

QN 4035 / QN4036

Microwave oven
Mikrovågsugn
Mikrobølgeovn
Mikroaaltouuni

Operating instructions

(GB)

Bruksanvisning

(S)

Bruksanvisning

(N)

Käyttöohje


(FI)



Innehåll

Viktiga säkerhetsinstruktioner	31 - 32
Ugn och tillbehör	33
Kontrollpanel	34
Före användning	35
Inställning av klockan	35
Vad är mikrovågor?	36
Lämpliga eldfasta formar	36
Tips och råd	37 - 39
Mikrovågsugnens effektnivå	40
Manuell användning	40
Andra användbara funktioner	41 - 42
Automatisk användning	43
Tabeller för automatisk användning	44 - 46
Recept för automatisk användning, AC-6 och AC-7	46 - 47
Tillagningstabeller	48 - 50
Recept	50 - 54
Skötsel och rengöring	55
Vad gör jag om... ..	56
Garanti & service	57
Specifikationer	58
Viktig information	58
Installation	59 - 60



Symbolen  på produkten eller emballaget anger att produkten inte får hanteras som hushållsavfall. Den skall i stället lämnas in på uppsamlingsplats för återvinning av el- och elektronikkomponenter. Genom att säkerställa att produkten hanteras på rätt sätt bidrar du till att förebygga eventuellt negativa miljö- och hälsoeffekter som kan uppstå om produkten kasseras som vanligt avfall. För ytterligare upplysningar om återvinning bör du kontakta lokala myndigheter eller sophämtningstjänst eller affären där du köpte varan.



Viktiga säkerhetsinstruktioner

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER: LÄS DENNA TEXT NOGA OCH SPARA DEN FÖR FRAMTIDA BRUK

Tatt undvika brandrisk

Mikrovågsugnen bör inte lämnas utan uppsikt under användning. För höga effektnivåer eller för långa tillagningstider kan överhettas maten och orsaka eldsvåda.

Det elektriska uttaget måste vara lätt åtkomligt så att enheten lätt kan kopplas ur i en nödsituation. Strömförsörjningen måste vara 230 V, 50 Hz, med minst 10 A säkring, eller minst 10 A distributionsrelä.

Vi rekommenderar att en separat strömkrets som enbart hör till denna enhet används.

Ugnen bör inte förvaras eller användas utomhus.

ÖPPNA INTE DÖRREN om mat som värms upp börjar ryka. Stäng av ugnen, dra ur sladden och vänta tills maten har slutat att ryka. Om du öppnar dörren medan maten ryker kan detta orsaka eldsvåda.

Använd endast mikrovågssäkra behållare och kärl. Se sidan 36.

Lämna inte ugnen utan uppsikt vid användning av engångsplast, papper eller andra lättantändliga matbehållare.

Rengör mikrovågsskyddet, ugnsutrymmet, den roterande tallriken och tallriksstödet efter användning. Dessa måste vara torra och fettfria. Gammalt fett kan överhettas och börja ryka eller fatta eld.

Placera inte lättantändliga material nära ugnen eller ventilationsöppningarna.

Blockera inte ventilationsöppningarna. Ta bort alla metallförslutningar, påsklämmor etc. från mat och matförpackningar.

Svetsade metallytor kan orsaka eldsvåda. Använd inte mikrovågsugnen för att värma upp olja till fritering.

Temperaturen kan inte kontrolleras och oljan kan fatta eld.

Använd endast specialpopcorn för mikrovågsgugnar, om du vill poppa popcorn. Förvara inte mat eller andra föremål inuti ugnen.

Kontrollera inställningarna när du har startat ugnen för att säkerställa att ugnen fungerar som du önskar.

Se motsvarande tips i handboken.

Att undvika risk för kroppsskada

VARNING:

Använd inte ugnen om den är skadad eller inte fungerar som den ska. Kontrollera följande före användning:

- Dörren: Se till så att dörren stängs ordentligt och kontrollera att den inte är feljusterad eller skev.
- Gångjärnen och säkerhetslåsen: Kontrollera att de inte är trasiga eller lösa.
- Dörrtätningarna och tätningsytorna: Kontrollera att de inte har skadats.
- Inuti ugnsutrymmet eller på dörren: Kontrollera att det inte finns några bucklor.
- Strömssladden och kontakten: Kontrollera att de inte är skadade.

Justera, reparera eller ändra aldrig ugnen själv. Det är riskfyllt för alla som inte har lämplig utbildning att utföra service eller reparation som innefattar avlägsnande av höljet, vilket skyddar mot exponering av mikrovågsstrålning.

Använd inte ugnen med dörren öppen och ändra inte dörrlåset på något sätt.

Använd inte ugnen om det finns något föremål mellan dörrtätningen och tätningsytorna.

Låt inte fett eller smuts samlas på dörrtätningar och närliggande delar. Följ instruktionerna för "Skötsel och rengöring" på sidan 55. Om ugnen inte hålls ren kan ytan försämrats på ett sätt som kan påverka apparatens livslängd negativt, och möjligtvis resultera i en farlig situation.

Individer med PACEMAKER bör rådfråga sin läkare eller tillverkaren av pacemakern om säkerhetsföreskrifter beträffande mikrovågsgugnar.

Att undvika risk för elektriska stötar

Du får inte under några omständigheter ta bort det yttre höljet.

Undvik att spilla eller stoppa in föremål i dörrlåsöppningarna eller ventilationsöppningarna. I händelse av spill, ska du stänga av och koppla ur ugnen omedelbart och ringa Husqvarna-Electrolux Service. Doppa inte strömssladden eller kontakten i vatten eller någon annan vätska. Låt inte strömssladden löpa över heta eller vassa ytor, som t.ex. området kring varmluftsventilen på den bakre delen av ugnens ovasida.

Försök inte att byta ut ugnslampan själv, och låt inte heller någon som inte är auktoriserad av Husqvarna-Electrolux Service göra det. Om ugnslampan går sönder, ska du kontakta din återförsäljare eller Husqvarna-Electrolux Service. Om strömssladden till denna apparat skadas måste den bytas ut mot en specialsladd. Detta utbyte måste göras av Husqvarna-Electrolux Service.



Viktiga säkerhetsinstruktioner

Att undvika risk för explosion eller plötslig kokning:

WARNING: Vätskor och annan mat får inte värmas upp i förslutna behållare eftersom de kan explodera.

Använd aldrig förslutna behållare. Ta bort förslutningar och lock före användning. Förslutna behållare kan explodera på grund av ett uppbyggt tryck även efter det att ugnen har stängts av. Var försiktig när du värmer upp vätskor i mikrovågsugnen. Använd en behållare med bred öppning så att bubblorna kan komma ut.

Uppvärmning av drycker i mikrovågsugn kan medföra försenad eruptiv kokning, och därför måste försiktighet iakttas vid hantering av behållaren.

För att förhindra plötslig eruption av kokande vätska och eventuell skållning:

1. Rör om vätskan före uppvärmning/återuppvärmning.
2. Det är lämpligt att sätta i en glasstav eller liknande redskap i vätskan under återuppvärmning.
3. Låt vätskan stå i ugnen minst 20 sekunder i slutet på koktiden för att förhindra fördröjd eruptiv kokning.

Koka inte ägg i sina skal. Hela hårdkokta ägg bör inte värmas i mikrovågsugn då de kan explodera även efter det att mikrovågsuppvärmningen är klar. Stick hål i äggulan och vitan då du ska tillaga eller värma upp ägg som inte är uppvispade eller rörda, annars kan äggen explodera. Skala och skiva hårdkokta ägg innan du värmer upp dem i mikrovågsugnen.

Stick hål i skalet eller skinnet på potatis, korv och frukt innan tillagning, annars kan de explodera.

Att undvika risk för brännskador

Använd grytlappar eller ugnsvantar när du tar ut mat ur ugnen för att förhindra brännskador. Håll alltid behållare som popcornpåsar, ugnspåsar etc. bortvända från ansikte och händer när du öppnar dem, för att undvika att ångan orsakar brännskador.

För att undvika brännskador bör du alltid testa mattemperaturen och röra om maten före servering. Var speciellt uppmärksam på temperaturen hos mat och drycker som ges till småbarn eller äldre.

Behållarens temperatur ger ingen tillförlitlig indikation om matens eller dryckens temperatur. Kontrollera alltid matens temperatur.

Stå alltid en bit ifrån ugnsdörren när du öppnar den för att undvika att brännas av ånga och värme. Skiva fyllda bakade maträtter efter uppvärmning för att släppa ut ånga och undvika brännskador.

Håll barn borta från dörren för att förhindra att de bränner sig.

Att undvika att barn använder mikrovågsugnen felaktigt

WARNING: Låt endast barn använda ugnen utan uppsikt om de har fått tillräckliga instruktioner, så att barnet klarar av att använda ugnen på ett säkert sätt och förstår riskerna med felaktig användning.

Luta dig inte emot eller gunga på ugnsdörren. Lek inte med ugnen och använd den ej heller som en leksak. Barn bör få lära sig alla viktiga säkerhetsinstruktioner: hur de använder grytlappar, försiktigt tar av lock etc., samt att vara speciellt uppmärksamma på förpackningar (t.ex. självupphetande material) som är utformade för att göra mat frasis, eftersom dessa kan vara extra varma.

Andra varningar

Ändra aldrig ugnen på något sätt. Denna ugn ska endast användas för mattillagning i hemmet och får endast användas för att tillaga mat.

Den är inte lämplig för kommersiell användning eller laboratorieanvändning.

Att underlätta problemfri användning av din ugn och undvika skador

Använd aldrig ugnen när den är tom. Om du använder en brunfärgande form eller ett självupphetande material bör du alltid placera en värmebeständig isolator, som t.ex. en porslinsallriker, under formen eller materialet för att undvika att skada den roterande tallriken vid värmeupfrestningen.

Den uppvärmningstid som anges i instruktionerna för formen får inte överskridas. Använd inte metallredskap, eftersom de återkastar mikrovågor och kan orsaka elektrisk smältning.

Ställ inte konservburkar i ugnen. Använd endast den roterande tallrik och det tallriksstöd som är utformat för denna ugn. Använd inte ugnen utan den roterande tallriken. För att förhindra att den roterande tallriken går sönder:

- (a) Låt den roterande tallriken svalna innan den görs ren med vatten.
- (b) Ställ inte het mat eller heta kärl på en kall roterande tallrik.
- (c) Ställ inte kall mat eller kalla kärl på en het roterande tallrik.

Während das Gerät arbeitet, keine Ställ inte någonting på det yttre höljet under användning.

OBS:

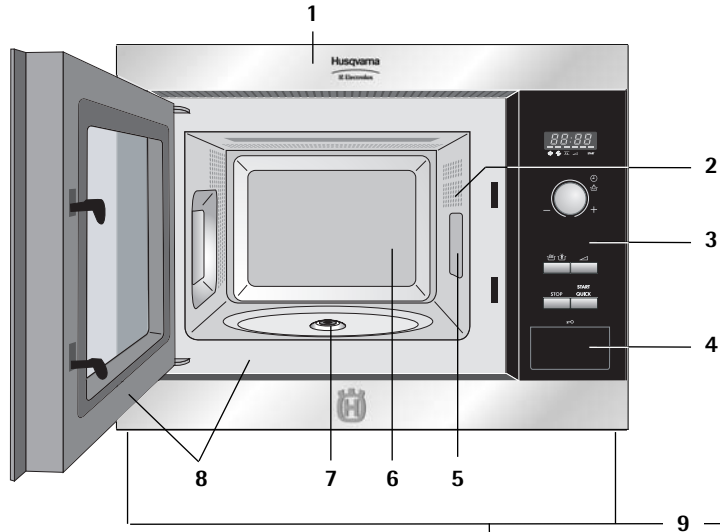
Kontakta en auktoriserad elektriker om du är osäker på hur du bör ansluta din ugn.

Varken tillverkaren eller återförsäljaren påtar sig något ansvar för skador på ugnen, eller personskador, som uppstår till följd av försummelse att utföra en korrekt elektrisk anslutning.

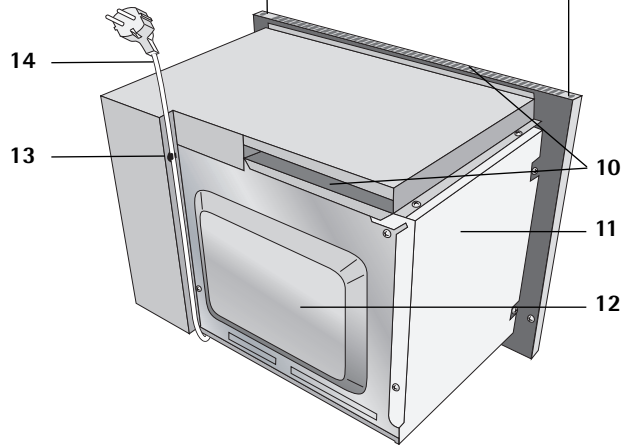
Vattenånga eller vattendroppar kan tillfälligtvis uppstå på ugnsväggarna eller runt dörrtätningarna och tätningstorna.

Detta är normalt och inget tecken på mikrovågsläckage eller fel.

Ugn & tillbehör



1. Framsida
2. Ugnslampa
3. Kontrollpanel
4. Knappen Dörröppning
5. Mikrovågsskydd
6. Ugnsutrymme
7. Tätning
8. Dörrtätning och tätningsytor
9. Fästpunkter (4 punkter)



TILLBEHÖR:

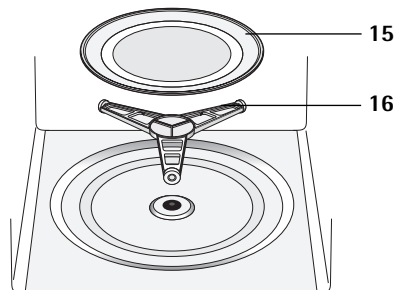
Kontrollera att följande tillbehör finns med:

(15) Roterande tallrik **(16)** Tallriksstöd

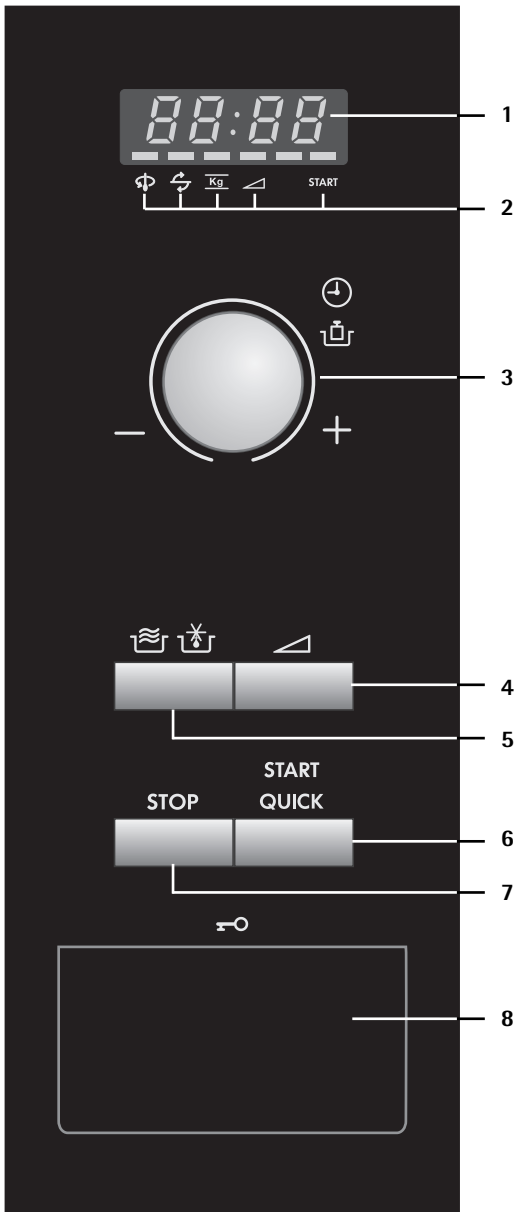
(17) 4 Skruvar för fastsättning (visas ej).

- Placera tallriksstödet i tätningen på botten av ugnsutrymmet.
- Placera sedan den roterande tallriken på tallriksstödet.
- För att undvika skador på den roterande tallriken, bör du se till så att tallrikar eller behållare inte kommer emot den roterande tallrikens kant när du tar ut dem ur ugnen.

OBS: När du beställer tillbehör ber vi dig att uppge två saker till din återförsäljare eller auktoriserade Husqvarna-Electrolux Services reparatör: artikelns namn, samt modellnamnet för din mikrovågsugn.



Kontrollpanel



1 Digital display

2 Indikatorer

Aktuell indikator blinkar eller lyser ovanför varje symbol enligt instruktionen. När en indikator blinkar, ska du trycka på aktuell knapp (med samma symbol) eller utföra den åtgärd som krävs.

☉ Rör om

↻ Vänd

Kg Vikt

△ Mikrovågsugnens effektnivå

START Tillagning pågår

3 Vredet **TIMER/VIKT**

4 Knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ**

5 Knappen **AUTOMATISKA PROGRAMMEN**

Tryck på denna knapp för att välja ett av de tolv automatiska programmen.

6 Knappen **START/QUICK**

7 Knappen **STOP**

8 Knappen **DÖRRÖPPNING**

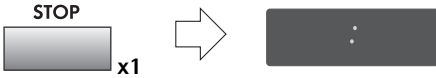
Före användning

Sätt i ugnens kontakt i vägguttaget.

1. Ugnsdisplayen blinkar:



2. Tryck på **STOP**-knappen så visas:



Ställ in klockan genom att följa anvisningarna nedan.



Använda STOP-knappen

Använd **STOP**-knappen för att:

1. Radera ett fel under programmering.
2. Stoppa ugnen tillfälligt under tillagning.
3. Avbryta ett program under tillagning genom att trycka på knappen två gånger.

Inställning av klockan

Det finns två inställningslägen: 12-timmarsklocka och 24-timmarsklocka.

1. För att ställa in 12-timmarsklocka, ska du hålla ner knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTIVÅ** i 3 sekunder.  visas på displayen.
2. För att ställa in 24-timmarsklocka, ska du trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTIVÅ** en gång till efter Steg 1 i exemplet ovan.  visas i displayen.

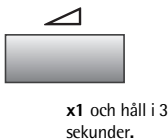


x1 och håll i 3 sekunder.

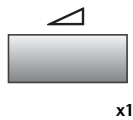
Följ exemplet nedan för att ställa in klockan.

Exempel: Att ställa in 24-timmarsklockan på 23:35.

1. Välj klockfunktionen. (12-timmarsklocka)



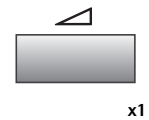
2. Välj 24-timmarsklockan



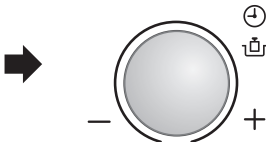
2. Ställ in timmarna. Vrid på **TIMER/VIKT**-vredet tills rätt timme visas (23).



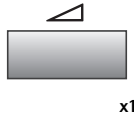
3. Tryck på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTIVÅ** för att växla från timmar till minuter.



4. Ställ in minuterna. Vrid på **TIMER/VIKT**-vredet tills rätt antal minuter visas (35).




5. Tryck på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTIVÅ** för att starta klockan.



Kontrollera displayen.



OBS:

1. Du kan vrida **TIMER/VIKT**-vredet medsols eller motsols.
2. Tryck på **STOP**-knappen om du gör fel under programmeringen.
3. Om strömmen till mikrovågsugnen bryts, kommer displayen att blinkande visa  när strömmen

kommit tillbaka. Om detta inträffar under tillagning kommer programmet att raderas. Klockinställningen raderas också.

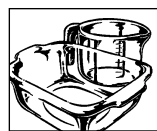
4. När du vill återställa klockinställningen följer du exemplet ovan igen.

i Vad är mikrovågor?

Mikrovågor skapas av en magnetron inuti mikrovågsugnen, och får de vattenmolekyler som finns inuti maten att vibrera. Värme uppstår till följd av den friktion som skapas, och detta medför att maten tinas, värms upp eller tillagas.

i Lämpliga eldfasta former

Glas och keramiskt glas



Värmebeständiga glaskärl är mycket lämpliga. Tillagningsprocessen kan iakttas från alla håll. De får dock inte innehålla någon metall (t.ex. blykristall) eller ha metallglasyr (t.ex. guldkant, koboltblå glasyr).

Keramik

I regel mycket lämpligt. Föremål av keramik måste vara glaserade, eftersom fukt annars kan tränga in i föremålen. Fukt medför att materialet hettas upp och kan medföra att det spricker. Gör lämplighetstestet för kärl om du inte är säker på om ditt kärl lämpar sig för bruk i mikrovågsugn.

Porslin

Mycket lämpligt. Se till så att porslinet inte har någon guld- eller silverglasyr och att det inte innehåller någon metall.

Plast och pappersbehållare

Värmebeständiga plastbehållare som är lämpliga för användning i mikrovågsugn kan användas för att tina, värma och tillaga mat. Följ tillverkarens rekommendationer. Värmebeständigt papper som är avsett för bruk i mikrovågsugn är också lämpligt. Följ tillverkarens rekommendationer.

Hushållspapper

Hushållspapper kan användas för att absorbera fukt som uppstår vid korta uppvärmningsmetoder, för t.ex. bröd eller panerade produkter. Lägg pappret mellan maten och den roterande tallriken. Matens yta kommer att förbli krispig och torr. Täck över fet mat med hushållspapper för att fånga upp stänk.

Mikrovågsfolie

Det är mycket lämpligt att täcka över maten med mikrovågsfolie, eller med värmeständig folie. Följ tillverkarens rekommendationer.

Stekpåsar

Kan användas i mikrovågsugn. Metallförslutningar är inte lämpliga eftersom stekpåsens folie kan smälta. Knyt ihop stekpåsen med ett snöre och stick hål i den flera gånger med en gaffel. Matfolie som ej tål värme rekommenderas inte för användning i mikrovågsugn.

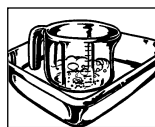
Form med bryningsfunktion

En speciell mikrovågsform som är gjord av keramiskt glas med en metallbas, vilket gör det möjligt att få en bryning av maten. När du använder den formen måste du sätta en lämplig isolator, som t.ex. en porslinstallrik, mellan den roterande tallriken och denna form. Se till så att du exakt följer den uppvärmningstid som ges i tillverkarens instruktioner. Överdriven upphettning kan skada den roterande tallriken och tallriksstödet, och kan även medföra att den säkerhetsenhet som stänger av ugnen utlöses.

Metall

I allmänhet bör inte metall användas, eftersom mikrovågor inte kan passera igenom metall och därför inte kan nå maten. Det finns dock undantag: små remsor av aluminiumfolie kan användas för att täcka över vissa delar av maten, så att dessa inte tinas för fort eller börjar koka (t.ex. kycklingvingar). Små steknålar av metall och aluminiumbehållare (t.ex. till färdiglagade maträtter) kan användas. De måste dock vara små i förhållande till maten, t.ex. måste aluminiumbehållare vara fyllda med mat till minst 2/3 eller 3/4. Vi rekommenderar att du lägger över maten i en form som är lämplig för användning i mikrovågsugn. Vid användning av aluminiumbehållare eller andra metallkärl måste det finnas ett mellanrum på ungefär 2 cm mellan behållaren/kärlet och ugnens innerväggar, annars kan väggarna skadas. Inga redskap får ha någon metallbeläggning – eller innehålla metalldelar i skruvar, band eller handtag.

Lämplighetstest för kärl



Om du inte är säker på om ditt kärl lämpar sig för bruk i mikrovågsugn kan du utföra följande test: Ställ in kärlet i ugnen. Ställ en glasbehållare fylld med 150 ml vatten i eller bredvid kärlet. Slå på ugnen på 800 W effekt i 1–2 minuter. Om kärlet förblir kallt eller bara är ljust är det lämpligt att använda. Utför inte detta test med plastkärl. De kan smälta.

i Tips & råd

Tidsinställningar

I allmänhet går det betydligt snabbare att tina, värma och tillaga mat i en mikrovågsugn än i en vanlig ugn eller på en spis. Av den anledningen bör du följa de tidsrekommendationer som ges i denna bok. Det är bättre att ställa in för kort tid än för lång. Provsma maten efter att den har tillagats. Det är bättre att du får lägga till lite tid vid tillagningen än att maten blir överkokt.

Starttemperaturer

Hur lång tid det tar att tina, värma och laga till maten beror på matens starttemperatur. Djupfryst mat och mat som förvaras i kylskåp kräver till exempel längre tillagningstid än mat som har förvarats i rumstemperatur.

Vid uppvärmning och tillagning förutsätts normala förvaringstemperaturer (kylskåpstemperatur cirka 5 °C, rumstemperatur cirka 20 °C). Vid upptining förväntas den djupfrysta matens temperatur vara -18 °C.

Tillagningstider

De tider som ges i denna bok är riktlinjer, som kan varieras beroende på matens starttemperatur, vikt och beskaffenhet (innehåll av vatten och fett etc.).

Salt, kryddor & örter

Mat som tillagas i mikrovågsugn behåller smaken i högre grad än mat som tillagas med konventionella metoder. Av denna anledning bör du använda salt mycket sparsamt och helst bara tillsätta det efter tillagningen. Salt suger åt sig vätska och torkar ut matens yttre skikt. Örter och kryddor kan användas som vanligt.

Tillsats av vatten

Grönsaker och annan mat som innehåller mycket vatten kan tillagas i sitt eget spad eller med tillsats av en liten mängd vatten. På så vis bevaras många vitaminer och mineraler.

Fet mat

Kött som är marmorat med fett eller med lager av fett tillagas snabbare än magert kött. Du bör därför täcka över dessa delar med lite aluminiumfolie och placera maten med den feta sidan neråt.

Mat med skinn eller skal

Mat som korvar, kyckling, kycklinglår, bakad potatis, tomater, äpplen, äggulor och liknande bör punkteras eller hålas med en gaffel eller en liten tråsticka. Detta medför att den ånga som bildas kan upplösas utan att skinnen eller skalet går sönder.

Små & stora mängder

Hur lång tid det tar att tina, värma upp eller tillaga mat är helt beroende av hur stor mängd mat som du vill tillreda.

Detta innebär att små portioner tillagas snabbare än större portioner. Tumregeln är:
DUBBEL MÄNGD = NÄSTAN DUBBELT SÅ LÅNG TID
HALV MÄNGD = HÄLFTEN SÅ LÅNG TID

Djupa & flata behållare

Även om båda behållarna rymmer lika mycket så blir tillagningstiden längre när den djupare behållaren används. Du bör därför välja en behållare som är så flat som möjligt, och som ger en så stor yta som möjligt. Använd endast djupa behållare för rätter som du riskerar att överkoka, t ex nudlar, ris, mjölk etc.

Runda & ovala formar

Mat tillagas jämnare i en rund eller oval behållare än i fyrkantiga eller rektangulära behållare, eftersom mikrovågsenergin koncentreras till hörnen på kantiga formar och den mat som finns där kan bli överkokt.

Övertäckning

Om maten täcks över bevaras dess fukt och tillagningstiden förkortas. Använd ett lock, mikrovågsfolie eller liknande. Mat som ska vara krispig, som exempelvis stekar eller kycklingar, bör ej täckas över. I allmänhet kan man säga att all mat som skulle ha täckts över i en vanlig ugn även bör täckas över i en mikrovågsugn. Mat som lämnas oövertäckt i en vanlig ugn kan även lämnas oövertäckt i en mikrovågsugn.

Oregelbundet formade livsmedel

Placera den tjockare, mer kompakta änden av livsmedlet så att den pekar utåt. Placera grönsaker (t.ex. broccoli) med stjälkarna pekande utåt.

Omrörning

Du måste röra om i maten eftersom mikrovågorna värmer de yttre områdena först. Genom att röra om i maten balanseras temperaturen och maten värms upp jämnt.

Placering

Arrangera enskilda portioner (puddingformar, bägare eller bakad potatis) i en cirkel på den roterande tallriken. Lämna plats mellan portionerna så att mikrovågsenergin kan tränga igenom från alla håll.

Vända

Medelstora föremål, som hamburgare eller biffar, bör vändas en gång under tillagningen, för att tillagningsprocessen ska kunna förkortas. Stora föremål, som t.ex. stekar och kyckling, måste vändas eftersom de tar emot mer mikrovågsenergi på den övre sidan och kan torka ut om de inte vänds.

i Tips & råd

Vilotid

En av de viktigaste reglerna att komma ihåg då man tillagar mat i mikrovågsugn är att man bör följa de rekommenderade vilotiderna. För i princip all mat som tinas, värms upp eller tillagas i en mikrovågsugn, krävs en viss vilotid. Under denna vilotid jämnas temperaturen ut och fukten fördelas jämnt i maten.

Färgsättning

När tillagningen har pågått i mer än 15 minuter framträder en brun yta, även om denna inte är jämförbar med den djupa brunhet och krispighet som erhålls vid traditionell tillagning. För att få en aptitretande brun färg kan något av nedan förslag användas. De flesta av dessa fungerar samtidigt som smaksättare. I följande tabell får du några förslag på tillsatser som du kan använda för färgsättning och även förslag på vad du kan använda dem till.

FÄRGSÄTTNING	MATRÄTT	METOD
Smält smör och torkad paprika	Fågel	Täck fågeln med smör/paprika-blandningen
Torkad paprika	Ugnsbakade rätter, "ostgratinerade smörgåsar"	Pudra över med paprika
Sojasås	Kött och fågel	Täck med såsen
Barbecue- och Worcestershiresås, sky	Biffar, kotletter, små stekta maträtter	Täck med såsen
Smulat bacon eller torkad lök	Ugnsbakade rätter, rostade rätter, soppor, grytor	Strö över bitar av bacon eller torkad lök
Kakao, chokladflingor, brun glasyr, honung och marmelad	Kakor och efterrätter	Strö över bitar ovanpå kakor eller efterrätter, eller använd som glasyr

Uppvärmning

- Färdiga maträtter i aluminiumbehållare bör tas ur aluminiumbehållaren och värmas på en tallrik eller i en form.
- Ta bort locken från förslutna behållare.
- Mat bör täckas över med mikrovågsfolie, en tallrik eller ett skydd (finns att köpa i affärer), så att ytan inte torkar ut. Drycker behöver inte täckas över.
- Sätt i en glassked i behållaren vid upphettning av vätskor som t.ex. vatten, kaffe, te eller mjölk.
- Om möjligt bör stora mängder röras om då och då, så att temperaturen fördelas jämnt.
- De tider som anges gäller för mat i en rumstemperatur på 20 °C. Uppvärmningstiden för mat som lagras i kylskåp bör ökas något.
- Efter uppvärmning bör maten stå i 1–2 minuter, så att temperaturen inuti maten kan fördelas jämnt (vilotid).
- De tider som ges är riktlinjer, som kan varieras beroende på matens starttemperatur, vikt, vatteninnehåll, fettinnehåll eller vilket resultat du vill uppnå.

Upptining

Din mikrovågsugn är idealisk för upptining. Upptiningstiderna är vanligtvis betydligt kortare än med traditionella upptiningsmetoder. Här följer några tips. Ta ut det frusna livsmedlet ur förpackningen och lägg det på en tallrik för upptining.

Askar & behållare

Askar och behållare som är avsedda för mikrovågsugnar är speciellt bra för upptining och uppvärmning av mat, eftersom de kan tåla såväl frystemperaturer (ner till cirka -40 °C) som hög värme (upp till cirka 220 °C). Du kan därför använda samma behållare till att tina upp, värma och t.o.m. tillaga maten utan att behöva flytta den.

Övertäckning

Täck över tunna delar med smala remsor av aluminiumfolie före upptining. Upptinade eller varma delar bör på samma sätt täckas över med aluminiumremsor under upptining. På så vis kan du förhindra att tunna delar blir för varma, samtidigt som tjockare delar fortfarande är frusna.

Korrekt inställning

Det är bättre att välja en inställning som är för låg i stället för en som är för hög. Om du väljer en låg inställning kan du försäkra dig om att maten tinar jämnt. Om mikrovågsinställningen är för hög, kommer matens yta redan att ha börjat koka då insidan fortfarande är frusen.

i Tips & råd

Vända/röra om

Så gott som all mat måste vändas eller röras om då och då. Så snart som möjligt bör du sära på delar som har fastnat tillsammans och placera om dem.

Små mängder

Tinar snabbare och jämnare än större mängder. Vi rekommenderar att du fryser ner så små portioner som möjligt. Genom att göra det kan du laga till hela menyer snabbt och lätt.

Mat som kräver varsam hantering

Mat som tårtor, grädde, ost och bröd bör endast tinas delvis och sedan tina klart i rumstemperatur. På så vis undviker du att ytterområdena blir för varma medan insidan fortfarande är frusen.

Vilotid

Detta är speciellt viktigt efter att du har tinat mat, eftersom upptiningprocessen fortsätter under denna period. I upptiningstabellen hittar du vilotiderna för olika livsmedel. Tjocka, kompakta livsmedel kräver längre vilotid än tunnare livsmedel eller livsmedel som är porösa. Om maten inte har tinat tillräckligt, kan du fortsätta att tina den i mikrovågsugnen eller förlänga vilotiden. När vilotiden är slut bör du förbruka maten så snart som möjligt och undvika att frysa in den igen.

TILLAGA FÄRSKA GRÖNSAKER

- När du köper grönsaker bör du försöka att se till, så långt det är möjligt, att de är ungefär lika stora. Detta är speciellt viktigt när du vill tillaga hela grönsaker (t.ex. kokt potatis).
- Skölj grönsakerna innan de tillagas. Rengör dem och väg sedan upp önskad mängd i enlighet med receptet och hacka dem.
- Krydda grönsakerna som du brukar, men tillsätt saltet efter tillagningen.
- Tillsätt ungefär 5 msk vatten till 500 g grönsaker. Grönsaker som är fiberrika kräver en aningen större vattenmängd. Information om detta finns i tabellen.
- Grönsaker tillagas vanligtvis i en form med lock. De grönsaker som innehåller mycket vatten, som t.ex. lök eller kokt potatis, kan kokas i mikrovågsfolie utan tillsats av vatten.
- När halva tillagningstiden har förflutit bör du vända på eller röra om bland grönsakerna.
- Efter tillagningen bör grönsakerna stå i cirka 2 minuter så att temperaturen fördelas jämnt (vilotid).
- De tillagningstider som ges är riktlinjer och kan variera beroende på vikt, starttemperatur och de olika grönsakernas beskaffenhet. Ju färskare grönsakerna är, desto kortare blir tillagningstiden.

TILLAGA KÖTT, FISK OCH FÅGEL

- När du köper livsmedel bör du försöka att se till, så långt det är möjligt, att de är av ungefär samma storlek. På så vis kan du vara säker på att de tillagas ordentligt.
- Innan tillagning bör du skölja köttet, fisken eller fågeln noga i kallt rinnande vatten och klappa dem torra med hushållspapper. Fortsätt sedan som vanligt.
- Nötkött bör vara välhängt och ha lite brosk.
- Även om delarna är ungefär lika stora kan tillagningsresultatet variera. Detta beror bland annat på vilken sorts livsmedel det är fråga om, variationer i fett- och vatteninnehåll, samt temperaturen före tillagning.
- När maten har tillagats i 15 minuter får den en naturlig brun färg, vilken kan förstärkas med hjälp av en brunfärgare. Om du dessutom vill ha ytan knaprig bör du antingen använda en brunfärgande form eller bryna maten i en stekpanna och tillaga den färdig i mikrovågsugnen. På så vis får du samtidigt en brun bas som du kan använda till sås.
- Vänd stora bitar av kött, fisk eller fågel efter halva tillagningstiden så att de tillagas jämnt från alla sidor.
- Efter tillagningen bör du täcka över stekar med aluminiumfolie och låt dem stå i ungefär 10 minuter (vilotid). Under den här tidsperioden fortsätter steken att tillagas och vätskan fördelas jämnt så att det försvinner så lite köttsaft som möjligt när du skär upp den.

UPPTINING OCH TILLAGNING

Djupfrysta rätter kan tinas och tillagas vid samma tillfälle i din mikrovågsugn. Du hittar några exempel i tabellen. Lägg dock märke till att det är allmänna råd som ges angående "uppvärmning" och "upptining" av mat. Se tillverkarens instruktioner på förpackningen när du tillagar djupfrysta färdigrätter. Där får du vanligtvis information om exakta tillagningstider och råd om hur du ska tillaga maten.

Mikrovågsugnens effektnivå

Din ugn har 5 effektnivåer. Följ de råd du får i receptavsnittet då du ska välja effektnivå för tillagning. Allmänt sett gäller följande rekommendationer:

800 W används för snabb tillagning eller återuppvärmning av t.ex. soppor, grytor, burkmat, varma drycker, grönsaker, fisk etc.

560 W används för längre tillagning av kompakt mat som t.ex. stekar, köttfärslimpa och portionsrätter, men även för känsliga maträtter som t.ex. ostsås och sockerkaka. Vid denna lägre inställning kokar inte såsen över och maten kommer att tillagas jämnt utan att bli överkokt på sidorna.

400 W för kompakt mat som behöver lång tillagningstid när den tillagas på vanligt sätt, t.ex. köttströter. Vi rekommenderar att du använder denna effektnivå för att säkerställa att köttet inte blir segt.

240 W för upptining bör du välja denna effektnivå för att säkerställa att maten tinas jämnt. Denna inställning är också idealisk för att sjuda ris, pasta, dumplings (klimpar) och till att koka äggkräm.

80 W för försiktig upptining, av t.ex. gräddtårter eller bakverk.

W = Watt

Ställ in effekten genom att trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** tills önskad nivå visas. Om du trycker på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** en gång visas **800**. Om du missar den nivå du vill ha kan du fortsätta att trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** tills du kommer tillbaka till den nivån. **Om du inte väljer någon nivå ställs 800 W in automatiskt.**

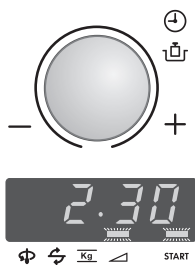
Manuell användning

Din ugn kan programmeras upp till 90 minuter. (90:00) Den inmatade enheten för tillagnings- eller upptiningstid varierar från 10 sekunder till fem minuter. Det beror på den totala tillagnings- eller upptiningstidens längd, vilket visas i tabellen.

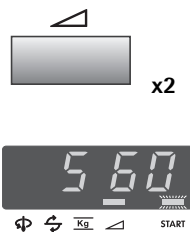
Tillagningstid	Ökningsenhet
0-5 minuter	10 sekunder
5-10 minuter	30 sekunder
10-30 minuter	1 minut
30-90 minuter	5 minuter

Exempel: Anta att du vill värma upp soppa i 2 minuter och 30 sekunder med en mikrovågeffekt på 560 W.

1. Ange önskad tillagningstid genom att vrida vredet **TIMER/VIKT** medsols. (2 min. och 30 sek.)



2. Välj önskad effekt genom att trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** två gånger.



3. Tryck på knappen **START/QUICK** för att påbörja tillagningen.



OBS:

- När dörren öppnas under tillagningsprocessen, stannar tillagningstiden på den digitala displayen automatiskt. Tillagningstiden börjar åter räknas ner när dörren stängs och knappen **START/QUICK** trycks in.
- Om du vill ta reda på effektnivån under tillagningen trycker du på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ**. Så länge som ditt finger vidrör knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** kommer effektnivån att visas.
- Du kan vrida **TIMER/VIKT**-vredet medsols eller motsols. Om du vrider vredet motsols kommer tillagningstiden att minska från 90 minuter.

☞ Andra användbara funktioner

1. FLERSTEGSTILLAGNING

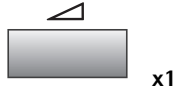
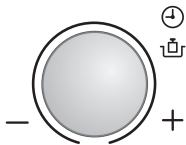
Maximalt tre stegfrekvenser kan matas in, innehållande manuell koktid och läge.

Exempel:

För att tillaga: 5 minuter med effekt 800 W (steg 1)
16 minuter med effekt 240 W (steg 2)

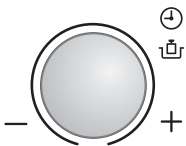
STEG 1

1. Ange önskad tillagningstid genom att vrida vredet **TIMER/VIKT**.
2. Välj önskad effektnivå genom att trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** en gång.



STEG 2

3. Ange önskad tid genom att vrida vredet **TIMER/VIKT**.
4. Välj önskad effektnivå genom att trycka på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** fyra gånger.
5. Tryck på knappen **START/QUICK** en gång för att påbörja tillagningen.



Kontrollera displayen.



(Ugnen börjar tillaga i 5 minuter med effekten 800 W och fortsätter sedan i 16 minuter med 240 W.)

Andra användbara funktioner

2. SNABBTILLAGNING

Knappen **START/QUICK** ger dig möjlighet att använda följande två funktioner:

a. Direktstart

Tillagningen kan startas direkt på mikrovågseffekten 800 W i 30 sekunder genom att du trycker på knappen **START/QUICK**.



OBS:

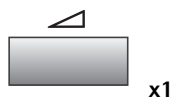
För att förhindra att barn felanvänder knappen **START/QUICK**, så kan den endast användas inom tre minuter efter föregående användning, dvs. då dörren har stängts, då du har tryckt på **STOP**-knappen eller då tillagningen har slutförts.

b. Utöka tillagningstiden

Du kan förlänga tillagningstiden vid manuell tillagning genom att förlänga koktiden med 30 sekunder i taget om knappen trycks in medan ugnen är på.

3. ATT KONTROLLERA EFFEKTNIVÅN

Om du vill kontrollera mikrovågsugnens effektnivå under tillagning trycker du på knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ**.



Så länge som ditt finger vidrör knappen **MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ** kommer effektnivån att visas.

Ugnen fortsätter att räkna ner även om displayen visar effektnivån.

4. SÄKERHETSLÅSFUNKTIONEN

STÄLLA IN SÄKERHETSLÅSFUNKTIONEN

1. Håll **STOP** intryckt i 3 sekunder.



x1 i 3 sekunder

Kontrollera displayen:



AVBRUTA SÄKERHETSLÅSFUNKTIONEN

1. Håll **STOP** intryckt i 3 sekunder



x1 i 3 sekunder

Displayen visar aktuellt klockslag, om detta har ställts in.

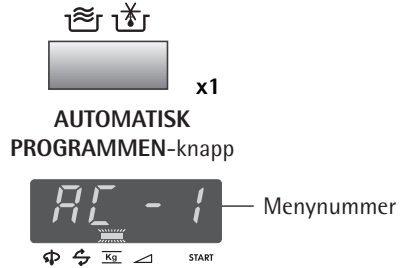
OBS! När säkerhetslåset är inställt går det inte att trycka på några knappar, utom **STOP**.

👉 Automatisk användning

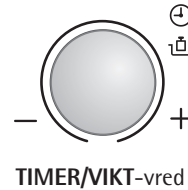
Med den **AUTOMATISK** funktionen räknas rätt tillagningsätt och tillagningstid ut automatiskt. Du kan välja mellan sju **AUTOTILLAGNING**-menyer och fem **AUTOUPPTINING**-menyer. Detta behöver du veta när du använder denna automatiska funktion:

1. Tryck på knappen **AUTOMATISK PROGRAMMEN** en gång, så visas displayen på bilden. Du kan välja meny genom att trycka ner **AUTOMATISK PROGRAMMEN**-knappen tills numret för önskad meny visas. Se sidan 153 - 155 om "Tabeller för **AUTOMATISK** användning". Tryck på **AUTOMATISK PROGRAMMEN**-knappen minst åtta gånger för att välja en upptiningsmeny. Om du trycker på knappen åtta gånger visas **Ad + t** i displayen. Menyn ändras automatiskt om du håller **AUTOMATISK PROGRAMMEN**-knappen nertryckt.
2. Du kan ange matens vikt eller mängd genom att vrida på vredet **TIMER/VIKT** tills önskad vikt visas.
 - Ange endast matens vikt. Räkna inte med behållarens vikt.
 - Använd ett manuellt program om du ska tillaga mat som väger mer eller mindre än de vikter som ges i tillagningstabellerna. Följ tillagningstabellerna (se sidan 48 - 50) för att få bäst resultat.
3. För att påbörja tillagningen trycker du på knappen **START/QUICK**. När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen **START/QUICK** för att återuppta tillagningen.

1.



2.



3.

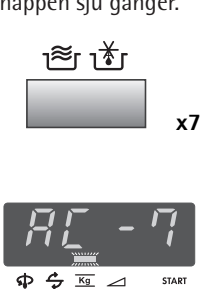


Den slutliga temperaturen varierar beroende på matens starttemperatur. Kontrollera att maten är rykande varm efter tillagningen. Vid behov kan du förlänga tillagningstiden och ändra effektnivå.

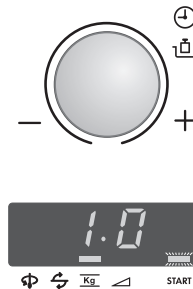
Exempel:

Tillaga en gratäng som väger 1,0 kg med hjälp av **AUTOTILLAGNINGSMENYN AC-7**.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på **AUTOMATISK PROGRAMMEN**-knappen sju gånger.



2. Ange vikten genom att vrida vredet **TIMER/VIKT** medsols.













3. Tryck på **START/QUICK**-knappen.





















Kontrollera displayen.

i Tabeller för automatisk användning




KNAPP	AUTOTILLAGNING GSNR	VIKT (ökningseenhet)/KÄRL	TILLVÄGAGÅNGSSÄTT
 x1	AC-1 Tillagning Frysta grönsaker som t.ex. brysselkål, gröna bönor, ärtor, blandade grönsaker eller broccoli 	0,1 - 0,6 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) Skål och lock	<ul style="list-style-type: none"> Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.) Täck över med ett lock. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs Låt stå i ungefär två minuter efter tillagningen. OBS: Om frusna grönsaker har frusit ihop bör du tillaga dem manuellt.
 x2	AC-2 Tillagning Färska grönsaker 	0,1 - 0,6 kg (100 g) starttemp. 20 °C) Skål och lock	<ul style="list-style-type: none"> Skär dem i små delar, t.ex. strimlor, tärningar eller skivor. Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.) Täck över med ett lock. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Låt maten stå i ungefär två minuter efter tillagningen.
 x3	AC-3 Tillagning Frusna färdigrätterOmrö rningsbara rätter, som t.ex. nudlar, spaghetti med köttfärsås eller kinamat. 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) (starttemp. -18 °C) Skål och loc* Om tillverkaren uppmanar dig att tillsätta vatten bör du räkna ut den totala vikten, inklusive vattnet, för programmet	<ul style="list-style-type: none"> Lägg över maträtten i en lämplig mikrovågssäker form. Tillsätt vätska om tillverkaren rekommenderar det. Täck över med ett lock. Tillaga utan lock om tillverkaren rekommenderar dig att göra det. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Rör om och låt stå i ungefär två minuter efter tillagningen.
 x4	AC-4 Tillagning Frusna gratänger som t.ex. makaronipudding, lasagne etc. 	.0,2 - 0,6 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) Flat, oval gratängform och mikrovågsfolie, eller originalbehållare och mikrovågsfolie	<ul style="list-style-type: none"> Ta ur den frusna gratängen ur förpackningen. Om behållaren inte är avsedd för bruk i mikrovågsugn, lägger du över gratängen i en lämplig mikrovågssäker form. Täck över med mikrovågsfolie. Om behållaren är avsedd för bruk i mikrovågsgugnar tar du bort det ursprungliga pappersskyddet och täcker över med mikrovågsfolie. Låt stå i ungefär fem minuter efter tillagningen.
 x5	AC-5 Tillagning Kokt potatis Bakad potatis 	0,1 - 0,8 kg (100 g) (starttemp. 20 °C) Skål och lock	Kokt potatis: Skala potatisen och skär den i delar som är ungefär lika stora. Bakad potatis: Välj ut några potatisar av ungefär samma storlek och skölj dem. <ul style="list-style-type: none"> Lägg de potatisar som ska kokas eller bakas i en skål. Tillsätt den mängd vatten som krävs (per 100 g), cirka 2 msk och lite salt. Täck över med ett lock Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Låt potatisarna stå i ungefär två minuter efter tillagningen.

i Tabeller för automatisk användning

KNAPP	AUTOTILLAGNING GSNR	VIKT (ökningseenhet)/KÄRL	TILLVÄGAGÅNGSSÄTT
  x6	AC-6 Tillagning Fiskfilé med sås 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) (starttemp fisk 5 °C, sås 20 °C) Gratängform med mikrovågsfolie	<ul style="list-style-type: none"> • Se recept på "Fiskfilé med sås" på sidan 46. * Total vikt för alla ingredienser.
  x7	AC-7 Tillagning Gratäng 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) (starttemp. 20 °C) Gratängform	<ul style="list-style-type: none"> • Se recept på "Gratäng" på sidan 47. * Total vikt för alla ingredienser

KNAPP	AUTOUPPTNING SNR	VIKT (ökningseenhet)/KÄRL	TILLVÄGAGÅNGSSÄTT
  x8	Ad-1 Upptining Biffar och kotletter 	0,2 - 0,8 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) (Se anm. på sidan 155)	<ul style="list-style-type: none"> • Placera maten i en pajform mitt på den roterande tallriken. • Vänd på maten, placera om den och dela på den när ljudsignalen hörs. Täck över tunna delar och varma fläckar med små bitar av aluminiumfolie. • Vira in maten i aluminiumfolie och låt vila i 10-15 minuter, efter upptining, tills den är helt upptinad.
  x9	Ad-2 Upptining Köttfärs 	0,2 - 0,8 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) (Se anm. på sidan 155)	<ul style="list-style-type: none"> • Lägg köttfärsblocket i en pajform och sätt den mitt på den roterande tallriken. • Vänd på maten när ljudsignalen hörs. Ta bort de delar som tinat, om det går. • Täck över köttfärsen med aluminiumfolie efter upptining och låt stå i 5-10 minuter tills den är helt upptinad.
  x10	Ad-3 Upptining Fågel 	0,9 - 1,5 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) (Se anm. på sidan 155)	<ul style="list-style-type: none"> • Lägg fågeln i en pajform och sätt den mitt på den roterande tallriken. • Vänd på fågeln och täck över tunna delar och varma områden med små bitar av aluminiumfolie då ljudsignalen hörs. • Skölj fågeln i kallt vatten efter upptiningen, täck över med aluminiumfolie och låt stå i 15-30 minuter tills den är helt upptinad. • Gör slutligen ren fågeln under rinnande vatten.
  x11	Ad-4 Upptining Kaka 	0,1 - 1,4 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) Tallrik	<ul style="list-style-type: none"> • Ta bort all förpackning från kakan. • Sätt kakan direkt på den roterande tallriken, eller på en vanlig tallrik och ställ den mitt på den roterande tallriken. • Skär kakan i ungefär lika stora delar efter upptiningen, och lämna ett mellanrum mellan varje bit. Låt stå i 10-30 minuter tills den är jämnt upptinad.

Tabeller för automatisk användning

KNAPP	AUTOUPPTNING SNR	VIKT (ökningsenhet)/KÄRL	TILLVÄGAGÅNGSSÄTT
  x12	Ad-5 Upptining Bröd 	0,1 - 1,0 kg (100 g) (starttemp. -18 °C) Pajform (Endast skivat bröd rekommenderas för detta program.)	<ul style="list-style-type: none"> Lägg brödet i en pajform och ställ den mitt på den roterande tallriken. 1,0 kg kan fördelas direkt på den roterande tallriken. Vänd på brödet när ljudsignalen hörs, placera om det och ta bort upptinade bitar. Täck över brödet med aluminiumfolie efter upptining och låt stå i 5–15 minuter tills det är helt upptinat.

OBS: Autoupptining

- Biffar och kotletter bör frysas in i ett lager.
- Köttfärs bör frysas in så platt som möjligt.
- Täck över de tinade delarna med små remsor av aluminiumfolie efter vändningen.
- Fågeln bör tillredas direkt efter upptiningen.
- Gräddtårter är väldigt känsliga för mikrovågor. Om grädden mjuknar snabbt får du bäst resultat om du tar ut tårten ur ugnen omedelbart, och låter den stå i rumstemperatur i 10–30 minuter.

Recept för automatisk användning AC-6 & AC-7

FISKFILÉ MED SÅS (AC-6)

Fiskfilé med pikant sås

Ingredienser

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	burktomater (avrunna)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisås
12 g	24 g	36 g	lök (finhackad)
1 tsk	1–2 tsk	2 tsk	rödvinsvinäger, senap, timjan, kajennpeppar
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt

Förberedelse

- Blanda ingredienserna till såsen.
- Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
- Häll såsen över fiskfilén.
- Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med **AUTOTILLAGNING AC-6**, "Fiskfilé med sås".
- Låt rätten stå i ungefär två minuter efter tillagningen.

FISKFILÉ MED SÅS (AC-6)

Fiskfilé med currysås

Ingredienser

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (skivad)
160 g	320 g	480 g	färdig currysås

Förberedelse

- Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
- Sprid ut bananen och currysåsen över fiskfilén.
- Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med **AUTOTILLAGNING AC-6**, "Fiskfilé med sås".
- Låt rätten stå i ungefär två minuter efter tillagningen.



Recept för automatisk användning AC-6 & AC-7

GRATÄNG (AC-7)

Spenatgratäng

Ingredienser

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	smör eller margarin (till smörjning av formen)
150 g	300 g	450 g	bladspenat (tinad, avrunnen)
15 g	30 g	45 g	lök (finhackad)
			salt, peppar & muskot
150 g	300 g	450 g	kokt potatis (skivad)
35 g	75 g	110 g	kokt skinka (tärnad)
50 g	100 g	150 g	crème fraîche
1	2	3	ägg
40 g	75 g	115 g	riven ost
			paprikapulver

Förberedelse

1. Blanda bladspenaten med löken och krydda med salt, peppar och muskot.
2. Smörj in gratängformen. Varva potatisskivor, skinktärningar och spenat i formen. Det översta lagret ska bestå av spenat.
3. Blanda äggen med crème fraîche, tillsätt salt och peppar och håll blandningen över grönsakerna.
4. Täck över gratängen med den rivna osten, strö över paprikapulver och tillaga med **AUTOTILLAGNING AC-7, "Gratäng"**.
5. Låt gratängen stå i 5–10 minuter efter tillagningen.

GRATÄNG (AC-7)

Gratäng med potatis och zucchini

Ingredienser

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
200 g	400 g	600 g	kokt potatis (skivad)
115 g	230 g	345 g	zucchini (tunt skivad)
75 g	150 g	225 g	crème fraîche
1	2	3	ägg
1/2	1	2	vitlösklyfta (pressad)
			salt & peppar
40 g	80 g	120 g	fetaost (tärnad)
10 g	20 g	30 g	solroskärnor
			paprikapulver

Förberedelse

1. Smörj en gratängform och varva lager med potatisskivor och zucchini i formen.
2. Blanda äggen med crème fraîche, krydda med salt, peppar och vitlök, och håll blandningen över grönsakerna.
3. Smula sönder fetaosten och strö den över gratängen.
4. Slutligen strör du solroskärnor och paprikapulver över gratängen, och tillagar den med **AUTOTILLAGNING AC-7, "Gratäng"**.
5. Låt gratängen stå i 5–10 minuter efter tillagningen.

Tillagningstabeller

FÖRKORTNINGAR

msk = matsked	kg = kilogram	DF = djupfryst
tsk = tesked	g = gram	MV = mikrovåg
s.n. = stor nypa	l = liter	MVU = mikrovågsugn
l.n. = liten nypa	ml = milliliter	min = minuter
Kkp = kaffekopp	cm = centimeter	sek = sekunder
Pl.p. = plastpåse	TfI = torrt fettinnehåll	dm = diameter

TABLE: HEATING FOOD AND DRINK

Mat/Dryck	Mängd -g/ml-	Effekt -Inställning-	Tid -Min-	Tips
Kaffe, 1 kopp	150	800 W	ca 1	Täck inte över
Mjök, 1 kopp	150	800 W	ca 1	Täck inte över
Vatten, 1 kopp	150	800 W	1 1/2 -2	Täck inte över; ska koka
6 koppar	900	800 W	10-12	Täck inte över; ska koka
1 skål	1000	800 W	11 1/2-13	Täck över; ska koka
Uppläggningsfat (grönsaker, kött och garnering)	400	800 W	3-6	Stänk lite vatten över såsen och täck över Rör om efter halva uppvärmningstiden
Gryta	200	800 W	1 1/2-2 1/2	Täck över; rör om efter uppvärmning
Klar soppa	200	800 W	1 1/2-2	Täck över; rör om efter uppvärmning
Redd soppa	200	800 W	1 1/2-2 1/2	Täck över; rör om efter uppvärmning
Grönsaker	200	800 W	2-2 1/2	Tillsätt vatten vid behov, täck över
	500	800 W	4-5	Rör om efter halva uppvärmningstiden
Garnering	200	800 W	2-2 1/2	Stänk över vatten, täck över och rör
	500	800 W	4-4 1/2	om då och då
Kött, 1 skiva*	200	800 W	3-4	Bred över ett tunt lager sås; täck över
Fiskfilé*	200	800 W	2-3	Täck över
Korvar, 2	180	500 W	ca 2	Stick hål i skinnet på flera ställen
Kaka, 1 bit	100	400 W	1/2	Placera på ett kakställ
Barnmat, 1 burk	190	400 W	ca 1	Ta bort locket, rör noga och kontrollera temperaturen efter uppvärmning.
Smälta smör eller margarin*	50	800 W	1/2	Täck över
Smälta choklad	100	400 W	2-3	Rör om då och då
Lösa upp sex gelatinblad	10	400 W	1/2	Doppa i vatten, krama ur noga och lägg i en soppskål. Rör om då och då
Tärtglasyr, 1/4 l vätska	10	400 W	5-6	Blanda i socker i 250 ml vätska, täck över, rör om noga under och efter uppvärmning

*Kylskåpstemperatur

TABELL: TILLAGA KÖTT, FISK OCH FÅGEL

Fisk och fågel	Mängd -g-	Effekt -Inställning-	Tid -Min-	Tips	Vilotid -Min-
Stekar (fläsk, kalv, lamm)	500	800 W	8-10*	Krydda efter smak; lägg i en flat pajform	10
		400 W	10-12	Vänd efter *	
	1000	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Rostbiff (medium)	1000	800 W	9-11*	Krydda efter smak; lägg i en pajform	10
		400 W	5-7	Vänd efter *	
Köttfärs	1000	800 W	16-18	Förbered blandfärsen; lägg i en grund grytform	10
Fiskfilé	200	800 W	3-4	Krydda efter smak, lägg på en tallrik och täck över	3
Kyckling	1200	800 W	21-24	Krydda efter smak, lägg i grytform och vänd efter halva tillagningstiden	
Kycklingen	200	800 W	3-4	Krydda efter smak, lägg på en tallrik och täck över	3

Tillagningstabeller

TABELL: UPPTINING

Mat	Mängd -g-	Effekt -Inställning-	Upptiningstid -Min-	Tips	Vilotid -Min-
Stekt kött (t.ex. fläsk lamm, kalv)	1500	80 W	58-64	Lägg på en upp och nervänd tallrik	30-90
	1000	80 W	42-48	vänd efter halva upptiningstiden	30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Biff, schnitzel, kotlett, lever	200	80 W	4-5	Vänd efter halva upptiningstiden	30
Gulash	500	240 W	8-12	Dela och rör om efter halva upptiningstiden	10-15
Korvar, 8 4	600	240 W	6-9	Lägg dem intill varandra	5-10
	300	240 W	4-5	vänd efter halva upptiningstiden	5-10
Anka, kalkon	1500	80 W	48-52	Lägg på en upp och nervänd tallrik vänd efter halva upptiningstiden	30-90
Kyckling	1200	80 W	39-43	Lägg på en upp och nervänd tallrik vänd efter halva upptiningstiden	30-90
	1000	80 W	33-37	Lägg på en upp och nervänd tallrik vänd efter halva upptiningstiden	30-90
Kycklingben	200	240 W	4-5	Vänd efter halva upptiningstiden	10-15
Hel fisk	800	240 W	9-12	Vänd efter halva upptiningstiden	10-15
Fiskfilé	400	240 W	7-10	Vänd efter halva upptiningstiden	5-10
Krabba	300	240 W	6-8	Vänd efter halva upptiningstiden	30
Rullar, 2	80	240 W	ca 1	Tina endast delvis	-
Skivat bröd för rostning	250	240 W	2-4	Ta bort de yttre skivorna varje minut	5
Vitt bröd, hel limpa	750	240 W	6-8	Vänd efter halva tiden (mitten fortfarande frusen)	30
Kakor, per del	100-150	80 W	2-5	Placera på ett kakställ	5
Gräddtårta, per del	150	80 W	3-4	Placera på ett tårtställ	10
Hel tårta, Ø 25 cm		80 W	18-20	Placera på ett tårtställ	30-60
Smör	250	240 W	2-4	Tina endast delvis	15
Frukt som jordgubbar hallon, körsbär och plommon	250	240 W	4-5	Sprid ut dem i ett jämnt lager Vänd efter halva tiden	5

TABELL: UPPTINING OCH TILLAGNING

Mat	Mängd -g-	Effekt -Inställning-	Tillagningstid -Min-	Tillsatt vatten -msk/ml-	Tips	Vilotid -Min-
Fiskfilé	300	800 W	10-12	-	Täck över	1-2
Forell, 1 fisk	250	800 W	5-7	-	Täck över	1-2
Portionsrätt	400	800 W	9-11	-	Täck över. Rör om efter 6 minuter	2
Bladspenat	300	800 W	6-8	-	Täck över. Rör om en eller ett par gånger under tillagningen	2
Broccoli	300	800 W	7-9	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2
Ärtor	300	800 W	7-9	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2
Kålrappi	300	800 W	7-9	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2
Blandade grönsaker	500	800 W	11-13	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2
Brysselkål	300	800 W	7-9	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2
Rödkål	450	800 W	10-12	3-5 msk	Täck över. Rör om efter halva tillagningstiden	2

Tillagningstabeller

TABELL: TILLAGA FÄRSKA GRÖNSAKER

Grönsak	Mängd -g-	Effekt -Inställning-	Tid -Min-	Tips	Tillsatt vatten -msk/ml-
Bladspenat	300	800 W	5-7	Skölj och låt torka ordentligt. Täck över Rör om en eller ett par gånger under tillagningen	-
Blomkål	800	800 W	15-17	1 helt huvud. Täck över. Dela upp i blommor	5-6 msk
	500	800 W	10-12	Rör om under tillagningen	4-5 msk
Broccoli	500	800 W	9-11	Dela upp i blommor. Täck över Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Svamp	500	800 W	8-10	Hela huvuden. Täck över Rör om då och då under tillagningen	-
Kinakål	300	800 W	9-11	Strimla och täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Ärtor	500	800 W	9-11	Täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Fänkål	500	800 W	9-11	Skär i fyra delar. Täck över Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Lökar	250	800 W	5-7	Hela. Tillaga i mikrovågsfolie	-
Kålrabbi	500	800 W	10-12	Tärna och täck över. Rör om då och då under tillagningen	50 ml
Morötter	500	800 W	10-12	Skär i ringar. Täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Gröna paprikor	500	800 W	7-9	Strimla. Rör om en eller ett par gånger under tillagningen	4-5 msk
Kokt potatis (med skal)	500	800 W	9-11	Täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Purjolökar	500	800 W	9-11	Skär i ringar. Täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk
Rödkål	500	800 W	15-17	Strimla. Rör om en eller ett par gånger under tillagningen	50 ml
Brysselkål	500	800 W	9-11	Hela huvuden. Täck över. Rör om då och då under tillagningen	50 ml
Kokt potatis (saltad)	500	800 W	9-11	Skär i stora delar av ungefär samma storlek Tillsätt lite salt och täck övert, Rör om då och då under tillagningen	150 ml
Selleri	500	800 W	9-11	Skär i små tärningar och täck över Rör om då och då under tillagningen	50 ml
Vitkål	500	800 W	15-17	Strimla och täck över. Rör om då och då under tillagningen	50 ml
Zucchini	500	800 W	9-11	Skiva och täck över. Rör om då och då under tillagningen	4-5 msk

Recept

ANPASSA RECEPT FÖR TILLAGNING I MIKROVÅGSUGN

Om du vill anpassa dina favoritrecept för tillagning i mikrovågsugn, bör du observera följande: Tillagningstiderna bör minskas med mellan en tredjedel och hälften av den ursprungliga tiden. Följ de exempel som ges i recepten i den här boken. Livsmedel som innehåller mycket vatten, såsom kött, fisk, fågel, grönsaker, frukt, grytor och soppor, lämpar sig väl för tillagning i mikrovågsugn. Livsmedel som innehåller lite vatten, såsom mat på uppläggningsfat, bör fuktas på ytan före uppvärmning eller tillagning. Den mängd vätska som ska tillsättas till råa livsmedel, som ska bräseras, bör minskas till cirka två tredjedelar av mängden i originalreceptet. Tillsätt mer vätska under tillagningen vid behov. Den mängd fett som ska tillsättas kan minskas avsevärt. En liten mängd smör, margarin eller olja är tillräckligt för att smaksätta maten. Av denna anledning är din mikrovågsugn ett utmärkt hjälpmedel för att tillaga rätter med låg fetthalt, som en del av en diet.

SÅ HÄR ANVÄNDER DU RECEPTEN

- Samtliga recept i den här boken är beräknade för fyra portioner – om inget annat anges.
- I början av varje recept finner du information om lämpliga redskap och totala tillagningstider.
- I regel ska hela de mängder som ges användas, om inget annat anges.
- Då det finns ägg i recepten antas de väga cirka 55 g (klass M).

Recept

Tyskland

Rostat bröd med camembert

Total tillagningstid: cirka 1¹/₂-2¹/₂ minuter

Redskap:

Ingredienser

- 4 skivor bröd för rostning
- 2 msk smör eller margarin (20 g)
- 150 g camembert
- 4 tsk tranbärgelé
kajennpeppar

1. Rosta brödet och bred på smöret.
2. Skär osten i skivor och lägg den på brödet. Lägg tranbärgelé i mitten i osten och krydda med kajennpeppar.
3. Lägg smörgåsen på en tallrik och värm i **1¹/₂-2¹/₂ min. ◀ 800 W**

Tips: Du kan variera receptet efter egen smak. Till exempel så kan du använda färsk svamp och riven ost eller kokt skinka, sparris och Emmentaler-ost.

Nederländerna

Svampsoppa

"Champignonsoep"

Total tillagningstid: cirka 13-17 minuter

Redskap: Skål med lock (som rymmer 2 l)

Ingredienser

- 200 g svamp, skivad
- 1 lök (50 g), finhackad
- 300 ml köttbuljong
- 300 ml grädde
- 2¹/₂ msk mjöl (25 g)
- 2¹/₂ msk smör eller margarin (25 g)
salt & peppar
- 1 ägg
- 150 g crème fraîche

1. Lägg grönsakerna och buljongen i skålen, täck över och tillaga. **8-9 min. ◀ 800 W**
2. Blanda alla ingredienser i mixern.
3. Rör samman mjöl och smör till en deg, och rör ut degen i soppan. Krydda med salt och peppar, täck över och tillaga. Rör om efter tillagning. **4-6 min. ◀ 800 W**
4. Blanda äggulorna med grädden och rör ner blandningen i soppan, lite i taget. Värm upp soppan en kort stund, men låt den inte koka! **1-2 min. ◀ 800 W**
Låt soppan stå i cirka fem minuter efter tillagningen.

Recept

Schweiz

Kalkkött (från zürich) i gräddsås

Total tillagningstid: cirka 11–15 minuter

Redskap: Gryta med lock (som rymmer 2 l)

Ingredienser

600 g kalvfilét
1 msk smör eller margarin
1 lök (50 g), finhackad
100 ml vitt vin
kryddad brunfärgare till cirka 1/2 l sky
300 ml grädde
1 msk persilja, hackad

1. Skär filén i fingertjocka strimlor.
2. Smörj in grytan med smöret. Lägg i löken och köttet i grytan, täck över och tillaga. Rör om en gång under tillagningen.
7–10 min. ◁ 800 W
3. Tillsätt det vita vinet, den brunfärgande skyn och grädden. Rör om, täck över och fortsätt tillagningen. Rör om då och då
4–5 min. ◁ 800 W
4. Undersök om kalkköttet är mörjt, rör om i blandningen än en gång och låt stå i cirka fem minuter. Garnera med persilja före serveringen.

Frankrike

Sjötungafiléer

Total tillagningstid: cirka 13–16 minuter

Redskap: Flat, oval ugnform och mikrovågsfolie (cirka 26 cm lång)

Ingredienser

400 g sjötungafiléer
1 hel citron
2 tomater (150 g)
1 tsk smör eller margarin för smörjning av formen
1 msk vegetabilisk olja
1 msk persilja, hackad
salt & peppar
4 msk vitt vin (30 ml)
2 msk smör eller margarin (20 g)

1. Skölj sjötungafiléerna och klappa dem torra. Ta bort eventuella ben.
2. Skär citronen och tomaterna i tunna skivor.
3. Smörj ugnformen med smöret. Lägg i fiskfiléerna och ringla över den vegetabiliska oljan.
4. Strö persiljan över fisken, lägg tomatskivorna ovanpå och krydda. Lägg citronskivorna ovanpå tomaterna och häll över vinet.
5. Lägg små smörklickar ovanpå citronen, täck över och tillaga.
13–16 min. ◁ 800 W
Låt fiskrätten stå i cirka två minuter efter tillagningen..

Tips: Till detta recept kan du även använda olika sorters fisk som kolja, hälleflundra, mulle, rödspätta eller torsk.

Grekland

Bräserat lamm med gröna bönor

Total tillagningstid: cirka 20–24 minuter

Redskap: Flat oval suffléform med lock (cirka 26 cm lång)

Ingredienser

1–2 tomater (100 g)
400 g lammkött, benfritt
1 tsk smör eller margarin för smörjning av formen
1 lök (50 g), finhackad
1 vitlöksklyfta, pressad
salt & peppar
socker
250 g gröna bönor på burk

1. Skala tomaterna och ta bort stjälkarna. Mixa tomaterna till puré i en mixer eller matberedare.
2. Skär lammköttet i stora bitar. Smörj formen. Tillsätt köttet, löken och vitlöken. Krydda, täck över och tillaga.
9–11 min. ◁ 800 W
3. Tillsätt bönorna och de puréade tomaterna till köttet. Täck över och återuppta tillagningen.
11–13 min. ◁ 560 W
Låt lammrätten stå i cirka fem minuter efter tillagningen.

Tips: Om du föredrar att använda färska bönor så ska dessa förkokas.

Recept

Italien



Lasagne

Total tillagningstid 22–26 minuter

Redskap: Skål med lock (som rymmer 2 l), flat oval suffléform med lock (cirka 20 x 20 x 6 cm)

Ingredienser

300 g burktomater
 50 g skinka, skuren i små tärningar
 1 lök (50 g), finhackad
 1 vitlöksklyfta, pressad
 250 g köttfärs (nöt)
 2 msk mosad tomat (30 g)
 salt & peppar
 oregano, timjan, basilika, muskot
 150 ml grädde (eller crème fraîche)
 100 ml mjölk
 50 g riven Parmesanost
 1 tsk blandade, hackade örter
 1 tsk olivolja
 1 tsk vegetabilisk olja för smörjning av formen
 125 g gröna lasagneplattor
 1 msk riven Parmesanost
 1 msk smör eller margarin

1. Skiva burktomaterna och blanda dem med skinkan, löken, vitlöken, köttfärsen och den mosade tomaten. Krydda och tillaga med locket på.
7–9 min.  **800 W**
2. Blanda grädden med mjölken, Parmesanosten, örterna, oljan och kryddorna.
3. Smörj suffléformen och täck botten med cirka 1/3 av lasagneplattorna. Lägg hälften av köttfärsblandningen på plattorna och häll över lite sås. Lägg ytterligare 1/3 av plattorna ovanpå, och därefter ännu ett lager av köttfärsblandning och sås. Avsluta med ett lager av de återstående plattorna. Täck till sist lasagnen med rikligt med sås, och strö över Parmesanost. Lägg skivor av smör ovanpå lasagnen och tillaga med locket på.
15–17 min.  **560 W**

Låt lasagnen stå i 5–10 minuter efter tillagning.

Frankrike


Ratatouille

Total tillagningstid 19–21 minuter

Redskap: Skål med lock (som rymmer 2 l)

Ingredienser

5 msk olivolja (50 ml)
 1 vitlöksklyfta, pressad
 1 lök (50 g), skivad
 1 liten aubergine (250 g), tärnad
 1 zucchini (200 g), tärnad
 1 paprika (200 g), skuren i stora tärningar
 1 liten fänkål (75 g), skuren i stora tärningar
 1 kryddbukett
 200 g kronärtskockshjärtan på burk, skurna i fyra delar
 salt & peppar

1. Lägg olivoljan och vitlöksklyftan i skålen. Tillsätt de förberedda grönsakerna, men inte kronärtskockshjärtana, och krydda med peppar. Tillsätt kryddbuketten, täck över och tillaga. Rör om en gång.
19–21 min.  **800 W**
 Tillsätt kronärtskockshjärtana då fem minuter återstår, och värm upp.
2. Krydda ratatouillen med salt och peppar efter smak. Ta bort kryddbuketten före servering. Låt ratatouillen stå i cirka två minuter efter tillagningen.

Tips: Ratatouille kan serveras varm tillsammans med köträtter. Grytan kan även med fördel serveras kall, som förrätt.

En kryddbukett består av: en stjälk persilja, ett knippe örter som lämpar sig för att smaksätta soppor, en stjälk libbsticka, en stjälk timjan och flera lagerblad.

Recept

Spanien

Bakad potatis

Total tillagningstid 12–16 minuter

Redskap: Skål med lock (som rymmer 2 l)

Porslinstallrik

Ingredienser

- 4 mellanstora potatisar (400 g)
- 100 ml vatten
- 60 g skinka, skuren i små tärningar
- 1/2 lök (25 g), skuren i små tärningar
- 75–100 ml mjölk
- 2 msk riven Parmesanost (20 g)
- salt & peppar
- 2 msk riven Emmenthalerost

1. Lägg potatisen i en form. Tillsätt vattnet, täck över och tillaga. Placera om potatisarna efter halva tillagningstiden.

8–10 min.  **800 W**

Låt kallna.

2. Skär potatisarna på längden och ta försiktigt ur potatisen ur skalen. Blanda potatisen med skinkan, löken, mjölken och Parmesanosten, och rör tills blandningen fått en jämn konsistens. Krydda med salt och peppar.
3. Fyll potatisskålen med blandningen och strö över Emmenthalerost. Lägg potatisarna på en tallrik och tillaga.

4–6 min.  **800 W**

Låt de bakade potatisarna stå i cirka två minuter efter tillagningen.

Danmark

Fruktgelé med vaniljsås

Total tillagningstid 10–13 minuter

Redskap: Skål med lock (som rymmer 2 l)

Skål med lock (som rymmer 1 l)

Ingredienser


- 150 g rödavinbär, sköljda och med stjälkarna borttagna
- 150 g jordgubbar, sköljda och med stjälkarna borttagna
- 150 g hallon, sköljda och med stjälkarna borttagna
- 250ml vitt vin
- 100 g socker
- 50 ml citronsaft
- 8 gelatinblad
- 300 ml mjölk
- innehållet i 1/2 vaniljstång
- 30 g socker
- 15 g förtjockningsmedel

1. Spara en del av frukten till dekorering. Puréa resten av frukten tillsammans med det vita vinet. Lägg purén i en skål, täck med lock och värm upp

7–9 min.  **800 W**

Vänd ner sockret och citronsaften.

2. Lägg gelatinbladen i blöt i kallt vatten i cirka 10 minuter, och ta sedan upp dem och krama dem torra. Rör ner gelatinet i den varma purén och fortsätt röra tills det har lösts upp. Ställ in gelén i kylskåpet och låt stå tills den stelnat.
3. Tillreda vaniljsåsen: Häll i mjölken i den andra skålen. Gör ett snitt i vaniljstången och ta ur innehållet. Rör ner detta i mjölken, tillsammans med sockret och förtjockningsmedlet. Täck med lock och tillaga. Rör om under tillagningen och ännu en gång mot slutet av tillagningstiden.

3–4 min.  **800 W**

4. Vänd upp gelén på ett fat och dekorera med den frukt du sparade. Tillsätt vaniljsåsen.

Tips: Du kan även använda upptinade frysta frukter.

i Skötsel och rengöring

VARNING: ANVÄND INTE UGNSRENGÖRINGSMEDEL FRÅN HANDELN, ÅNGTVÄTT, STRÄVA RENGÖRINGSPRODUKTER MED SLIPVERKAN, NÅGOT SOM INNEHÅLLER NATRIUMHYDROXID ELLER SKURSVAMPAR PÅ NÅGON DEL AV MIKROVÅGSUGNEN.

RENGÖR UGNEN REGELBUNDET OCH TA BORT EVENTUELLA MATRESTER.

Underlåtenhet att hålla ugnen ren kan leda till förslitning av ytan som omvänt påverkar dess livslängd och även kan resultera i en riskfylld situation.

Ugnens utsida

Du kan lätt rengöra ugnens utsida med ett mildt tvålmedel och vatten. Torka av tvålen med en fuktig trasa, och torka utsidan torr med en mjuk handduk.

Ugnens kontrollpanel

Öppna dörren före rengöring för att inaktivera ugnens kontrollpanel. Var försiktig då du rengör ugnens kontrollpanel. Använd en trasa som endast har fuktats med vatten, och torka försiktigt av panelen tills den är ren. Undvik att använda alltför rikliga mängder vatten. Använd inget rengöringsmedel, varken kemiskt eller med slipeffekt.

Ugnens insida

1. Använd en mjuk, fuktig trasa eller svamp till att torka ur ugnen efter varje användning, medan den fortfarande är varm. Använd ett mildt tvålmedel för grövre nedsmutsning, och torka flera gånger med en fuktig trasa tills alla rester har tagits borts. Ta inte bort mikrovågsskyddet.
2. Kontrollera så att det inte har kommit in tvål eller vatten i de små ventilerna på väggarna, eftersom detta kan medföra skador på ugnen.
3. Använd inte rengöringsmedel i sprejform till ugnens insida.

Roterande tallrik och tallriksstöd

Ta ur den roterande tallriken och stödet ur ugnen. Rengör den roterande tallriken och tallriksstödet med mildt tvålvatten. Torka torrt med en mjuk trasa. Både den roterande tallriken och stödet tål att tvättas i diskmaskin.

Dörren

Rengör regelbundet dörrens båda sidor, dörrtätningarna och tätningssyrtorna med en mjuk, fuktig trasa, för att ta bort alla spår av smuts.

OBS: En ångtvätt får inte användas.

Vad gör jag om...

... mikrovågsugnen inte fungerar som den ska?

- Kontrollera att
- säkringarna i proppskåpet fungerar,
 - att det inte har förekommit ett strömavbrott.
 - Om säkringarna har gått, kontaktar du en behörig elektriker.

... mikrovågsläget inte fungerar?

- Kontrollera att
- dörren har stängts ordentligt,
 - dörrtätningarna och tätningstorna är rena,
 - START/QUICK-knappen har tryckts in.

... den roterande tallriken inte roterar?

- Kontrollera att
- tallriksstödet har anslutits korrekt till drivningen,
 - den eldfasta formen inte är större än den roterande tallriken,
 - mat inte förekommer utanför den roterande tallrikens kant så att tallriken förhindras att rotera.
 - inget blockerar rotationen i utrymmet under den roterande tallriken.

... mikrovågsugnen inte stängs av?

- Isolera apparaten från proppskåpet.
- Kontakta en behörig Husqvarna-Electrolux-servicetekniker.

... belysningen inuti ugnen inte fungerar?

- Kontakta en behörig Husqvarna-Electrolux-servicetekniker. Glödlampan i ugnen får endast bytas ut av en behörig Husqvarna-Electrolux-servicetekniker.

... det tar längre tid att värma upp och laga maten jämfört med tidigare?

- Ställ in en längre tillagningstid (dubbel mängd = knappt dubbel koktid) eller
- om maten är kallare än normalt, rotera eller vrid kärlet då och då eller
- ställ in en högre effektinställning.

OBS! Om tillagningstiden överskrider standardtiden vid 800 W, sänks ugnens effekt automatiskt för att undvika överhettning. (Mikrovågsugnens effektnivå sänks till 560 W). Efter en paus på 90 sekunder, kan det 800 W effektläget ställas in igen.

Tillagningsläge	Standardtid	Sänkt effektnivå
Mikrovåg 800 W	20 minuter	Mikrovåg 560 W

Garanti & Service

REKLAMATION

Vid försäljning till konsument i Sverige gäller den svenska konsumentlagstiftningen.

Kom ihåg att spara kvittot för eventuell reklamation.

KONSUMENTKONTAKT

Har du frågor angående produktens funktion eller användning ber vi dig att kontakta vår konsumentkontakt på tel. 0771-11 44 77 eller via e-mail på vår hemsida www.aeg-hem.se.

SERVICE OCH RESERVDELAR

Vill du beställa service, installation eller reservdelar ber vi dig kontakta Husqvarna-Electrolux Service på tel 0771-76 76 76 eller via vår hemsida på www.aeg-hem.se. Du kan även söka hjälp via din återförsäljare.

Adressen till din närmaste servicestation finner du via www.aeg-hem.se eller Gula Sidorna under rubrik Hushållsutrustning, vitvaror – service.



Innan du beställer service, kontrollera först om du kan avhjälpa felet själv.

Här i bruksanvisningen finns en tabell, som beskriver enklare fel och hur man kan åtgärda dem. Observera, elektriska fel skall alltid åtgärdas av certifierad elektriker.

Innan du kontaktar service, skriv upp följande enligt dataskylten:

Modellbeteckning

Produktnummer

Serienummer

Inköpsdatum

Hur och när uppträder felet ?

Specifikationer

Växelspänning	: 230 V, 50 Hz, en-fas
Distributionssäkring/-relä	: Minst 10 A
Växelströmseffekt som krävs:	Mikrovågsugn : 1.2 kW
Uteffekt:	Mikrovågsugn : 800 W (IEC 60705)
Mikrovågsfrekvens	: 2450 MHz * (Grupp 2 / Klass B)
Utvändigt mått	QN4035 : 492 mm (B) x 370 mm (H) x 316 mm (D) QN4036 : 592 mm (B) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Invändigt mått	: 285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ugnskapacitet	: 17 liter **
Roterande tallrik	: ø 272 mm
Vikt	: ca. 15.5 kg
Ugnsbelysning	: 25 W/240 - 250 V

- * Den här produkten uppfyller kraven i den europeiska standarden EN55011. I enlighet med denna standard har produkten klassificerats som utrustning i grupp 2, klass B. Grupp 2 innebär att utrustningen avsiktligt genererar radiofrekvensenergi i form av elektromagnetisk strålning för värmebehandling av livsmedel. Klass B innebär att utrustningen är lämplig för bruk i hemmiljö.
- ** Den invändiga kapaciteten beräknas genom att maximal bredd, djup och höjd mäts. Den faktiska kapaciteten för att rymma mat är mindre.



Den här ugnen överensstämmer med kraven i direktiven 89/336/EEC och 73/23/EEC med tillägget 93/68/EEC.

FÖR ATT STÄNDIGT KUNNA FÖRBÄTTRA VÅRA PRODUKTER KAN SPECIFIKATIONERNA KOMMA ATT ÄNDRAS UTAN FÖREGÅENDE MEDDELANDE

Viktig information



Miljövänligt bortskaffande av förpackningsmaterial och gamla apparater



Förpackningsmaterial

Mikrovågsugnarna från Husqvarna-Electrolux erfordrar en effektiv förpackning som skyddar dem under transport.

Minsta nödvändiga mängd förpackningsmaterial har använts.



Förpackningsmaterial (t.ex. plastfilm eller polystyren) kan utgöra en fara för barn.

Tänk på kvävningensrisken. Allt förpackningsmaterial ska förvaras på avstånd från barn.



Allt använt förpackningsmaterial är miljövänligt och kan återvinnas. Kartongen är tillverkad av återvunnet papper och trästyckena är obehandlade. Plastdelarna har märkts som följer:

«PE» polyetylen, t.ex. förpackningsfilm

«PS» polystyren, t.ex. förpackningen (fri från CFC)

«PP» polypropylen, t.ex. förpackningsremmar

Genom att använda och återanvända förpackningen, sparas råmaterial och avfallsvolymer begränsas.

Deponera förpackningen på närmaste återvinningsstation.

Kontakta de lokala myndigheterna för ytterligare information.



Skrotning och återvinning

Kontakta Elkretsen AB eller återförsäljaren för att få reda på var du kan lämna produkten för skrotning och återvinning. Du kan också gå in på www.el-kretsen.se för att ta reda på närmaste inlämningsställe.

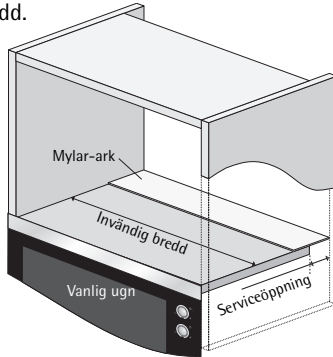
När det gäller kyl- och frysprodukter skall du kontakta din kommun för att få reda var du kan lämna in produkten för skrotning och återvinning.

i Installation

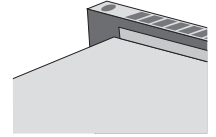
INSTALLERA APPARATEN

1. Avlägsna allt förpackningsmaterial och undersök apparaten noggrant för tecken på skador.
2. Den här ugnen har utformats för att installeras i ett 360 mm högt skåp som standard.
När ugnen installeras i ett 350 mm högt skåp: Skruva av och avlägsna de fyra fötterna från ugnens botten. Tre av fötterna är höga och en är låg. Byt ut de tre höga fötterna mot fötterna i tillbehörspaketet. Byt inte ut den korta foten.
3. Om mikrovågsugnen ska installeras ovanför en vanlig ugn (läge A) används Mylar-arket som medföljer.

- a. Klipp till Mylar-arket så att det passar enhetens invändiga bredd.
- b. Dra av skyddsfilmerna på tejp och fäst dem baktill på hyllan så att de täcker serviceöppningen (se figuren).



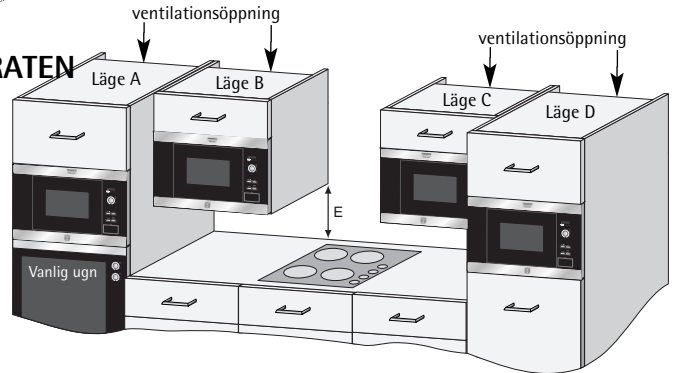
4. Installera försiktigt apparaten i köksskåpet, utan att bruka våld, tills ugnens främre ram löper jämnt med skåpets främre öppning.
5. Försäkra att apparaten står stadigt och inte lutar. Upprätthåll ett gap på 5 mm mellan skåpsdörren ovan och ramens överdel (se figuren).
6. Fäst ugnen med skruvarna som medföljer. Fästpunkterna finns på ugnens övre och undre hörn (se bilden, punkt 9, sidan 142).
7. Det är viktigt att försäkra att installationen av den här produkten överensstämmer med instruktionerna i handboken, samt med installationsinstruktionerna från spisens eller den vanliga ugnens tillverkare.



SÄKER ANVÄNDNING AV APPARATEN

Om mikrovågsugnen installeras i läge B eller C:

- Skåpet måste vara minst 500 mm (E) ovanför arbetsytan och får **inte** installeras direkt ovanför en spis.
- Den här apparaten har testats och godkänts att användas i närheten av enbart gas- och elspisar för hemmabruk, samt induktionsspisar.
- Tillåt tillräckligt avstånd mellan spisen och mikrovågsugnen för att undvika att mikrovågsugnen, omgivande köksskåp och tillbehör överhettas.
- Låt inte spisen vara påslagen utan att använda grytor/pannor när mikrovågsugnen är påslagen.
- Var försiktig när du använder mikrovågsugnen då spisen är på.



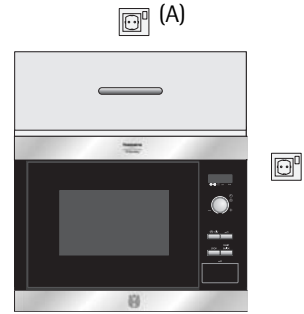
Läge	Utrymmesstorlek W D H	Vent. mm	Avstånd, mm skåp/tak
A	560 x 550 x 360	50	50
B + C	460 x 300 x 350	15	50
	460 x 300 x 360	15	50
	560 x 300 x 350	15	50
	560 x 300 x 360	15	50
D	460 x 500 x 350	40	50
	460 x 500 x 360	40	50
	560 x 500 x 350	40	50
	560 x 500 x 360	40	50

Mått i (mm)


Installation

ANSLUTA APPARATEN TILL STRÖMKÄLLAN

- Eluttaget ska vara lättillgängligt så att enheten enkelt kan kopplas ur om en nödsituation skulle uppstå.
- Kontakten får inte sitta bakom skåpet.
- Det bästa läget är ovanför skåpet, se (A).
Om strömsladden inte ansluts till läge (A) bör den avlägsnas från stödklämman (se figuren, punkt 13, sidan 142) och dras under ugnen.
- Anslut apparaten till 230 V/50 Hz växelström (en-fas) via ett korrekt installerat jordat uttag.
- Uttaget måste vara säkrat med en säkring på 10 A.
- **Strömsladden får endast bytas ut av en behörig elektriker.**
- Knyt ett snöre runt strömsladden, före installationen, för att underlätta anslutning till läge (A) när apparaten installeras.
- Strömsladden FÅR INTE vikas när apparaten installeras i ett skåp med höga kanter.
- Doppa inte strömsladden eller kontakten i vatten eller annan vätska.



ELEKTRISKA ANSLUTNINGAR

 **VARNING:**
DEN HÄR APPARATEN MÅSTE JORDAS
Tillverkaren frångår sig allt ansvar om denna säkerhetsåtgärd inte följs.

Om kontakten som anslutits till din apparat inte passar i eluttaget, kontaktar du Husqvarna-Electrolux Service.




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.

Husqvarna Hushållsprodukter
S-105 45 Stockholm

<http://www.husqvarna.se>

© Electrolux plc 2005

TINS-A374URR1 

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