (en rodajas) |
| 115 g | 230 g | 345 g | Calabacín (en rodajas finas) |
| 75 g | 150 g | 225 g | Crème fraîche (Nata) |
| 1 | 2 | 3 | Huevo |
| 1/2 | 1 | 2 | Diente de ajo (picado) |
| | | | Sal y Pimienta |
| 40 g | 80 g | 120 g | Queso Gouda (rallado) |
| 10 g | 20 g | 30 g | Pepitas de girasol |
| | | | Pimentón para espolvorear |

Preparación

1. Engrasar el plato y colocar capas alternas de rodajas de patatas y calabacín en el plato.
2. Mezclar los huevos con nata, condimentar con sal, pimienta, ajo y verter encima las verduras.
3. Esparcirlo el queso Gouda sobre el gratén.
4. Finalmente rociar el gratén con pepitas de girasol y el pimiento en polvo y cocer **COCCIÓN AUTOMÁTICA A2-2** "Gratén".
5. Después de la cocción, dejar durante 5-10 minutos.

Tablas de cocción

ABREVIATURAS EMPLEADAS

| | | |
|--------------------------|----------------------------|----------------------------|
| CuSop = Cucharada sopera | kg = Kilogramo | PrCon = Producto congelado |
| Ctda. = Cucharadita | g = Gramo | MO = Horno microondas |
| P.g = Pizca grande | l = Litro | min. = Minutos |
| P.p = Pizca pequeña | ml = Mililitro | s = segundos |
| Tz = Taza | cm = Centímetro | dm - diámetro |
| Bsta. = Bolsita | mat. grasa = Materia grasa | |

TABLA: CALENTAMIENTO DE BEBIDAS Y ALIMENTOS

| Bebida/alimento | Cantidad -g/ml- | Potencia -ajuste- | Tiempo -minutos- | Procedimiento |
|---|--------------------|----------------------|---------------------|--|
| Café, 1 taza | 150 | 900 W | ca. 1 | Sin tapar |
| Leche, 1 taza | 150 | 900 W | ca. 1 | Sin tapar |
| Agua, 1 taza | 150 | 900 W | ca. 2 | Sin tapar, hacer hervi |
| 6 tazas | 900 | 900 W | 8-10 | Sin tapar, hacer hervir |
| 1 tazón | 1000 | 900 W | 9-11 | Tapar, hacer hervir |
| Platos | 400 | 900 W | 3-5 | Salpicar la salsa con poca agua, tapar, remover en intervalos |
| Guisados | 200 | 900 W | 1 1/2 -2 | Tapar, remover después de calentar |
| Consomé | 200 | 900 W | 1-1 1/2 | Tapar, remover después de calentar |
| Sopa de crema | 200 | 900 W | 1 1/2-2 1/2 | Tapar, remover después de calentar |
| Verduras | 200 | 900 W | 2-3 | Agregar un poco de agua, dado el caso, tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento |
| | 500 | 900 W | 3-5 | |
| Guarniciones | 200 | 900 W | 2-3 | Salpicar con poca agua, tapar, remover en ciertos intervalos |
| | 500 | 900 W | 4-5 | |
| Carne, 1 tajada* | 200 | 900 W | 3-4 | Añadir con un poco de salsa, tapar |
| Filete de pescado* | 200 | 900 W | 3-5 | Tapar |
| Salchichas, 2 | 180 | 900 W | 1-1 1/2 | Pinchar la piel varias veces |
| Tarta, 1 porción | 150 | 450 W | 1/2-1 | Poner en una rejilla para pasteles |
| Productos alimenticios para bebés, 1 vaso | 190 | 450 W | 1/2-1 | Quitar la tapa, remover bien después de calentar, comprobar la temperatura |
| Derretir margarina o mantequilla* | 50 | 900 W | 1-1 1/2 | |
| Derretir chocolate | 100 | 450 W | 3-4 | Remover en ciertos intervalos |
| Disolver 6 hojas de gelatina | 10 | 450 W | ca. 1/2 | Mojar en agua, exprimir bien y poner en taza sopera; remover en ciertos intervalos |
| Glaseado para tarta para 1/4 1 | 10 | 450 W | 3-5 | Mezclar el azúcar en 250 ml de líquido, tapar, de líquido remover bien durante y después del calentamiento |

*temperatura de frigorífico

TABLA: COCCIÓN DE CARNE, PESCADO Y AVES

| Pescado y aves | Cantidad -g- | Potencia -ajuste- | Tiempo -min- | Procedimiento | Tiempo de reposo - min- |
|-------------------|-----------------|----------------------|-----------------|--|----------------------------|
| Asados | 500 | 630 W | 17-22 | condimento a gusto, poner en un recipiente | 10 |
| (p.ej. cerdo, | 1000 | 630 W | 34-38 | para quiche, darle vuelta transcurrida | 10 |
| ternera, cordero) | 1500 | 630 W | 53-58 | la mitad del tiempo de cocción | 10 |
| Roastbeef (medio) | 1000 | 630 W | 20-24 | Condimentar a gusto, poner en un recipiente para quiche, | 10 |
| | 1500 | 630 W | 27-31 | darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción | 10 |
| Carne picada | 1000 | 900 W | 21-24 | Preparar la masa con carne picada utilizando carne picada mixta (mitad cerdo/mitad vaca), poner en un recipiente llano | 10 |
| Filete de pescado | 200 | 900 W | 4-6 | Condimentar a gusto, poner en un plato, tapar | 3 |
| Pollo | 1200 | 630 W | 29-32 | Condimentar a gusto, poner en un recipiente, darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción | 3 |
| Pata de pollo | 200 | 900 W | 3-6 | Condimentar a gusto, poner en un plato, tapar | 3 |

Tablas de cocción

TABLA: DESCONGELACIÓN DE ALIMENTOS

| Alimento | Cantidad -en g- | Potencia -ajuste- | Tiempo -minutos- | Procedimiento | Tiempo de reposo -minutos- |
|---|---------------------|----------------------|-------------------------|--|-------------------------------|
| Asado (p.ej. de cerdo, vaca, cordero, ternera) | 1500 1000 500 | 90 W 90 W 90 W | 55-60 38-42 20-25 | Colocar en un plato boca abajo, vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 30-90 30-90 30-90 |
| Chuletas, escalopes, chuletillas, hígado | 200 | 270 W | 2-4 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 10-15 |
| Puchero húngaro | 500 | 270 W | 8-9 | Separar y remover después de la mitad del tiempo de descongelación | 10-15 |
| Bacon o embutidos sin cortar | 200 | 270 W | 2-3 | Sólo descongelar parcialmente | 5 |
| Fiambres | 200 | 270 W | 2-4 | Transcurrido 1 minuto en cada caso, quitar las lonjas exteriores | 5 |
| Salchichas, 8 | 600 | 270 W | 6-8 | Poner una al lado de la otra, darle vuelta después de transcurrida la mitad del tiempo de descongelación | 5-10 |
| 4 | 300 | 270 W | 3-5 | | 5-10 |
| Pato/pavo | 1500 | 90 W | 42-46 | Colocar en un plato boca abajo y vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 30-90 |
| Pollo | 1200 1000 | 270 W 270 W | 18-20 13-15 | Colocar en un plato boca abajo y darle vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 30-90 30-90 |
| Pata de pollo | 1000 200 | 270 W 270 W | 13-15 3-4 | Darle vuelta después de transcurrida la mitad del tiempo de descongelación | 30-90 10-15 |
| Pechuga de pollo | 450 | 270 W | 7-9 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 30-90 |
| Pescado (trozo entero) | 800 | 270 W | 12-13 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 10-15 |
| Filete de pescad | 400 | 270 W | 5-7 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación | 5-10 |
| Cangrejos | 300 | 270 W | 6-8 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación y sacar los trozos descongelados | 30 |
| Panecillos, 2 | 80 | 270 W | 1-1½ | Sólo descongelar parcialmente | - |
| Rebanadas de pan para tostar | 250 | 270 W | 2-3 | Poner una al lado de la otra y descongelar sólo parcialmente | 5 |
| Pan blanco, entero | 500 | 270 W | 3-5 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación (el núcleo sigue congelado) | 30 |
| Pan integral en rebanadas | 250 | 270 W | 2-3 | Poner una al lado de la otra y descongelar sólo parcialmente | 5 |
| Pan de varios cereales, entero | 1000 | 270 W | 8-10 | vuelque después de la mitad del tiempo de descongelación (el núcleo sigue congelado) | 30 |
| Pastel, 1 porción | 150 | 270 W | 1-3 | Poner en una rejilla de pasteles | 5 |
| Pastel de frutas, 1 porción | 150 | 270 W | 2-3 | Poner en una rejilla de pasteles | 10 |
| Tarta de crema, 1 porción | | 270 W | ca.1 | Poner en una rejilla de pasteles | 5 |
| Tarta entera, 28 cm diá. | | 270 W | 9-11 | Poner en una rejilla de pasteles | 60 |
| Mantequilla | 250 | 270 W | 1-3 | Sólo descongelar parcialmente | 5 |
| Nata | 200 | 270 W 270 W | 2+2 | Quitar la tapa; después de 2 minutos de descongelación poner en un tazón y seguir descongelando | 5-10 |
| Queso en lonchas | 200 | 270 W | 1-2 | Sólo descongelar parcialmente | 10 |
| Frutas, como fresas frambuesas, crezas, ciruelas | 250 | 270 W 270 W | 3-5 | Distribuir uniformemente y darles vuelta después de transcurrida la mitad del tiempo de descongelación | 5 |

TABLA: DESCONGELACIÓN Y COCCIÓN DE ALIMENTOS

| Alimento | Cantidad -g- | Potencia -ajuste- | Tiempo -minutos- | Adición de agua- | Procedimiento | Tiempo de reposo -minutos- |
|--------------------|-----------------|----------------------|---------------------|---------------------|---|-------------------------------|
| Filete de pescad | 300 | 900 W | 9-11 | - | tapar | 1-2 |
| Trucha, 1 | 250 | 900 W | 6-8 | - | tapar | 1-2 |
| Comida preparada | 400 | 900 W | 8-10 | - | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento | 2 |
| Espinaces | 300 | 900 W | 7-10 | - | tapar, remover una o dos veces durante la cocción | 2 |
| Brécol | 300 | 900 W | 6-8 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |
| Guisantes | 300 | 900 W | 6-8 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |
| Colinabo | 300 | 900 W | 7-8 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |
| Verduras mixtas | 500 | 900 W | 9-11 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |
| Coles de Bruselaas | 300 | 900 W | 6-8 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |
| Col lombarda | 450 | 900 W | 10-12 | 3-5CuSop | tapar, remover después de transcurrida la mitad del tiempo | 2 |

Tablas de cocción

TABLA: COCCIÓN DE VERDURAS FRESCAS

| Verdura | Calidad -g- | Potencia -ajuste- | Tiempo -minutos- | Procedimiento | Adición de agua -CuSop/ml- |
|--------------------------------|----------------|----------------------|---------------------|---|-------------------------------|
| Alcachofas | 300 | 900 W | 5-7 | Quitar los tallos, tapar | 3-4CuSop |
| Espinacas | 300 | 900 W | 4-5 | Después de lavarla, secarla, tapar, removerla una o dos veces | - |
| Coloflor | 800 | 900 W | 10-12 | 1 cogollo entero, tapar, cortar en varios trozos, remover durante la cocción | 5-6CuSop |
| Brécol | 500 | 900 W | 6-8 | Cortar en varios trozos, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Champiñones | 500 | 900 W | 6-8 | Cabezas enteras, tapar y remover ocasionalmente | - |
| Col de la China | 300 | 900 W | 5-7 | Cortar en franjas, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Guisantes | 500 | 900 W | 6-8 | Tapar, remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Hinojo | 500 | 900 W | 6-8 | Cortar en cuartos, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Cebolla | 250 | 900 W | 4-5 | Entera, cocer en lámina apta para microondas | - |
| Judías verdes | 500 | 900 W | 7-9 | Cortar en trocitos, tapar y remover ocasionalmente | 50ml |
| Colinabo | 500 | 900 W | 7-9 | Cortar en cuadraditos, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Zanahorias | 500 | 900 W | 6-8 | Cortar en rebanadas, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Pimientos | 500 | 900 W | 6-8 | Cortar en cuadraditos, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Patatas cocidas (con su monda) | 500 | 900 W | 7-9 | Tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |
| Puerros | 500 | 900 W | 15-17 | Cortar en anillos, tapar y remover ocasionalmente | 50ml |
| Col lombards | 500 | 900 W | 7-9 | Cortar en franjas, tapar y remover una o dos veces | 50ml |
| Patatas cocidas (sazonadas) | 500 | 900 W | 7-9 | Cortar en trozos grandes e iguales, sazonar un poco, tapar y remover ocasionalmente | 150ml |
| Apio | 500 | 900 W | 7-9 | Cortar en cuadraditos finos, tapar y remover ocasionalmente | 50ml |
| Col blanca | 500 | 900 W | 15-17 | Cortar en franjas, tapar y remover ocasionalmente | 50ml |
| Calabacines | 500 | 900 W | 6-8 | Cortar en rebanadas, tapar y remover ocasionalmente | 4-5CuSop |

Recetas

ADAPTACION DE RECETAS CONVENCIONALES PARA EL MICROONDAS

Si Vd. quiere modificar recetas probadas para adaptarlas al microondas, entonces debe observar lo siguiente:

Reducza los tiempos de cocción en un tercio hasta la mitad. Oriéntese por las recetas indicadas en el presente libro.

Alimentos con altos contenidos de líquido, como carne, pescado, aves, verduras, frutas, guisados/estofados y sopas, se pueden preparar sin problema alguno en el horno de microondas. En el caso de alimentos con bajo contenido de líquido, como platos ya preparados, se debe mojar la superficie antes de calentar o cocerlos. La adición de líquido a alimentos crudos a brasear se debe reducir aproximadamente a dos tercios de la cantidad de la receta original. Si es necesario se puede agregar líquido durante la cocción.

La adición de materia grasa se puede reducir notablemente.

Una pequeña cantidad de mantequilla, margarina o aceite es suficiente para darles sabor a los platos. Por lo tanto, el horno de microondas es excelente para preparar alimentos con poco contenido de grasa dentro de un plan dietético.

COMO SE MANEJAN LAS RECETAS

- Todas las recetas contenidas en el presente libro se entienden - si no se indica lo contrario - para 4 porciones.
- Recomendaciones con respecto a los utensilios apropiados y el tiempo de cocción en total están indicadas, en cada caso, al principio de la receta.
- Por norma las cantidades indicadas se asumen listas para el consumo, a menos que se indique específicamente lo contrario.
- Los huevos indicados en las recetas tienen unos 55 g de peso (categoría 3).

Recetas

España

Sopa de aguacates

Tiempo total de cocción: 11-13 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 3 aguacates (600 g de pulpa)
un poco de zumo de limón
- 700 ml de caldo de carne
- 70 ml de nata
sal y pimienta

1. Pelar, deshuesar y cortar en trocitos finos los aguacates blandos y maduros y preparar un puré. Para adornar conservar dos rebanaditas finas por porción y mojarlas con el zumo de limón.
2. Verter el caldo, el puré de aguacates y la nata en una fuente, condimentar con sal y pimienta y cocer con la tapa puesta. Remover ocasionalmente.
11-13 min. \triangleleft **900 W**
3. Verter el caldo, el puré de aguacates y la nata en una fuente, condimentar con sal y pimienta y cocer con la tapa puesta. Remover ocasionalmente.

Suecia

Sopa de cangrejos

Tiempo total de cocción: 11-15 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 1 cebolla (50 g), bien picada
- 50 g de zanahorias, en rodajas
- 3 CuSop de mantequilla o margarina (30 g)
- 500 ml de caldo de carne
- 100 ml de vino blanco
- 100 ml de vino de Madeira
- 200 g de carne de cangrejo en lata
- 1/2 hoja de laurel
- 3 granos de pimienta blanca
tomillo
- 3 CuSop de harina (30 g)
- 100 ml de nata

1. Poner la verdura y la mantequilla/margarina en la fuente, tapar y calentar.
2-3 min. \triangleleft **900 W**
2. Agregar a la verdura caldo, vino blanco, vino de Madeira, así como la carne de cangrejo y las especias. Tapar y cocer.
7-9 min. \triangleleft **450 W**
3. Quitar la hoja de laurel y los granos de pimienta de la sopa. Mezclar la harina con un poco de agua fría y agregar la mezcla a la sopa. Añadir la nata, mezclarla revolviendo y volver a calentar
2-3 min. \triangleleft **900 W**
4. Remover la sopa y dejar reposar durante 5 minutos. Agregar la mantequilla justo antes de servir.

Suiza

Sopa de cebada a la grisona

Tiempo total de cocción: 27-34 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen: 3 l)

Ingredientes

- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)
- 1 cebolla (50 g), bien picada
- 1-2 zanahoria(s) (130 g), en rodajas
- 15 g de apio, en dados
- 1 puerro (130 g) cortado en anillos
- 3 hojas de col blanca (100g), cortadas en tiras
- 200 g de huesos de ternera
- 50 g de bacon entreverado, en tiras
- 50 g de cebada
- 700 ml de caldo de carne
pimienta
- 4 salchichas de Viena (Frankfurter) (300 g)

1. Poner la mantequilla y la cebolla picada en la fuente, rehogar con la tapa puesta.
ca. 1-2 min. \triangleleft **900 W**
2. Poner la verdura en la fuente. Agregar los huesos, las tiras de bacon y la cebada y rellenar con el caldo. Condimentar con la pimienta y cocer con la tapa puesta.
1. 9-11 min. \triangleleft **900 W**
2. 17-21 min. \triangleleft **450 W**
3. Cortar las salchichas en trocitos y calentarlos durante los últimos 5 minutos en la misma fuente.
4. Terminada la cocción, dejar reposar la sopa unos 5 minutos. Antes de servir la sopa sacar los huesos de la misma.

Carne, pescados y aves

Austria

Pollito relleno

2 porciones

Tiempo total de cocción: 36-40 minutos

Utensilios: fuente (volumen 2 l), hilo de cocinar

Ingredientes

- 1 pollo entero (1000 g)
- sal
- romero desmenuzado
- mejorana desmenuzada
- 1 panecillo duro (40 g)
- sal
- 1 manojo de perejil, bien picado (10 g)
- nuez moscada
- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)
- 1 yema de huevo
- 3 CuSop de mantequilla o margarina (30 g)
- 1 CuSop de pimentón
- 1 Cdto. de mantequilla o margarina para untar la fuente

1. Lavar y secar cuidadosamente el pollo, condimentarlo en su interior con sal, romero y mejorana.
2. Para el relleno, remojar el panecillo unos 10 minutos en agua fría, estrujarlo después. Mezclarlo con sal, perejil, nuez moscada, mantequilla y la yema de huevo, y rellenar el pollo. Coser la abertura con hilo o bramante de carnicero.
3. Derretir la mantequilla.
ca. 1 min. \triangleleft **900 W**
Mezclar la mantequilla con el pimentón y la sal y untar el pollo.
4. Cocer el pollo en la fuente untada sin tajarla. Darle vuelta ocasionalmente transcurrida la mitad del tiempo de cocción
35-39 min. \triangleleft **630 W**
Después de cocinar dejar que el pollo relleno repose durante unos 3 minutos.

Italia

Codornices en salsa de queso y hierbas

Tiempo total de cocción: 27-33 minutos

Utensilios: hilo de cocinar fuente llana redonda
unos 22 cm)
fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 4 codornices (600 g)
- sal & pimienta
- 200 g de bacon entreverado, lonjas delgadas
- 1 Cdto. de mantequilla o margarina para untar el molde
- 1 CuSop de perejil, salvia, romero y albahaca frescos, recién picados
- 150 ml de vino de Oporto
- 250 ml de caldo de carne
- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)
- 2 CuSop de harina (20 g)
- 50 g de queso suizo rallado

1. Lavar y secar cuidadosamente los codornices. Condimentar exterior e interiormente, envolver en las lonjas de tocino y fijar con un hilo.
2. Untar la fuente, poner las codornices y darles un ligero rehogo. Darles vuelta de vez en cuando.
10-12 min. \triangleleft **900 W**
3. Picar bien las hierbas y echarlas sobre las codornices, mojarlas con el vino de Oporto. Seguir cocinando las codornices.
13-15 min. \triangleleft **630 W**
Sacar las codornices de su jugo.
4. En una fuente con tapa, calentar el caldo de carne para hacer la salsa.
2-3 min. \triangleleft **900 W**
Amasar la mantequilla con la harina y agregar revolviendo al líquido, darle un hervor y dejar que cueza lentamente, removiendo ocasionalmente.
1-2 min. \triangleleft **900 W**
5. Agregar revolviendo el queso a la salsa. Verter la salsa de queso en el jugo de las codornices y remover todo bien.
ca. 1 min. \triangleleft **900 W**
6. Echar la salsa lista sobre las codornices y servir.

Carne, pescados y aves

Países Bajos

Cazuela picada

Tiempo total de cocción: 20-23 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 500 g de carne picada (mitad de cerdo, mitad de vaca)
- 3 cebollas (150 g), bien picadas
- 1 huevo
- 50 g de pan rallado
- sal y pimienta
- 350 ml de caldo de carne
- 70 g de puré de tomate
- 2 patatas (200 g), en dados
- 2 zanahorias (200 g), en dados
- 2 CuSop de perejil, picado

Alemania

Pavo picante con arroz

2 porciones

Tiempo total de cocción: 20-25 minutos

Utensilios: fuente llana y ovalada con tapa (unos 26cm de longitud)

Ingredientes

- 1 taza de arroz de grano largo, sancochado (120 g)
- 1 bolsita de hilitos de azafrán
- 1 Cdta. de mantequilla o margarina para untar el molde
- 1 cebolla (50 g), en rodajas
- 1 pimienta morrón (100 g), en tiras
- 1 puerro pequeño (100 g), en tiras
- 300 g de pechuga de pavo, en dados
- Pimienta, pimentón
- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)
- 2 tazas de caldo de carne (300 ml)

Suiza

Lonchas de ternera a la zurich

Tiempo total de cocción: 9-14 minutos

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 600 g de filete de ternera
- 1 CuSop de mantequilla o margarina
- 1 cebolla (50 g), bien picada
- 100 ml de vino blanco
- espesante para salsas para aprox. 1/2 l de salsa
- 300 ml de nata
- 1 CuSop de perejil, picado

1. Amasar la carne picada con la cebolla picada, el huevo y el pan rallado para obtener una masa que se condimenta con sal y pimienta. Poner la masa de carne picada en la fuente.
2. Mezclar el caldo de carne con el puré de tomates.
3. Añadir los dados de patatas y zanahorias con el líquido a la carne picada, mezclar, tapar y cocer. Remover ocasionalmente durante la cocción.

20-23 min.  **900 W**

Volver a remover el plato y dejar reposar durante unos 5 minutos. Servirlo con guarnición de perejil.

1. Mezclar el arroz con los hilitos de azafrán y poner la mezcla en la fuente untada. Mezclar las rodajas de cebolla, las tiras de puerro y pimienta y los dados de pechuga de pavo y condimentar. Poner esta mezcla encima del arroz. Encima de todo esto se distribuyen los copos de mantequilla.
2. Verter el caldo de carne sobre todo, tapar y cocer.



1. 4-6 min.  **900 W**

2. 16-19 min.  **270 W**

Terminada la cocción, dejar reposar el pavo picante durante 5 minutos.

Sugerencia:

En lugar de pechuga de pavo se puede utilizar pechuga de pollo.

1. Cortar el filete en tiras del grueso de un dedo.
 2. Untar uniformemente la fuente con la mantequilla. Poner la cebolla y la carne en la fuente, taparla y cocer. Remover una vez durante la cocción.
- 6-9 min.**  **900 W**
3. Agregar el vino blanco, el espesante para salsas y la nata, remover y seguir cociendo el plato con la tapa puesta. Remover ocasionalmente.
- 3-5 min.**  **900 W**
4. Pruebe la comida, remueva de nuevo la mezcla y déjela reposar unos 5 minutos. Servir decorada con perejil.

Carne, pescados y aves

España

Jamón relleno

Tiempo total de cocción: 16-20 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

fuente llana ovalada con tapa (longitud: unos 32 cm)

Ingredientes

- 150 g de espinaca, sin tallos
- 150 g de requesón, 20 % de mat. grasa
- 50 g de queso suizo rallado
- pimienta
- pimentón
- 8 lonjas de jamón cocido (400 g)
- 125 ml de agua
- 125 ml de nata
- 2 CuSop de harina (20 g)
- 2 CuSop mantequilla o margarina (20 g)
- 1 Cda. de mantequilla o margarina para untar el molde

Sugerencia:

También puede emplear la salsa bechamel disponible en el mercado.

Grecia

Berenjenas rellenas con carne picada

Tiempo total de cocción: 20-24 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 1 l)

fuente llana y ovalada con tapa (unos 30 cm de longitud)

Ingredientes

- 2 berenjenas, sin tallo (cada una 250 g)
- sal
- 3 tomates (unos 200 g)
- 1 Cda. de aceite de oliva para untar el molde
- 2 cebollas (100 g), picadas
- 4 pimientos verdes poco picantes
- 200 g de carne picada (de vaca o cordero)
- 2 dientes de ajo, machacados
- 2 CuSop de perejil, picado
- sal, pimienta y pimentón
- 60 g de queso de oveja griego, en dados

Sugerencia:

Las berenjenas se pueden sustituir por calabacines.

1. Cortar la espinaca finamente y mezclarla con el requesón y el queso suizo, condimentar a gusto.
2. Colocar en cada lonja de jamón cocido una cucharada sopera de relleno y enrollar. Fijar los rollitos con pinchos de madera.
3. Preparar una salsa bechamel. Para ello poner el líquido en la fuente, tapar y calentar.

3-4 min.  **900 W**

Amasar la mantequilla con la harina, poner en el líquido y remover con el batidor de mano hasta obtener una mezcla homogénea. Tapar, darle un hervor y dejar espesar.

1-2 min.  **900 W**

Revolver y condimentar.

4. Verter la salsa en el molde untado, colocar los rollitos, tapar y cocer.

12-14 min.  **630 W**

Dejar reposar los rollitos de jamón durante 5 minutos, una vez terminada la cocción.

1. Partir longitudinalmente las berenjenas en mitades. Sacar la pulpa con una cucharita para que quede un borde de aprox. 1 cm de espesor. Sazonar las berenjenas. Cortar la pulpa en dados.
2. Pelar 2 tomates, sacar los rabillos y cortar en dados.
3. Untar el fondo de la fuente con el aceite de oliva, agregar las cebollas picadas, tapar y rehogar ligeramente.

2-3 min.  **900 W**

4. Quitar los tallos de los pimientos, sacar los granos y cortarlos en anillos. Reservar un tercio para la guarnición. Mezclar la carne picada con los dados de berenjenas, cebollas y tomates, los anillos de pimiento, los dientes de ajo machacados y el perejil, condimentar.
5. Secar cuidadosamente las mitades de las berenjenas. Rellenarlas con la mitad de la carne picada, repartir el queso de oveja por encima, y distribuir sobre éste el relleno restante.
6. Adornar las mitades de las berenjenas con el tercer tomate cortado en rodajas y anillos de pimiento, ponerlos en el molde, tapar y cocer.

18-21 min.  **630 W**

Carne, pescados y aves

Francia

Filetes de lenguado

2 porciones

Tiempo total de cocción: 11-13 minutos

Utensilios: fuente llana y ovalada con tapa
(longitud: unos 26 cm)

Ingredientes

- 400 g de filetes de lenguado
- 1 limón entero
- 2 tomates (150 g)
- 1 Cda. de mantequilla o margarina para untar el molde
- 1 CuSop de aceite vegetal
- 1 CuSop de perejil, picado sal y pimienta
- 4 CuSop de vino blanco (30 ml)
- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)

1. Lavar y secar cuidadosamente los filetes de enguado. Quitar las espinas.
2. Cortar el limón y los tomates en rodajas finas.
3. Untar la fuente con la mantequilla, poner los filetes de lenguado y mojar ligeramente con el aceite vegetal.
4. Esparcir el perejil sobre el pescado, cubrir con las rodajas finas de tomate y condimentar. Las rodajas de limón se colocan encima de las de tomate y se mojan con el vino blanco.
5. Colocar copos de mantequilla sobre las rodajas del limón, tapar y cocer.

11-13 min.  **630 W**

Terminada la cocción, los filetes de lenguado deben reposar unos 2 minutos.

Sugerencia:

Para preparar este plato, también se puede usar eglefino, hipogloso, múgol, platija o bacalao.

Verduras, pasta, arroz y albóndigas

Austria




Souffle de espinaca

Tiempo total de cocción: unos 37-42 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)
fuente ovalada llana
(unos 26cm de longitud)

Ingredientes

- 2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)
- 1 cebolla (50 g), bien picada
- 600 g de espinaca, congelada sal & pimienta nuez moscada ajo en polvo
- 1 Cda. de mantequilla o margarina para untar el molde
- 500 g de patatas cocidas, cortadas en rebanadas
- 200 g de jamón cocido, en dados
- 4 huevos
- 125 ml de nata (Crème fraîche) sal y pimienta
- 100 g de queso suizo rallado pimentón para espolvorear

1. Untar el fondo de la fuente con la mantequilla, poner la cebolla picada, tapar y rehogar ligeramente.
2-3 min.  **900 W**
2. Agregar la espinaca, tapar la fuente, cocer. Remover una o dos veces.
12-14 min.  **900 W**
Vaciar el líquido y condimentar la espinaca.
3. Untar con mantequilla la fuente ovalada. Poner, alternado, capas de rodajas de patatas, dados de jamón y espinaca. La capa superior debería ser de espinaca.
4. Batir los huevos con la nata, condimentar la mezcla y verter sobre la verdura. Al final espolvorear con el queso rallado y el pimiento en polvo.
23-25 min.  **630 W**

Sugerencia:

Los ingredientes del soufflé se pueden variar a gusto, p.ej. utilizando brécol, salchichón y pastas.

Verduras, pasta, arroz y albóndigas

Suiza

Colinabo en salsa de eneldo

2 porciones

Tiempo total de cocción: 101/2-131/2 minutos

Utensilios: 2 fuentes con tapa (volumen 1 l)

Ingredientes

400 g de colinabo, en rodajas (2 cabezas)

4-5 CuSop de agua

2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)

150 ml de nata (Crème fraîche)

sal & pimentón

nuez moscada

pimiento en polvo

unas gotas de zumo de limón

1 manojo de eneldo, bien picado

1. Poner los colinabos con el agua en la fuente, tapar y cocer. Remover ocasionalmente.

9-12 min. \triangleleft 900 W

Vaciar el líquido.

2. Distribuir la mantequilla en la segunda fuente, agregar la nata y calentar sin poner la tapa.

¡No debe hervir!

ca. 1 1/2 min. \triangleleft 900 W

3. Condimentar a gusto con la sal, las especias y el zumo de limón. Mezclar cuidadosamente con el eneldo y verter la salsa sobre el colinabo.

Después de cocinado, dejar reposar durante 2 minutos aprox.

Sugerencia:

El colinabo se puede sustituir por salsifí negro.

Italia

Tagliatelle a la nata y albahaca

2 porciones

Tiempo total de cocción: 16-22 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

fuentes redonda para soufflé

(unos 20 cm de diámetro)

Ingredientes

1 l de agua

1 Cdta. de sal

200 g de tagliatelle (tallarines)

1 diente de ajo

15 - 20 hojas de albahaca

200 g de nata (Crème fraîche)

30 g de queso parmesano rallado

sal y pimienta

1. Poner agua salada en la fuente, tapar y hervir.

9-11 min. \triangleleft 900 W

2. Agregar los tallarines, volver a iniciar la cocción y dejar cocer lentamente.

1. 1-2 min. \triangleleft 900 W

2. 6-9 min. \triangleleft 270 W

3. En el interín untar el molde para soufflé con el diente de ajo y picar las hojas de albahaca. Guardar un poco de la albahaca para la guarnición posterior.

4. Escurrir bien los tallarines y mezclarlos con la nata y la albahaca distribuida por encima.

5. Agregar el queso parmesano, sal y pimienta, poner en el molde para soufflé y remover. Adornar el plato con guarnición de albahaca y servirlo en caliente.

Suiza

Risotto a la ticino

Tessiner Risotto

Tiempo total de cocción: 20-25 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

50 g de bacon entreverado

2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)

1 cebolla (50), bien picada

200 g de arroz de grano redondo (Arboris)

400 ml de caldo de carne

70 g de queso "Sbrinz", rallado (se puede sustituir por queso suizo rallado)

1 pizca de azafrán

sal y pimienta

1. Cortar el bacon en dados. Untar el fondo de la fuente con la mantequilla, poner el bacon y la cebolla, tapar y rehogar ligeramente.

2-3 min. \triangleleft 900 W

2. Agregar el arroz y el caldo de carne, iniciar la cocción y dejar hervir lentamente.

1. 3-5 min. \triangleleft 900 W

2. 15-17 min. \triangleleft 270 W

Terminada la cocción, dejar reposar el arroz de 3-5 minutos.

3. Mezclar con el queso y el azafrán y condimentar.

Sugerencia:

Como aditamentos se pueden recomendar rebuzuelos o champiñones y una ensalada mixta.

Verduras, pasta, arroz y albóndigas

Italia

Lasaña al horno

Tiempo total de cocción: 18-25 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)
fuente cuadrada llana con tapa
(unos 20 x 20 x 6 cm)

Ingredientes

| | |
|---------|---|
| 300 g | de tomates de lata |
| 50 g | de jamón crudo, en dados finos |
| 1 | cebolla (50 g), bien picada |
| 1 | diente de ajo, machacado |
| 250 g | de carne picada de vaca |
| 2 CuSop | de pulpa de tomate (30 g) sal & pimienta orégano, tomillo, albahaca |
| 150 ml | de nata (Crème fraîche) |
| 100 ml | de leche |
| 50 g | de queso parmesano rallado |
| 1 Cdto. | de hierbas mixtas picadas |
| 1 Cdto. | de aceite de oliva nuez moscada |
| 1 Cdto. | de aceite vegetal para untar la fuente |
| 125 g | de láminas de lasaña verde |
| 1 CuSop | de queso parmesano rallado |
| 1 CuSop | de mantequilla o margarina |

1. Cortar los tomates en rodajas y mezclarlos con el jamón, cebolla, ajo, carne picada y la pulpa de tomate, condimentar, tapar y rehogar.

5-8 min.  **900 W**

2. Mezclar la nata y la leche con el queso parmesano, las hierbas y el aceite; condimentar esta mezcla.
3. Untar la fuente cuadrada y poner un tercio de la pasta en su fondo. Poner la mitad de la carne picada sobre la pasta y mojar con un poco de la salsa. Encima de la carne se coloca otra capa de pasta, seguida de mezcla de carne y de salsa, poniendo el resto de la pasta por encima como capa final.
Cubrirlo todo con mucha salsa y el queso parmesano. Se adorna con copos de mantequilla; tapar y cocer.

13-17 min.  **630 W**

Terminada la cocción dejar reposar la lasaña de 5-10 minutos.


Grecia

Pasta de patatas al ajo

Tiempo total de cocción: 8-10 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 1 l)
Ingredientes

| | |
|-----------|--|
| 400 g | de patatas con su monda |
| 2-3 CuSop | de agua |
| 2-3 | dientes de ajo |
| 6 CuSop | de aceite de oliva |
| 6 CuSop | caldo de carne sal zumo de 1 limón |
| 1 | pimiento morrón dulce |

1. Poner las patatas y el agua en una fuente, tapar y cocer. Remover ocasionalmente.
- 8-10 min.**  **900 W**
2. Mondar las patatas y, todavía calientes, pasarlas por un pasapurés o un tamiz fino.
 3. Machacar los dientes de ajo con una prensa para ajo y agregarlos a las patatas.
 4. Agregar a las patatas y mezclando a gusto el aceite de oliva, el caldo, la sal y el zumo de limón hasta que obtenga una masa homogénea. Dado el caso añadir un poco más de aceite o caldo.
 5. Servir la pasta con guarnición de pimiento morrón cortado en anillos.

Verduras, pasta, arroz y albóndigas

Austria

Albóndigas de pan

5 albóndigas

Tiempo total de cocción: 8-11 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

5 tazas o moldecitos de flan

Ingredientes



2 CuSop de mantequilla o margarina (20 g)

1 cebolla (50 g), bien picada
unos

500 ml de leche

200 g de panecillos duros cortados en dados
(unos 5 panecillos)

3 huevos

1. Distribuir la mantequilla en el fondo de la fuente, agregar la cebolla, tapar y rehogar.
2. Agregar la leche y volver a calentar.
1-2 min.  **900 W**
3. Cortar los panecillos en pequeños dados y verter la mezcla de leche por encima. Batir los huevos, añadirlos y mezclar revolviendo todo bien hasta que se produzca una masa blanda.
Añadir más leche si fuera necesario.
4. Repartir la masa en las 5 tazas o moldecitos, cubrir con lámina para microondas, disponer cerca del borde del plato giratorio del horno y cocer.
7-9 min.  **900 W**
Terminada la cocción, dejar reposar las albóndigas unos dos minutos. Antes de servir las, desmoldear las albóndigas sobre un plato.

Bedidas, postres y tartas

Alemania

Pudín de sémola con salsa de frambuesas

Tiempo total de cocción: unos 15-19 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

500 ml de leche

40 g de azúcar

15 g de almendras picadas

50 g de sémola

1 yema de huevo




1 CuSop de agua

1 clara de huevo

250 g de frambuesas

50 ml de agua

40 g de azúcar

1. Poner la leche, azúcar y almendras en la fuente, tapar y calentar.
3-5 min.  **900 W**
2. Añadir la sémola, remover, tapar y cocer.
10-12 min.  **270 W**
3. En una taza batir la yema de huevo con una cucharada sopera de agua y agregarla a la mezcla caliente revolviendo. Batir la clara de huevo hasta montarla y añadirla a la mezcla. Poner el budín de sémola en moldecitos.
4. Para la salsa: Lavar y secar cuidadosamente las frambuesas y ponerlas, junto con agua y azúcar, en una fuente; tapar y calentar.
2-3 min.  **900 W**
5. Preparar un puré con las frambuesas que, con el budín de sémola, se puede servir tanto frío o caliente.

Alemania

Limón caliente

1 porción


Tiempo total de cocción: 1 minuto

Utensilios: vaso para té (volumen: 150 ml)

Ingredientes

100 ml de agua
el zumo de un limón

2-3 CuSop de azúcar

1. Poner el agua y el zumo de limón en la taza; calentar.
ca. 1 min.  **900 W**
Agregar azúcar a gusto.

Bedidas, postres y tartas

Países Bajos

Ponche

10 porciones

Tiempo total de cocción: 8-10 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

500 ml de vino blanco

500 ml de vino tinto, seco

500 ml de ron, de 54 % en volumen

1 naranja entera

3 barritas de canela

75 g de azúcar

10 Cda. sazúcar almibarada

1. Primero echar el alcohol en la fuente. Sacar una cáscara delgada de la naranja y poner esta cáscara en el alcohol, junto con la canela y el azúcar. Tapar y calentar el ponche.

8-10 min. ⚡ **900 W**

Sacar la cáscara de naranja y la canela. Poner una cucharadita de azúcar almibarada en vasos para "grog", rellenar con el ponche y servir.

Gran Bretaña

Tarta de chocolate

12 porciones

Tiempo total de cocción: 8-10 minutos

Utensilios: molde de bizcocho de Saboya (unos 21 cm de diámetro, 10 cm de altura)
2 fuentes con tapa (volumen 1l)

Ingredientes

175 g de mantequilla o margarina

175 g de azúcar

3 huevos

175 g de harina

1 Cda. de levadura en polvo

2 CuSop de cacao (20 g)

50 ml de leche

1. Batir la mantequilla hasta que esté cremosa; a continuación agregar removiendo lentamente el azúcar. Añadir un huevo después del otro y remover bien. Agregar la mezcla consistente en harina, levadura en polvo y cacao. Echar la leche y remover todo bien.
2. Untar el molde, llenarlo con la masa y cocer.

8-10 min. ⚡ **630 W**

Pruebe con un mondadientes si la masa está cocida.

3. Dejar reposar la tarta en el molde unos 10 minutos, después desmoldear.

Austria

Chocolate con nata

1 porción

Tiempo total de cocción: 1 minuto

Utensilios: taza grande (volumen: 200 ml)

Ingredientes

150 ml de leche

30 g de chocolate de taza amargo rallado

30 ml de nata

fideos de chocolate para decoración

1. Verter la leche en la taza. Añadir el chocolate, remover y calentar. Volver a remover una vez mientras se calienta.

ca. 1 min. ⚡ **900 W**

2. Batir la nata hasta montarla, ponerla sobre el chocolate y adornar con guarnición de fideos de chocolate, servir.

Bedidas, postres y tartas

Francia

Peras al chocolate

Tiempo total de cocción: 8-13 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

fuelle con tapa (volumen 1 l)

Ingredientes

- 4 peras (600 g)
- 60 g de azúcar
- 1 bolsita de azúcar de vainilla (10 g)
- 1 CuSop de licor de peras (de 270 W en volumen)
- 150 ml de agua
- 130 g de chocolate amargo
- 100 g de nata (Crème fraîche)

Sugerencia:

Se puede acompañar con helado de vainilla.

1. Pelar las peras enteras.
2. Poner el azúcar, el azúcar de vainilla, el licor y el agua en la fuente (más grande), mezclar removiendo, tapar y calentar.
1-2 min. ▲ 900 W
3. Colocar las peras en este líquido, tapar y cocer.
5-8 min. ▲ 900 W
Sacar las peras del líquido y dejarlas enfriar en un lugar frío.
4. Echar 50 ml de este líquido de las peras en la fuente menor. Agregar el chocolate cortado en trozos pequeños y la nata. Tapar y calentar.
2-3 min. ▲ 900 W
5. Remover bien la salsa y verterla sobre las peras, servir.

Suecia

Arroz con pistachos y fresas

Tiempo total de cocción: 27-31 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

- 125 g de arroz de grano largo
- 150 ml de leche
- 175 ml de agua
- 1 vaina de vainilla
- 1 pizca de sal
- 50 g de azúcar
- 250 g de fresas
- 40 g de azúcar
- 40 ml de "Cointreau" (licor de naranja, de 40% en volumen)
- 200 ml de nata
- 1 clara de huevo
- 50 g de pistachos

1. Poner el arroz en la fuente y rellenar con el líquido. Abrir la vaina de vainilla y agregarla, junto con sal y azúcar, al arroz. Tapar y cocer.
1. 3-5 min. ▲ 900 W
2. 24-26 min. ▲ 270 W
Terminada la cocción, dejar reposar el arroz unos 5 minutos.
2. Partir las fresas en mitades y mezclarlas con el azúcar y el licor de naranja.
3. Sacar la vaina de vainilla del arroz y dejarlo enfriar, removiéndolo sobre una fuente de agua fría. Batir separadamente la nata y la clara de huevo hasta montarlas. Mezclar con el arroz frío primero los pistachos, después la nata batida, y al final la clara de huevo con el arroz frío.
4. Preparar el arroz en una fuente grande, hacer un hueco en el centro y llenarlo con las fresas.

Bedidas, postres y tartas

Alemania

Tarta de queso

12 porciones

Tiempo total de cocción: 21-27 minutos

Utensilios: molde redondo (unos 26 cm de diámetro)

Ingredientes

300 g de harina
 1 CuSop de cacao
 3 Cdtas de levadura en polvo
 150 g de azúcar
 1 huevo
 150 g de mantequilla o margarina
 1 Cdto de mantequilla o margarina para untar el molde
 100 g de mantequilla o margarina
 100 g de azúcar
 1 bolsita de azúcar de vainilla (10 g)
 3 huevos
 400 g de requesón, 20 % de mat. grasa
 1 bolsita de polvo para flan, sabor de vainilla (40 g)

1. Mezclar la harina con el cacao y la levadura en polvo, agregar el azúcar, el huevo y la mantequilla; amasar todo bien usando los accesorios amasadores de la batidora de mano.
2. Untar el molde y llenarlo con aprox. 2/3 de la masa que se aplica bien sobre el fondo. Subir un borde de 2 cm de altura y prehornear dicha masa.

6-8 min. ⚡ **630 W**

3. Para el relleno: Batir la mantequilla con el batidor de mano, agregar el azúcar y gradualmente añadir los huevos. Al final mezclar removiendo el requesón y el polvo para flan.
4. Distribuir el requesón preparado sobre la base prehornada seguido del resto de la masa y hornear.

15-19 min. ⚡ **630 W**

Dinamarca

Jalea de bayas con salsa de vainilla

Tiempo total de cocción: 8-10 minutos

Utensilios: fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

150 g de grosellas, limpias y sin tallo
 150 g de fresas, limpias y sin tallo
 150 g de frambuesas, limpias y sin tallo
 250 ml de vino blanco
 100 g de azúcar
 50 ml de zumo de limón
 8 hojas de gelatina
 300 ml de leche
 pulpa de 1/2 vaina de vainilla
 30 g de azúcar
 15 g de fécula (espesante de alimentos)

Sugerencia:

La jalea de frutas se puede acompañar muy bien con nata fría o yogur.

1. Lavar las frutas, quitar los tallos y secarlas cuidadosamente. Retener algunas frutas para usarlas de guarnición. Hacer un puré con las frutas restantes junto con el vino blanco; poner el puré en la fuente, tapar y calentar.

5-7 min. ⚡ **900 W**

Agregar revolviendo el azúcar y el zumo de limón.

2. Remojar la gelatina unos 10 minutos en agua fría, sacarla ocasionalmente transcurrido ese lapso de tiempo y estrujarla. Mezclar revolviendo la gelatina con el puré caliente de frutas hasta que se disuelva. Poner la jalea en el frigorífico para que adquiera consistencia.
3. Para la salsa de vainilla: Poner la leche en la otra fuente, abrir la vaina de vainilla y sacar la pulpa. Mezclar revolviendo esta pulpa, el azúcar y la fécula con la leche, tapar y cocer. Remover durante la cocción y también al final.

3-5 min. ⚡ **900 W**

4. Desmoldear la jalea sobre un plato y adornar con las frutas enteras retenidas. Servir con la salsa de vainilla.

Cuidado y limpieza

PRECAUCIÓN: NO UTILICE PRODUCTOS COMERCIALES PARA LA LIMPIEZA DE HORNOS, APARATOS DE LIMPIEZA A VAPOR, PRODUCTOS ABRASIVOS, PRODUCTOS FUERTES, NINGÚN PRODUCTO QUE CONTenga HIDRÓXIDO DE SODIO NI ESTROPAJOS PARA LIMPIAR NINGUNA PARTE DEL HORNO.

Exterior del horno

El exterior de su horno puede limpiarse fácilmente con jabón suave y agua. No se olvide de eliminar el jabón con un paño y de secar el exterior del horno con una toalla suave.

Panel de mandos

Abra la puerta antes de limpiar para que se desactive el panel de mandos. Hay que tener cuidado al limpiar el panel de mandos. Utilizando un paño humedecido solamente en agua, y páselo suavemente por el panel hasta que éste quede limpio. No emplee ningún producto de limpieza químico o abrasivo.

Interior del horno

1. Para limpiar el horno, quite las partes de comida derramada y las salpicaduras con un paño humedecido o con una esponja,

después de usarlo y mientras está todavía caliente. Para limpiar las salpicaduras o manchas más grandes, utilice jabón suave y quítelas frotando varias veces con un paño humedecido hasta que desaparezcan por completo.

2. Tenga cuidado de que el jabón o el agua no se introduzca por los pequeños orificios de las paredes porque el horno podría sufrir daños.
3. No utilice productos pulverizadores de limpieza en el interior del horno.

Plato giratorio y soporte del rodillo

Retire primero el plato giratorio y el soporte del rodillo del horno. Lave después tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo en agua jabonosa y séquelos con un paño seco. Tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo pueden lavarse también en un lavaplatos.

Puerta

Limpie frecuentemente la puerta, los sellos de la puerta, zanas adyacentes y los dos lados de la ventana con un paño húmedo para limpiar los alimentos derramados o las salpicaduras.

NOTA: No deben utilizarse aparatos de limpieza a vapor.

¿Qué hacer si...



... el aparato microondas no funciona correctamente?

- Cerchiórese de que
- funcionen los fusibles de la caja de fusibles,
 - no haya habido algún corte de energía.
 - Si se siguen fundiendo los fusibles, póngase en contacto con un electricista cualificado.



... el modo microondas no funciona?

- Cerchiórese de que
- la puerta esté bien cerrada,
 - el cierre hermético de la puerta y sus superficies estén limpios,
 - se haya pulsado el botón START (Inicio)



... el plato giratorio no gira?

- Cerchiórese de que
- el soporte del plato giratorio esté correctamente enganchado al mecanismo impulsor,
 - el recipiente colocado en el interior no sobresalga del plato giratorio,
 - los alimentos no sobresalgan del borde del plato giratorio impidiendo que gire.
 - no haya ningún objeto en el hueco bajo el plato giratorio.



... el microondas no se apaga?

- Aísle el aparato de la caja de fusibles.
- Póngase en contacto con un agente autorizado de servicio de AEG.



... la iluminación interior no funciona?

- Llame a un agente autorizado de servicio de AEG La bombilla interior solo puede ser sustituida por un agente autorizado de servicio de AEG.



... los alimentos tardan más de lo normal en calentarse por completo y cocinarse?

- Aumente el tiempo de cocción (a cantidad doble, casi el doble de tiempo) o
- si los alimentos están más fríos que de costumbre, gírelos o deles la vuelta de vez en cuando o
- aumente el nivel de potencia.9

NOTA: Si cocina los alimentos durante más tiempo del normal a solo 900 W, la potencia del horno disminuirá automáticamente para evitar un sobrecalentamiento. (El nivel de potencia de microondas se reducirá a 630 W). Tras una pausa de 75 segundos, puede volver a seleccionarse el nivel alto de potencia (900 W).

| Modo de cocción | Tiempo normal | Potencia reducida |
|---------------------|---------------|---------------------|
| 900 W de microondas | 40 minutos | 630 W de microondas |


Certificado de garantía,

Estimado Usuario :

Queremos felicitarle por su compra y agradecerle la confianza depositada en nuestra Compañía.

Su electrodoméstico dispone de una garantía de **24 meses para piezas, mano de obra y desplazamiento.**

Para poder beneficiarse de este garantía **NO OLVIDE REGISTRAR SU ELECTRODOMÉSTICO:**

- a) Cumplimente el Certificado de Compra adjunto y envíelo dentro de los 0 días siguientes a la fecha de la compra o
- b) Regístrese por teléfono, llamando al
 **902 11 76 93 Registro y Ampliación de Garantía**

En caso de avería, póngase en contacto con el servicio Técnico Oficial

 **902 11 63 88 SERVICIO TÉCNICO OFICIAL**

... **Contrate el Plan de Ampliación de Garantía**

El Plan de Ampliación de Garantía prolonga hasta 5 años la protección y ventajas que le ofrece el Grupo Electrolux nos seusen su producto. **VD. NO TENDRÁ QUE PAGAR LA FACTURA** en caso de avería, ni preocuparse por reclamaciones. Domestic & General protegerá sus intereses.

¿Qué beneficios le ofrece?

Tranquilidad garantizada y seguridad total durante el período de cobertura.

Cobertura completa: mano de obra, piezas, componentes y desplazamiento.

Sin límite en el número de reparaciones.

Atención especializada por Técnicos Oficiales del Grupo Electrolux.

Posibilidad de renovación una vez terminado el período de cobertura.

Cuánto cuesta el Plan de Ampliación de Garantía?

Este plan le protegerá durante **3 años adicionales**, a la garantía del fabricante por sólo:

79 €

Si su electrodoméstico es una **LAVADORA, LAVAVAJILLAS, LAVADORA-SECADORA.**

49 €

Si su electrodoméstico es una **SECADORA, FRIGORÍFICO, MICROONDAS, ASPIRADORA, CAMPANA, COCINA, HORNO, COMBI, CONGELADOR, ENCIMERA.**

Tarifas válidas hasta el 31 Diciembre de 2004. Posteriormente, Ud. deberá validar nuevas tarifas poniéndose en contacto con el teléfono 902 11 76 93.

Conservar durante toda la vigencia de la garantía la factura de compra

Condiciones de Garantía:

ELECTROLUX HOME PRODUCTS ESPAÑA, S.A. garantiza al usuario del aparato cuyos datos de identificación figuran en el presente documento, durante el plazo de dos (2) años desde la fecha de su entrega, la reparación totalmente gratuita de las averías que experimente el aparato, incluyendo la presente garantía tanto el coste de las piezas de recambio como el de la mano de obra y, en su caso, el del desplazamiento del personal técnico del Servicio Oficial de la Marca al domicilio del usuario.

En el supuesto de que el producto, por su tamaño y movilidad, fuera susceptible de ser transportado por el usuario al Taller Oficial de la Marca, éste quedará liberado de la obligación de trasladar su personal técnico al domicilio del usuario.

Para hacer uso del derecho de garantía aquí reconocido, será requisito necesario que el aparato se destine al uso privado. También será necesario presentar al personal técnico de la marca, antes de su intervención, la factura o ticket de compra del aparato o el albarán de entrega correspondiente si éste fuera posterior, en unión del presente documento. La garantía quedará sin efecto en los casos de averías producidas como consecuencia de:

- Fuerza mayor (fenómenos atmosféricos, geológicos, etc.).
- Instalación y/o conexión incorrectas o no reglamentarias (voltaje, presión de gas o agua, conexión eléctrica o hidráulica no adecuadas, nivelación inadecuada del aparato).
- Intervención de personal técnico no autorizado o no perteneciente al Servicio Oficial de la marca.
- Manipulación de los datos que figuren en factura, ticket de compra o albarán de entrega del aparato o en este documento.
- Uso no acorde con las instrucciones del fabricante.

Esta garantía no cubre las operaciones de mantenimiento periódico del producto (limpieza de filtros, condensadores, etc.).

Se informa al usuario que, además de la garantía reconocida en este documento, tiene la protección que le concede la Ley respecto a la necesidad de que el bien adquirido sea conforme con el contrato de compraventa, pudiendo reclamar al vendedor, en caso de disconformidad, por las faltas que se pongan de manifiesto en el plazo de dos (2) años desde la entrega. En ese supuesto, tendrá derecho a solicitar la reparación gratuita del bien o a la sustitución de éste, salvo que una de esas opciones resulte imposible o desproporcionada.

ELECTROLUX HOME PRODUCTS ESPAÑA, S.A. Sociedad Unipersonal

Méndez Alvaro, 20 - 28045 MADRID - CIF A08145872

Condiciones del Plan de Ampliación de Garantía:

El Plan de Ampliación de Garantía es válido para electrodomésticos nuevos y es aplicable dentro de los 30 días siguientes a la fecha de compra.

La cobertura no es transferible a terceras partes sin el consentimiento por escrito del Asegurador.

El plan cubre electrodomésticos destinados a uso doméstico solamente.

Un ejemplar del Certificado dando detalles completos de las exclusiones y condiciones puede ser obtenido bajo petición. El usuario deberá mantener copias de cualquier correspondencia relativa a esta propuesta. Una copia de la propuesta está disponible hasta tres meses después de su implementación. La contratación de un Plan de Ampliación de Garantía no limita su protección bajo la garantía del fabricante, ni afecta sus derechos.

El Plan de Ampliación de Garantía está asegurado por Domestic Et General Insurance. Sucursal en España, C/Orense, 16 2° E 28020 Madrid.

Especificaciones

| | |
|--|---|
| Voltaje de red de c.a. | : 230 V, 50 Hz, single phase |
| Interruptor automático/ fusible de red de distribución | : Minimum 10 A |
| Potencia de c.a. necesaria: | Microondas : 1.3 kW |
| Potencia de salida: | : 900 W (IEC 60705) |
| Frecuencia de microondas: | : 2450 MHz |
| Dimensiones del exterior: | : 592 mm (Ancho) x 460 mm (Altura) x 437 mm (Profundidad) |
| Dimensiones de la cavidad | : 342 mm (Ancho) x 207 mm (Altura) x 368 mm (Profundidad) * |
| Capacidad del horno | : 26 litros * |
| Plato giratorio | : ø 325 mm, vidrio |
| Peso | : 20 kg aproximadamente |
| Luz del horno | : 25 W/240 - 250 V |

* La capacidad interna se calcula midiendo el ancho, la profundidad y la altura máximas. La capacidad real para contener alimentos es menor.



Este horno cumple los requisitos de las Directivas 89/336/CEE y 73/23/CEE enmendadas por 93/68/CEE.

LAS ESPECIFICACIONES ESTÁN SUJETAS A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO COMO PARTE DEL DESARROLLO CONTINUO

Información importante



Desechar los materiales de embalaje y los aparatos viejos de un modo responsable con el medio ambiente



Material de embalaje

Los hornos microondas AEG vienen eficazmente embalados para protegerlos durante el transporte. Solo se utiliza el embalaje imprescindible.

Los materiales de embalaje (p. ej. papel metalizado o espuma de estireno) pueden suponer un riesgo para los niños



Peligro de asfixia. Mantenga el material de embalaje fuera del alcance de los niños.en.



Todos los materiales de embalaje que se utilizan respetan el medio ambiente y pueden reciclarse. El cartón se fabrica con papel reciclado y las piezas de madera están sin tratar. Los elementos de plástico están señalados del modo siguiente:

«PE» polietileno, p.ej. cinta de embalaje

«PS» poliestireno, p.ej. embalaje (sin CFC)

«PP» polipropileno, p.ej. correas de embalaje

Al utilizar y reutilizar el embalaje, se ahorra materia prima y se reduce el volumen de desechos. Debe llevar el embalaje al centro de reciclaje más cercano.

Póngase en contacto con su ayuntamiento para obtener información



Desechar aparatos viejos

Antes de desechar aparatos viejos, debe cerciorarse de que quedan seguros quitando el enchufe, cortando y tirando el cable de alimentación.

A continuación, debe llevarse al centro de reciclaje más cercano. Consulte a su ayuntamiento o a su Oficina del Medio Ambiente para comprobar si en su localidad hay un servicio para reciclar el aparato.

i Instalación

INSTALACIÓN DEL APARATO

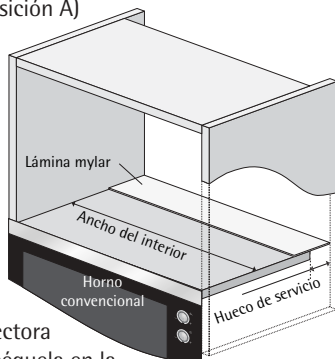
1. Retire todo el embalaje y compruebe con cuidado que no haya ningún signo de daños producidos.
2. Si desea instalar el horno microondas sobre un horno convencional (posición A)

utilice la lámina mylar que se proporciona.

- a. Corte la

lámina mylar a la medida del ancho interno del aparato.

- b. Retire la cubierta protectora de la cinta y péguela en la parte trasera del estante de modo que cubra el hueco de servicio. (Consulte el diagrama).



3. Instale el aparato en el armario de la cocina, lentamente y sin ejercer presión, hasta que el marco frontal del horno quede encajado en la apertura frontal del armario.

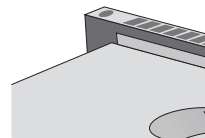
4. Cerciórese de que el aparato esté estable y no se incline.

Cerciórese de que haya un hueco de 5 mm entre la puerta del armario superior y la parte de arriba del marco (consulte el diagrama).



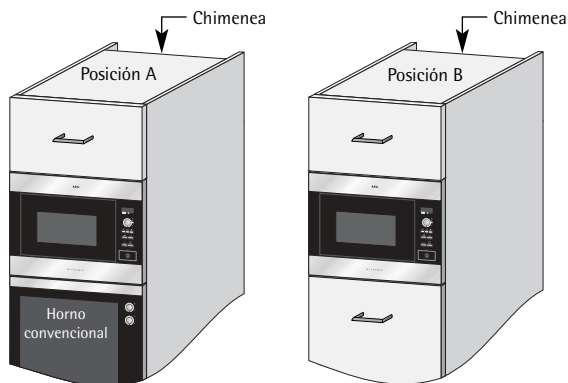
5. Fije el horno en su posición con los tornillos que se suministran.

Los puntos de sujeción se encuentran en las esquinas superiores e inferiores del horno (consulte el diagrama, elemento 9, en la página 177).



6. Es importante asegurarse de que este producto se instala siguiendo las instrucciones de este manual de funcionamiento y las instrucciones de instalación facilitadas por el fabricante del horno convencional o el quemador.

Si desea instalar el horno en las posiciones A o B:



| Posición | Tamaño del habitáculo | | | Chimenea (mínimo) | Espacio entre el armario y el techo |
|----------|-----------------------|-----|-----|-------------------|-------------------------------------|
| | W | D | H | | |
| A | 560 | 550 | 450 | 50 | 50 |
| B | 560 | 500 | 450 | 40 | 50 |

Medidas expresadas en (mm)


Instalación

CONEXIÓN DEL APARATO AL SUMINISTRO DE ENERGÍA

- La salida eléctrica debería ser fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse fácilmente en caso de emergencia.
- La toma no debería estar situada detrás del armario.
- La mejor posición es encima del armario, véase (A).
Cuando el cable eléctrico no esté conectado en posición (A), debería extraerse del clip de soporte (véase el diagrama, punto 13, en la página 177) y hacerse pasar por debajo del horno.
- Conecte el aparato a una corriente alterna de 230 V / 50 Hz. de fase única mediante una toma de tierra correctamente instalada.
La toma debe estar provista de un fusible de ≥ 10 A.
- **El cable de suministro de energía sólo puede ser reemplazado por un electricista.**
- Antes de la instalación, ate un trozo de cuerda en el cable de suministro de energía para facilitar la conexión en el punto (A) cuando se esté instalando el aparato.
- Al insertar el aparato en un armario de lados altos, NO aplaste el cable de suministro de energía.
- No sumerja el cable de suministro de energía en agua ni en ningún otro líquido.



CONEXIÓN ELÉCTRICA

 **ADVERTENCIA:**
DEBE CONECTARSE ESTE APARATO A TIERRA
El fabricante rechaza responsabilidad alguna en caso de incumplimiento de esta medida de seguridad.

Si el enchufe instalado en su aparato no es adecuado para la toma de corriente de que dispone, debe llamar a su agente local autorizado de servicio de AEG.



From the Electrolux Group. The World's No.1 choice.

The Electrolux group is the world's largest producer of powered appliances for the kitchen, cleaning and outdoor use. More than 55 million Electrolux Group products (such as refrigerators, cookers, washing machines, vacuum cleaners, chain saws and lawn mowers) are sold each year to a value of approx. USD 14 billion in more than 150 countries around the world.

AEG Hausgeräte GmbH
Postfach 1036
D-90327 Nürnberg

<http://www.aeg.hausgeraete.de>

© Electrolux plc 2004

TINS-A354URRO 

Printed on recycled paper-
AEG - putting words into action

Printed on paper manufactured with
environmentally sound processes.
He who thinks ecologically acts accordingly ...