Panasonic®

Česky

Návod k obsluze a kuchařská kniha
Mikrovlnná trouba

Model č. NN-SD27HS

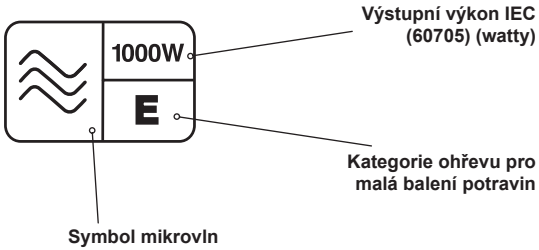
Určeno pouze pro použití v domácnostech



INVERTER

Důležité bezpečnostní pokyny
Pozorně si přečtěte a uchovejte pro budoucí použití

Důležité upozornění



Děkujeme, že jste si zakoupili mikrovlnnou troubu Panasonic.

Vaše trouba má jmenovitý výkon 1000 wattů (IEC). Při používání jiných kuchařských knih nezapomeňte přiměřeně upravit časy přípravy pokrmu. Výše uvedený symbol, který je zobrazen na dvířkách vaší trouby, označuje kategorii ohřevu vaší trouby při vaření nebo zahřívání polotovarů.

Vaše trouba má hodnocení „E“, což je velmi efektivní. Proto je velmi důležité, abyste si pozorně přečetli pokyny na obalu polotovarů.

Některé pokyny v obalu zobrazují pouze informace pro trouby s hodnocením B nebo D. Na stranách **36 – 42** tohoto návodu proto uvádíme další pokyny pro ohřívání a vaření.

Vždy zkontrolujte průběh vaření nebo ohřívání pokrmu pouhým otevřením dvířek. Po zkontrolování průběhu přípravy pokrmu stiskněte tlačítko **Start**, abyste pokračovali v době vaření.

Nedodržení pokynů uvedených v tomto návodu k obsluze a kuchařské knize může ovlivnit výsledek receptu a v některých případech může být nebezpečné.

Děkujeme za koupi tohoto spotřebiče značky Panasonic.

Obsah

Bezpečnostní pokyny 4
Likvidace starého zařízení.....9
Před použitím trouby 10
Umístění trouby 10
Péče a čištění trouby.....11
Údržba vaší trouby 12
Části vaší trouby.....12
Důležité bezpečnostní pokyny.....14
Principy mikrovlnné trouby 17
Ovládací panel.....18
Obecné pokyny.....19
Nádoby k použití.....21
Rychlá kontrola nádob na vaření.....21
Nastavení hodin.....23
Dětská pojistka 23
Mikrovlnné vaření a rozmrazování 24
Pokyny pro rozmrazování.....25
Tabulka rozmrazování 26
Použití časovače 27
Použití programu „Aqua Clean“.....28
Vícefázové vaření.....29
Rychlé rozmrazování.....30
Programy automatického ohřívání/ vaření.....32
Programy automatického ohřívání.....33
Programy automatického vaření.....34
Pokyny pro vaření a ohřívání.....35
Tabulky pro ohřev 36
Tabulky pro vaření 39

Recepty

Polévky a snacky.....43
Maso a drůbež.....44
Ryby 46
Zelenina.....47
Dezerty/Koláče 48
Omáčky/Džem 50

Otázky a odpovědi.....51
Technické údaje.....52

Bezpečnostní pokyny

- Důležité bezpečnostní pokyny. Před použitím této trouby si pozorně přečtěte tyto pokyny a uschovejte si je pro použití v budoucnosti.
- Tento spotřebič mohou používat děti od 8 let a starší a osoby s omezenými fyzickými, smyslovými a mentálními schopnostmi a bez dostatečných zkušeností a znalostí, jsou-li pod dohledem nebo byly poučeny o bezpečném použití spotřebiče osobou odpovědnou za jejich bezpečnost a porozuměly možnému nebezpečí, včetně unikající páry. Nedovolte dětem hrát si se spotřebičem. Čištění a údržbu nesmějí provádět děti bez dozoru. Držte spotřebič a jeho napájecí kabel mimo dosah dětí mladších 8 let.
- Při instalaci této trouby musí být možné jednoduše odpojit spotřebič od elektrické sítě odpojením zástrčky nebo vypnutím jističe.
- Pokud je poškozený napájecí kabel, musí jej vyměnit výrobce, servisní technik nebo podobně kvalifikovaná osoba, aby se zabránilo nebezpečí.
- Varování! Spotřebič musíte kontrolovat z hlediska poškozeného těsnění a těsnění dvířek, a pokud jsou tyto oblasti poškozeny, spotřebič nesmíte používat, dokud jej neopraví servisní technik školený výrobcem.
- Varování! Neumísťujte tuto troubu do blízkosti elektrických nebo plynových sporáků.

Bezpečnostní pokyny

- Tekutiny a jiné potraviny se nesmí ohřívat v uzavřených nádobách, protože mohou explodovat.
- Varování! Nemanipulujte se spotřebičem ani neprovádějte žádná nastavení a opravy dvířek, krytu ovládacího panelu, bezpečnostních spínačů ani žádných dílů trouby. Nedemontujte vnější kryt trouby, který zajišťuje ochranu proti působení mikrovlnné energie.
- Opravy smí provádět pouze kvalifikovaný servisní technik.
- Varování! Dětem dovolte používat troubu bez dozoru jen tehdy, když jim byly poskytnuty přiměřené pokyny, aby dítě bylo schopno používat troubu bezpečným způsobem a chápalo rizika nesprávného používání.
- Tato trouba je určena pouze pro použití na pracovní ploše. Není určena pro zabudování nebo v uzavřené skříňce.

Při použití na pracovní ploše:

- Troubu musíte postavit na rovný, stabilní povrch, 85 cm nad podlahou, zadní stranou umístěnou proti zadní stěně. Pro správný provoz trouby musíte zajistit dostatečný prostor, 5 cm z jedné a druhé strany, 15 cm shora; 10 cm zezadu.
- Při ohřevu pokrmu v plastové nebo papírové nádobě pokrmy často kontrolujte, protože tyto typy obalů se mohou při přehřátí vznítit.
- Pokud se v troubě objeví kouř nebo plamen, stiskněte tlačítko Stop/Cancel a nechte dvířka zavřená pro udušení plamene. Odpojte napájecí kabel nebo odšroubujte příslušnou pojistku nebo vypněte jistič.
- Tento spotřebič je určen pouze pro použití v domácnosti.

Bezpečnostní pokyny

- Mikrovlnný ohřev nápojů může vyvolat zpožděný náhlý var. Při ohřevu tekutin buďte proto opatrní.
- Obsah dětských láhví musíte dobře promíchat nebo protřepat. Před podáváním zkontrolujte teplotu, abyste zabránili popálení.
- Nevařte vajíčka ve skořápce a celá natvrdo uvařená vejce pomocí **mikrovln**. Může dojít ke zvýšení tlaku a následné explozi i po skončení ohřevu a vyjmutí pokrmu z trouby.
- Pravidelně čistěte vnitřek trouby, těsnění dvířek a oblast těsnění dvířek. Při potřísnění pokrmu a tekutin na stěny trouby, dno, těsnění nebo oblast těsnění otřete ihned tyto nečistoty vlhkým hadříkem. Při odolnějším znečištění můžete použít jemný čisticí prostředek. Nedoporučujeme použití drsných a agresivních čisticích prostředků. **Nepoužívejte komerčně dostupné čističe na trouby.**
- Pokud nebudete troubu udržovat čistou, může to vést ke znehodnocení povrchu, což může mít negativní vliv na životnost spotřebiče a může to vést k nebezpečným situacím.
- K čištění spotřebiče nepoužívejte parní čistič.
- Používejte jen nádobí vhodné pro použití v mikrovlnné troubě.
- K čištění skla dvířek trouby nepoužívejte drsné, agresivní čističe ani ostré kovové škrabky, protože mohou poškodit povrch, což může vést k oslabení skla.

Bezpečnostní pokyny

- Tento spotřebič není určen pro ovládání pomocí externího časovače nebo systému samostatného dálkového ovládání.
- V případě poruchy elektroniky lze troubu vypnout pouze z elektrické zásuvky.
- Kovové nádoby nebo nádobí s kovovým lemem by se neměly používat během mikrovlnného vaření. Může dojít k jiskření.
- Tato mikrovlnná trouba je určena výhradně pro ohřev potravin a nápojů. Při ohřevu potravin s nízkým obsahem vlhkosti, jako je například pečivo, čokoláda, sušenky a cukroví, buďte opatrní. Při velmi dlouhém ohřevu se mohou rychle spálit, vyschnout nebo vznítit. Nedoporučujeme zahřívat potraviny s nízkým obsahem vlhkosti, jako je popcorn nebo krekry.
- Sušení potravin, novin nebo oděvů a ohřev ohřívacích vložek, obuvi, hub, vlhkých utěrek, sáčků, pytlů, ohřívacích lahví a podobných předmětů může způsobit poranění nebo vznik požáru.
- Osvětlení trouby musí měnit pouze kvalifikovaný servisní technik školný výrobcem. Nepokoušejte se demontovat vnější kryt trouby.
- Upozornění! Abyste zabránili nebezpečí z důvodu nechtěného resetování tepelné pojistky, nesmíte tento spotřebič napájet přes externí spínací zařízení, jako je časovač nebo připojovat k obvodu, který se pravidelně vypíná dodavatelskou službou.

Bezpečnostní pokyny

Pozorně si přečtěte a uchovejte pro budoucí použití.

⚠ Varování!
Tento spotřebič musí být uzemněn.

⚠ Důležité!
Vodiče v tomto napájecím kabelu jsou zabarveny v souladu s následujícím kódem: Zelenožlutý: Uzemnění. Modrý: Nulák. Hnědý: Fáze.

Jelikož barvy vodiče v napájecím kabelu tohoto spotřebiče nemusí odpovídat barevným označením označujícím svorky vaší zástrčky, postupujte následujícím způsobem:

Zelenožlutý vodič musí být připojen ke svorce v zástrčce, která je označena písmenem **E** nebo symbolem uzemnění ⏚ nebo **zelené** nebo **zelenožluté** barvy.

Modrý vodič musí být připojen ke svorce zástrčky označené písmenem **N** nebo **černé** barvy.

Hnědý vodič musí být připojen ke svorce zástrčky označené písmenem **L** nebo **červené** barvy.

Když je tato trouba nainstalována, mělo by být snadné odpojit spotřebič od elektrické sítě vytažením zástrčky nebo použitím jističe.

⚠ Napětí a výkon
Použité napětí musí být stejné, jak je uvedeno na této mikrovlnné troubě. Použití vyššího napětí, než je uvedeno, je nebezpečné a může vést k požáru nebo jinému typu nehody, která způsobí poškození.

Kabel, zástrčku ani troubu neponořujte do vody. Udržujte kabel mimo horké povrchy. Nenechávejte kabel viset přes okraj stolu nebo pracovní desky. Nezapojujte troubu přes prodlužovací kabel, protože to může být nebezpečné. Je důležité zapojit troubu přímo do elektrické zásuvky.

Zadní strana spotřebiče se během používání zahřívá. Nedovolte, aby se kabel dotýkal zadní strany spotřebiče nebo povrchu skříňky spotřebiče.

Bezpečnostní pokyny



Informace o likvidaci starých elektrických a elektronických zařízení (soukromé domácnosti).

Tento symbol na výrobku a/ nebo v průvodní dokumentaci znamená, že použitá elektrická a elektronická zařízení se nesmí kombinovat s běžným komunálním odpadem.

Pro správné zacházení, obnovu a recyklaci odneste tyto produkty na příslušná sběrná místa, kde je převezmou bezplatně. V některých zemích lze produkty předat místnímu prodejci při koupi nového ekvivalentního spotřebiče.

Správnou likvidací tohoto produktu pomáháte chránit hodnotné suroviny a bráníte před možným negativním vlivem na lidské zdraví a životní prostředí, ke kterému může dojít při nesprávné likvidaci zařízení. Pro podrobnější informace kontaktujte místní správu nebo nejbližší sběrné středisko.

V souladu s národní legislativou se mohou v souvislosti s nesprávnou likvidací tohoto odpadu vymáhat pokuty.

Pro podnikové uživatele v rámci Evropské unie

Chcete-li likvidovat elektrické a elektronické zařízení, pro podrobnější informace kontaktujte prodejce nebo dodavatele.

Informace o likvidaci v ostatních zemích mimo Evropskou unii

Tento symbol je platný pouze v Evropské unii.

Chcete-li zlikvidovat toto zařízení, kontaktujte místní správu nebo prodejce a požádejte o informace o správné likvidaci.

Před použitím trouby

Zkontrolujte mikrovlnnou troubu

1. Troubu vybalte, odstraňte všechny obalové materiály a zkontrolujte ji z hlediska poškození, prasknutí dvířek. Pokud si všimnete poškození, ihned to oznamte prodejci. **Neinstalujte** poškozenou mikrovlnnou troubu.

Záruka

2. Váš doklad o koupi je vaší zárukou, bezpečně si jej uschovejte.

Kabel

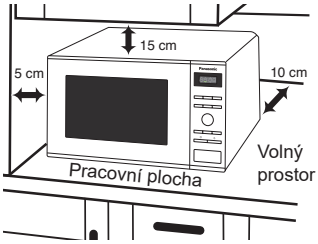
3. Je-li napájecí kabel tohoto spotřebiče poškozený, musí jej vyměnit výrobce nebo jeho servisní zástupce nebo podobně kvalifikovaná osoba, aby se předešlo nebezpečí.

Poznámka

Spotřebič je třeba zkontrolovat, zda není poškozené těsnění dvířek a oblasti těsnění dvířek. Pokud jsou tyto oblasti poškozeny, spotřebič by se neměl používat, dokud jej neopraví servisní technik vyškolený výrobcem.

Umístění trouby

Tato trouba je určena pro použití pouze na pracovní ploše. Není určena pro zabudování nebo ve skříňce kuchyňské linky.



1. Troubu umístěte na rovný a stabilní povrch více než 85 cm nad podlahu. Pro správnou funkci musí mít trouba dostatečný průtok vzduchu tj. 5 cm na jedné straně, přičemž druhá je otevřená; 15 cm nad vrchní částí; 10 cm vzadu.
2. Mikrovlnnou troubu neumísťujte na polici přímo nad plynovou nebo elektrickou varnou desku. Může to představovat bezpečnostní riziko a trouba se může poškodit.
3. Neblokujte větrací otvory na bocích a zadní straně trouby. Pokud jsou tyto otvory během provozu zablokovány, trouba se může přehřát. V tomto případě je trouba chráněna tepelnou pojistkou a obnoví provoz až po vychladnutí. Trouba zůstane nefunkční s prázdným displejem, dokud nevychladne.
4. Tento spotřebič je určen pouze pro použití v domácnostech.

Péče a čištění trouby

⚠ Důležité!
Pro bezpečný provoz trouby je nezbytné, aby byla udržována v čistotě a po každém použití byla utřena. Neudržování trouby v čistém stavu může vést k poškození povrchu, což by mohlo nepříznivě ovlivnit životnost spotřebiče a případně vést k nebezpečné situaci.

1. **Před čištěním troubu vypněte** a pokud je to možné, odpojte ji z elektrické zásuvky.

2. **Udržujte vnitřek trouby, těsnění dvířek a oblasti těsnění dvířek čisté.**
Když se na stěnách trouby nalepí rozlité potraviny nebo rozlité tekutiny, otřete těsnění dvířek a oblasti těsnění dvířek vlhkou utěrkou. Pokud jsou velmi znečištěné, můžete použít jemný čisticí prostředek. Nedoporučuje se používat drsné čisticí prostředky nebo abrazivní prostředky. Při čištění kolem krytu vlnovodu buďte opatrní.

3. **Vnitřní prostor trouby** je vyroben z pozinkované oceli s mimořádně odolným nátěrem. Po použití je třeba vnitřní prostor trouby otřít, aby se odstranila veškerá zbylá voda, aby se snížilo riziko koroze vnitřního prostoru a dvířek.

   Vnitřní prostor a dvířka mohou být poškozeny abrazivními čisticími prostředky a ostrými předměty, proto je třeba dávat pozor, aby nedošlo k poškození tímto způsobem. Pokud se vnitřní prostor nebo dvířka poškodí, obložení může začít korodovat. Při dodržení výše uvedených opatření týkajících se čištění a péče o vaši troubu se může prodloužit životnost vnitřního prostoru a dvířek.

4. **Vnější povrch trouby** by se měl čistit vlhkou utěrkou. Aby se předešlo poškození provozních částí uvnitř trouby, do ventilačních otvorů nesmí vniknout voda.

5. Pokud je znečištěn **ovládací panel**, vyčistěte ho měkkou suchou utěrkou. Na ovládacím panelu nepoužívejte drsné ani agresivní čisticí prostředky. Při čištění ovládacího panelu nechte otevřená dvířka, abyste zabránili nežádoucímu zapnutí. Po čištění stiskněte **tlačítko Stop/Cancel** na vymazání zobrazení na displeji.

6. Na čištění **skla dvířek trouby** nepoužívejte drsné čisticí prostředky ani ostré kovové škrabky, protože by mohly poškrábat povrch, což by mohlo způsobit roztříštění skla.

7. **Neustále udržujte větrací otvory čisté.**
Zkontrolujte, zda neblokuje prach nebo jiný materiál tyto otvory v horní, spodní nebo na pravé straně trouby.
Pokud jsou tyto otvory zablokovány, může to způsobit přehřívání, které může negativně ovlivnit provoz trouby a představovat bezpečnostní riziko.

8. Pokud se **naakumuluje pára** uvnitř nebo okolo vnějšího povrchu dvířek trouby, utřete ji měkkou utěrkou. Toto může nastat tehdy, pokud používáte mikrovlnnou troubu při vysoké vlhkosti a v žádném případě to nepředstavuje poruchu spotřebiče.

9. Čas od času je nutné vyjmout a vyčistit **skleněný talíř**. Talíř umyjte v teplé mýdlové vodě nebo v myčce nádobí.

10. **Kruhová podložka a dno vnitřního prostoru trouby** 10. se mají pravidelně čistit, aby se zabránilo nadměrné hlučnosti. Jednoduše vyčistěte povrch dna trouby jemným saponátem a horkou vodou, potom ho vysušte čistou utěrkou. Kruhovou podložku lze opláchnout jemnou mýdlovou vodou.
Po vyjmutí kruhové podložky z vnitřního prostoru trouby za účelem čištění, musí být tato podložka opět umístěna do správné polohy v troubě.

11. Na čištění spotřebiče nepoužívejte **parní čistič**.

12. Uživatelský se doporučuje **vyhnout se jakémukoliv tlaku směrem dolů** na dvířka mikrovlnné trouby, když jsou v otevřené poloze. Existuje bezpečnostní riziko, že se trouba na pečení nakloní dopředu.

Údržba vaší trouby

Servis

1. **Když vaše trouba vyžaduje servis**, zavolejte místního technika společnosti Panasonic.

Těsnění dvířek

2. Nepokoušejte se zasahovat do nebo provádět žádné úpravy nebo opravy dvířek, krytu ovládacího panelu, bezpečnostních spínačů nebo jakékoli jiné části trouby. Neodstraňujte vnější panel z trouby. Těsnění dvířek a oblasti těsnění dvířek byste měli vždy udržovat čisté – používejte vlhkou utěrku.

Osvětlení trouby

3. Výměnu osvětlení musí provést servisní technik vyškolený společností Panasonic. **Nepokoušejte** se vyjmout vnější kryt z trouby.

⚠ Varování!

Spotřebič je třeba zkontrolovat, zda není poškozeno těsnění dvířek a oblasti těsnění dvířek. Pokud jsou tyto oblasti poškozeny, spotřebič by se neměl používat, dokud jej neopraví servisní technik vyškolený výrobcem.

Pro kohokoli jiného než kompetentní osobu je nebezpečné provádět jakýkoli servis nebo opravu, která zahrnuje odstranění krytu, který poskytuje ochranu před vystavením mikrovlnné energii.

Vybrané náhradní díly a příslušenství

4. Ty lze objednat přímo; on-line na **www.panasonic.com/cz** nebo telefonicky na **zákaznickém komunikačním centru 220622911**. Akceptuje se většina hlavních kreditních a debetních karet. Ujistěte se, zda uvádíte správné číslo modelu.

Části vaší trouby

1. Troubu nepoužívejte, dokud není kruhová podložka a skleněný talíř na svém místě.

2. Používejte pouze skleněný otočný talíř speciálně navržený pro tuto troubu. Nenahrazujte žádným jiným skleněným otočným talířem.

3. Pokud je skleněný talíř horký, nemyjte jej ani na něj nenalévejte vodu, dokud nevychladne.

4. Nepřipravujte pokrm přímo na skleněném talíři. Potraviny vždy vložte do nádoby vhodné do mikrovlnné trouby. Jedinou výjimkou je vaření brambor ve slupce nebo automatický program brambor ve slupce.

5. Pokud se pokrm nebo varná nádoba na skleněném talíři dotýká stěn trouby a talíř se zastaví, začne se automaticky otáčet v opačném směru. Je to však naprosto normální. Otevřete dvířka trouby, přemístěte pokrm a znovu spusťte.

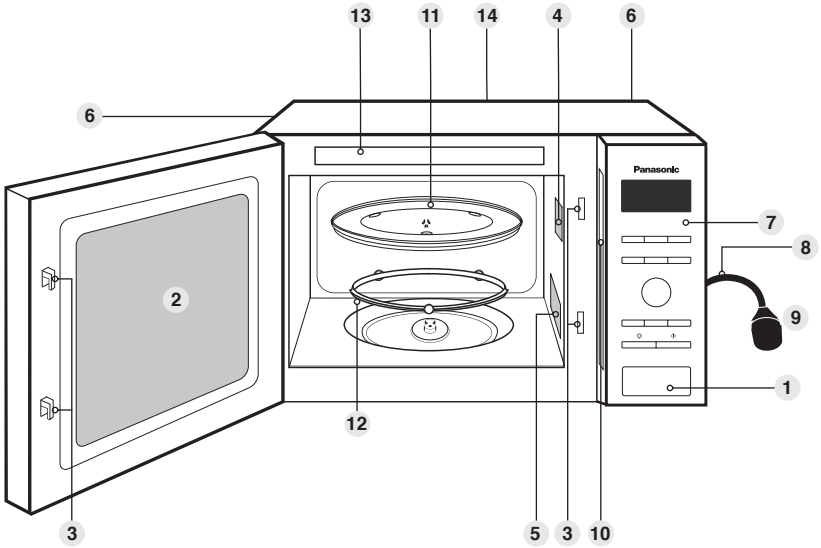
6. Skleněný talíř se může otáčet v obou směrech. Maximální hmotnost, kterou lze umístit na otočný talíř, je 3 kg, včetně celkové hmotnosti pokrmu a nádobí).

7. Během vaření prostřednictvím **mikrovln** může otočný talíř vibrovat. Toto neovlivní výkon vaření.

8. Při použití nesprávné hmotnosti potravin nebo náhodného použití kovové nádoby může dojít k jiskření. Pokud k tomu dojde, okamžitě zastavte spotřebič.

Části vaší trouby

1. **Tlačítko pro uvolnění dvířek**
   Stisknutím otevřete dvířka trouby. Pokud otevřete dvířka v průběhu přípravy pokrmu, ohřev se dočasně přeruší, aniž by došlo k vymazání zvoleného nastavení. Ohřev se spustí znovu tehdy, když zavřete dvířka a stisknete tlačítko Start.
2. **Okno ve dvířkách**
3. **Bezpečnostní uzavírací systém dvířek**
4. **Větrací otvor**
5. **Kryt vlnovodu (nedemontujte)**
6. **Vnější větrací otvory trouby**
7. **Ovládací panel**
8. **Napájecí kabel**
9. **Zástrčka**
10. **Identifikační štítek**
11. **Skleněný talíř**
12. **Kruhová podložka**
    (i). Kruhovou podložku a dno trouby by se měly často čistit, aby se předešlo nadměrnému hluku.
    (ii). Kruhová podložka se musí k vaření vždy používat spolu se skleněným otočným talířem.
13. **Štítek menu**
14. **Štítek s varováním**



Poznámka
Výše uvedené obrázky jsou pouze ilustrační.

Důležité bezpečnostní pokyny

Bezpečnost

Pokud se v troubě objeví kouř nebo plameny, stiskněte tlačítko Stop/Cancel a nechte dvířka zavřená pro udušení plamenů. Odpojte napájecí kabel, nebo vypněte jistič.

Krátké časy vaření

Jelikož časy vaření v mikrovlnné troubě jsou mnohem kratší než jiné způsoby vaření, je důležité, aby se nepřekračovaly doporučené časy vaření bez předchozí kontroly pokrmu.

Časy pečení uvedené v receptu jsou přibližné. Faktory, které mohou ovlivnit dobu vaření, jsou: preferovaný stupeň vaření, počáteční teplota, nadmořská výška, objem, velikost a tvar použitých potravin a nářadí. Když se seznámíte s troubou, budete moci tyto faktory upravit.

Je lepší pokrm nedovařit než převařit. Pokud je pokrm nedovařený, můžete jej vždy vrátit do trouby pro další vaření. Pokud je pokrm převařený, nelze nic dělat. Vždy začněte s minimálním časem vaření.

Důležité!

Překročíte-li doporučené časy vaření, pokrm se nadměrně převaří a v extrémních případech může dojít ke vznícení a následnému poškození vnitřního prostoru trouby.

Troubu nikdy neprovozujte bez pokrmu uvnitř spotřebiče.

Malá množství potravin

Při ohřívání malých množství potravin buďte opatrní, protože se mohou snadno spálit, vysušit nebo vznítit, budou-li se vařit velmi dlouho. Vždy nastavte krátké časy vaření a pokrm často kontrolujte.

Potraviny s nízkým obsahem vlhkosti

Buďte opatrní při zahřívání potravin s nízkým obsahem vlhkosti, jako je např. chléb, čokoláda, popcorn, sušenky a pečivo. Ty se mohou při příliš dlouhém vaření snadno spálit, vysušit nebo vznítit.

Nedoporučujeme zahřívat potraviny s nízkým obsahem vlhkosti, jako jsou popcorn nebo sušenky. Trouba byla vyvinuta pro potravinářské použití. Mikrovlnná trouba je určena pouze k ohřívání pokrmů a nápojů. Sušení potravin, novin nebo oděvů a zahřívání ohřívacích podložek, bačkor, houbiček, vlhčené utěrky, sáčků s pšenicí, lahví s horkou vodou a podobně může vést k riziku poranění, vznícení nebo požáru.

Vánoční nákyp

Vánoční nákypy a jiné potraviny s vysokým obsahem tuků nebo cukru, např. džem, mleté pirohy, se nesmí přehřívat. Tyto potraviny nikdy nesmí zůstat bez dozoru, protože při převaření se mohou vznítit.

Vařená vejce

Vejce ve skořápce a celá natvrdo uvařená vejce by se neměla zahřívat v mikrovlnných troubách, protože mohou explodovat i po ukončení mikrovlnného ohřevu.

Potraviny se slupkou

Brambory, jablka, vaječný žloutek, celá zelenina a uzeniny jsou příklady potravin s neporézní slupkou. Před vařením je třeba je propíchnout vidličkou, aby nepraskly.

Varování!

Tekutiny a jiné potraviny se nesmí zahřívat v uzavřených nádobách, protože mohou explodovat.

Tekutiny

Při ohřevu tekutin, např. polévek, omáček a nápojů v mikrovlnné troubě, může dojít k jejich přehřátí a tekutiny mohou být uvedeny do varu bez vzniku vzduchových bublin.

Mohlo by to vést k náhlému vykypění horké tekutiny. Abyste tomu zabránili, proveďte následující kroky:

a) Vyhněte se použití nádob s rovnými stěnami a úzkými hrdly.
b) Pokrmy nadměrně nepřehřívejte.
c) Tekutiny promíchejte před vložením nádoby do trouby a v polovině času ohřevu.
d) Po ohřevu nechte tekutinu chvíli odstát v troubě, opět zamíchejte před opatrným vyjmutím nádoby.
e) Mikrovlnný ohřev nápojů může vést ke zpožděnému erupčnímu varu, proto buďte opatrní při manipulaci s nádobou.

Víka/Kryty

Před vložením do mikrovlnné trouby vždy odstraňte víčka sklenic a nádob a přenosných nádob na pokrm. Pokud tak neučiníte, může se uvnitř nahromadit pára a tlak a způsobit výbuch i po zastavení mikrovlnného vaření.

Smažení

Nepokoušejte se v troubě smažit.

Teploměr na maso

Použijte teploměr na maso ke kontrole stupně upečení masa a drůbeže jen tehdy, když maso vyjmete z trouby. Pokud je maso nedopečené, vraťte jej do trouby a pečte ještě několik minut při doporučeném výkonu. Nepoužívejte běžný teploměr na maso v mikrovlnné troubě, protože může způsobit jiskření.

Papír, plast

Při ohřevu pokrmů v plastové nebo papírové nádobě potraviny často kontrolujte, neboť tyto typy obalů a mohou při nadměrném přehřátí vznítit. Se sáčky na pečení nepoužívejte vázací drátěné pásky, protože by mohlo dojít k jiskření.
Nepoužívejte výrobky z recyklovaného papíru, např. kuchyňská utěrka, pokud nejsou speciálně navrženy pro použití v mikrovlnné troubě. Tyto produkty obsahují nečistoty, které mohou při použití způsobit jiskry a/nebo požár.

Ohřev

Je nezbytné, aby se zahřátý pokrm podával „horký“. Vyjměte pokrm z trouby a zkontrolujte, zda je „horký“, tj. ze všech částí vychází pára, a omáčka probublává (pokud chcete, můžete zkontrolovat, zda pokrm dosáhl 75 ˚C pomocí kuchyňského teploměru – ale nezapomeňte, že tento teploměr se nepoužívá v mikrovlnné troubě).

Pro potraviny, které nelze míchat, např. lasagne, pastevecký koláč, by měl být střed naříznutý nožem, aby se otestovalo, zda je pokrm dobře přehřátý. I když byly dodrženy pokyny výrobce na obalu, vždy před podáváním zkontrolujte, zda je pokrm horký a máte-li pochybnosti, vraťte pokrm do trouby pro další zahřátí.

Čas odstátí

Čas odstátia sa vzťahuje na obdobie na konci varenia alebo zohrievania, keď sa pokrm nechá pred konzumáciou, t. j. je to čas odpočinku, ktorý umožňuje, aby sa teplo v pokrme ďalej odvádzalo do stredu, čím sa eliminujú studené miesta.

Udržování trouby v čistotě

Pro bezpečný provoz trouby je nutné ji pravidelně utírat. Použijte teplou mýdlovou vodu, utěrku dobře vyždímejte a použijte k odstranění mastnoty nebo pokrmu zevnitř. Věnujte pozornost oblasti těsnění dvířek a také oblastem kolem vlnovodu umístěného na pravé straně stěny vnitřního prostoru. Trouba by měla být při čištění odpojena od elektrické sítě.

Důležité bezpečnostní pokyny

Provoz motoru ventilátoru

Po použití trouby se může ještě několik minut otáčet ventilátor, který ochlazuje elektrické komponenty. Je to normální a pokrm můžete vyjmout také tehdy, pokud ventilátor stále funguje. Troubu můžete v této době normálně dále používat.

Nádobí/varné nádoby

Před použitím zkontrolujte, zda je nádobí/nádoby vhodné pro použití v mikrovlnných troubách. Prohlédněte si strany 21-22.

Dětské láhve/nádoby s dětským pokrmem

Před vložením do trouby je třeba sejmout uzávěr a dudlík. Tekutina v horní části láhve bude mnohem teplejší než ve spodní části a před kontrolou teploty je třeba ji důkladně protřepat. Z nádob s kojeneckou výživou je třeba odstranit i víčko, obsah je třeba před kontrolou teploty promíchat nebo protřepat. Toto by mělo být provedeno před konzumací, aby se zabránilo popálení. Podívejte se na stranu 35.

Jiskření

Při nesprávném použití kovové nádoby, při použití nesprávné hmotnosti potravin nebo při poškození příslušenství může dojít k jiskření. Jiskření je, když jsou v mikrovlnné troubě viditelné modré záblesky světla. Pokud k tomu dojde, okamžitě zastavte spotřebič. Pokud troubu ponecháte bez dozoru a takto to bude pokračovat, může dojít k poškození spotřebiče.

Maximální hmotnost na otočném talíři

Maximální hmotnost, kterou lze umístit na otočný talíř, je 3 kg (včetně celkové hmotnosti pokrmu a nádobí).

Skladování příslušenství

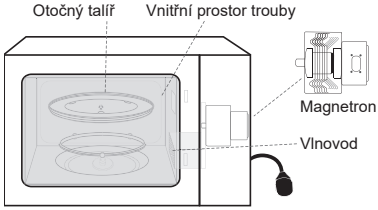
Uvnitř trouby neskladujte žádné předměty kromě příslušenství trouby pro případ náhodného zapnutí.

⚠ Varování!

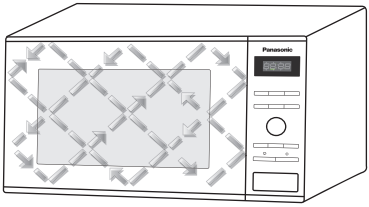
Troubu neprovozujte naprázdno. Spotřebič se nesmí provozovat bez pokrmu v troubě. Provoz u prázdného spotřebiče poškodí spotřebič.

Principy mikrovlnné trouby

Mikrovlny jsou v atmosféře neustále přítomny, přirozeně i z umělých zdrojů. Mezi umělé zdroje patří radar, rádio, televize, telekomunikační linky a mobilní telefony.

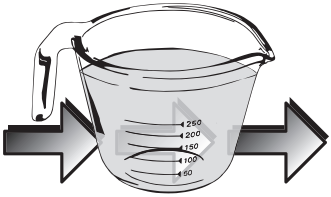


V mikrovlnné troubě se elektřina pomocí **magnetronu** přeměňuje na mikrovlny.



Odrazy

Mikrovlny se odrážejí od kovových stěn a kovové clony dvířek.



Přenos

Potom přecházejí přes varné nádoby, aby byly absorbovány molekulami vody v potravinách, všechny potraviny obsahují vodu ve větší či menší míře.

Poznámka

Nádoba použitá k vaření nebo ohřívání pokrmu se během vaření zahřeje, protože teplo vede z pokrmu. Dokonce i v mikrovlnné troubě jsou zapotřebí rukavice!

Mikrovlny nemohou projít přes kov a proto se kovové kuchyňské nádobí nikdy nemůže používat v mikrovlnné troubě, pouze pro vaření v mikrovlnné troubě.

Jak mikrovlnky vaří pokrm

Mikrovlny způsobují vibrace molekul vody, což způsobuje **tření**, tj. **teplo**. Toto teplo pak uvaří pokrm. Mikrovlny také přitahují částice tuku a cukru a pokrmy s vysokým obsahem těchto částic se uvaří rychleji. Mikrovlny mohou proniknout jen do hloubky 4 – 5 cm a jak se teplo šíří přes pokrm vedením, stejně jako v tradiční troubě, pokrm se vaří zvenčí dovnitř.

Potraviny, které nejsou vhodné pouze pro vaření v mikrovlnné troubě

Yorkshirské pudinky a suflé. Je to proto, že tyto potraviny při správném vaření spoléhají na suché venkovní teplo, nepokoušejte se je vařit v mikrovlnné troubě. Pokrmy, které vyžadují smažení, se také nedají připravovat v této troubě.

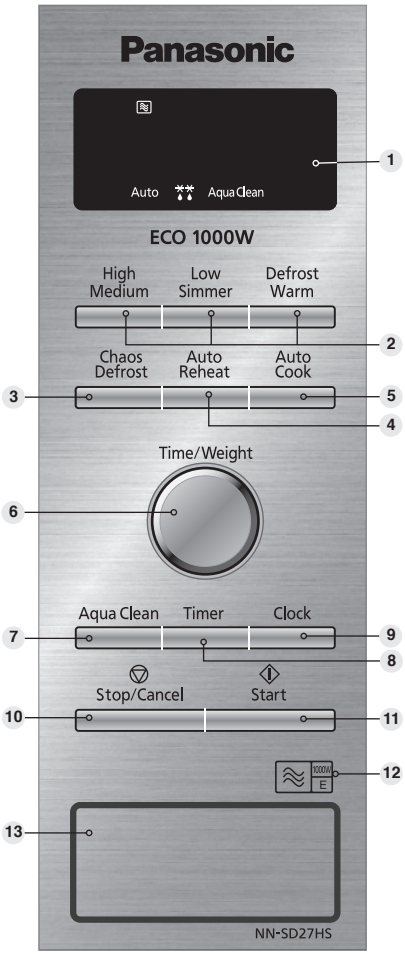
Čas odstátí

Když je mikrovlnná trouba vypnutá, pokrm se bude nadále vařit vedením – **ne mikrovlnnou energií, proto je čas odstátí** u mikrovlnné trouby velmi důležitý, zejména pro husté pokrmy, např. maso, koláče a ohřívané pokrmy (viz strana 19).

Vařená vejce

Nevařte vejce v mikrovlnné troubě. Syrová vejce uvařená ve skořápce mohou explodovat a způsobit vážné zranění.

Ovládací panel NN-SD27HS



1 **Displej**
2 **Tlačítko úrovní mikrovlnného výkonu (strana 24)**
3 **Tlačítko Chaos Defrost (strana 30-31)**
4 **Tlačítko Auto Reheat (strana 32-33)**
5 **Tlačítko Auto Cook (strana 32, 34)**
6 **Otočný ovládač Time/Weight**
7 **Tlačítko Aqua Clean (strana 28)**
8 **Tlačítko Timer (strana 27)**
9 **Tlačítko Clock (strana 23)**
10 **Tlačítko Stop/Cancel:**
Před přípravou:
Jedním stisknutím vymažete nastavení
V průběhu přípravy:
Jedním stisknutím přerušíte program přípravy. Dalším stisknutím zrušíte všechna svá nastavení a na displeji se zobrazí aktuální čas.
11 **Tlačítko Start**
Stisknutím zapnete troubu. Pokud během přípravy otevřete dvířka nebo stisknete jednou tlačítko Stop/Cancel, činnost trouby lze pak obnovit stisknutím tlačítka Start.
12 **Kategorie mikrovlnného ohřevu**
13 **Otevření dvířek**

Tato trouba je vybavena funkcí úspory energie.

Poznámka

Pokud bude trouba v pohotovostním režimu, jas displeje se sníží.
Při prvním připojení a hned po dokončení posledního provozu se trouba přepne do pohotovostního režimu.

Je-li nastaven provoz a nestisknete tlačítko Start, po 6 minutách trouba automaticky zruší provoz. Zobrazení se vrátí zpět do režimu hodin.

Akustická signalizace

Pokud stisknete tlačítko správně, ozve se pípnutí. Pokud stisknete tlačítko a neozve se pípnutí, trouba nepřijala nebo nemůže přijmout pokyn. Na konci provedeného programu trouba zapípá pětkrát.

Všeobecná usměrnění

Čas odstátí

Husté pokrmy maso, brambory ve slupce a koláče, vyžadují po upečení čas odstátí (v troubě nebo mimo ni), aby se umožnilo ukončení vedení tepla a úplné uvaření středu.

Pečená brambora

Po vaření pouze v mikrovlnné troubě nechte odstát zabalené v hliníkové fólii 5 minut.

Ryby

Nechte odstát 2-3 minuty.

Jídla z vajec

Nechte odstát 1-2 minuty.

Předvařený pokrm

Nechte odstát 1-2 minuty.

Hotové pokrmy

Nechte odstát 2-3 minuty.

Zelenina

Uvařeným bramborám prospívá odstátí 1-2 minuty, většinu ostatních druhů zeleniny však můžete podávat okamžitě.

Pokud se pokrm po odstátí neuvaří, vraťte jej do trouby a připravujte další čas.

Rozmrazování

K dokončení procesu je nezbytné nechat čas odstátí. Může se pohybovat od 5 minut, např. maliny, až 1 hodinu u kusu masa. Viz strany 25-26.



Obsah vlhkosti

Spousta čerstvých potravin např. zelenina a ovoce, se v průběhu sezóny liší v obsahu vlhkosti, zejména zeminy ve slupce. Z tohoto důvodu může být nutné upravit časy přípravy pokrmu. Suché přísady rýže, těstoviny, mohou během skladování vyschnout, takže časy vaření se mohou lišit.



Potravinová fólie

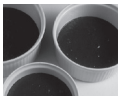
Potravinová fólie pomáhá udržovat pokrm vlhký a zachycená pára pomáhá urychlit časy vaření. Před vařením ji propíchněte, aby mohla uniknout přebytečná pára. Při odstraňování potravinové fólie z varné nádoby buďte vždy opatrní, protože nahromaděná pára bude velmi hořká.



Propichování

Slupka nebo membrána některých potravin způsobí během vaření tvorbu páry. Tyto potraviny je třeba před vařením propíchnout nebo z nich stáhnout proužek slupky, aby mohla uniknout pára. Vejce, brambory, jablka, klobásy atd. budou muset být před vařením propíchnuty. **Nepokoušejte se vařit vejce ve skořápkách.**

Všeobecná usměrnění



Velikost nádoby

Dodržujte velikosti nádob uvedených v receptech, protože ovlivňují časy vaření a ohřívání.
Množství pokrmu rozloženého ve větším nádobí se uvaří a zahřeje rychleji.



Množství

Malá množství se vaří rychleji než velká množství a také malá jídla se zahřejí rychleji než velká porce.



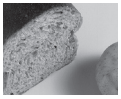
Rozestup

Potraviny se vaří rychleji a rovnoměrněji, jsou-li od sebe vzdáleny.
Nikdy nedávejte potraviny na sebe.



Tvar

Rovnoměrné tvary se vaří rovnoměrně.
Pokrm se lépe vaří v mikrovlnné troubě, když je v kulaté nádobě a ne ve čtvercové.



Hustota

Porézní nadýchané pokrmy se zahřejí rychleji než husté těžké pokrmy.



Zakrytí

Potraviny přikryjte potravinovou fólií pro mikrovlnnou troubu nebo poklicí. Zakryjte ryby, zeleninu, pokrmy v jedné nádobě, polévky. Nezakrývejte koláče, omáčky, brambory ve slupce, pečivo.



Uspořádání

Jednotlivé potraviny např. kuřecí porce nebo kotlety, by měly být umístěny na misce tak, aby hrubší části byly směrem ven.



Startovací teplota

Čím je pokrm chladnější, tím déle trvá zahřátí. Ohřívání potravin z chladničky trvá déle než u potravin pokojové teploty. Teplota pokrmu by měla být před vařením mezi 5-8 ºC.



Otočení a promíchání

Některé potraviny vyžadují během vaření promíchání. Maso a drůbež by se měly otočit po polovině doby přípravy.



Tekutiny

Všetky tekutiny sa musia pred, počas a po zahriatí premiešať. Pred ohrevom a počas neho treba premiešať najmä vodu, aby nedošlo k erupcii. Nezohrievajte tekutiny, ktoré boli predtým prevarené.
Nepřehřívejte je.



Kontrola pokrmu

Je důležité, aby se pokrm kontroloval během a po doporučené době vaření, i když byl použit automatický program (stejně jako byste zkontrolovali pokrm vařený v běžné troubě). V případě potřeby vraťte pokrm do trouby pro další tepelnou úpravu.



Čištění

Protože mikrovlny působí na částice pokrmu, udržujte troubu vždy čistou. Otřete ji měkkou vlhkou utěrkou, troubu po čištění vždy otřete dosucha. Vyhněte se jakýmkoli plastovým částem, stropu trouby a oblasti dvířek.

Nádoby k použití

Volba správné nádoby je velmi důležitým faktorem při rozhodování o úspěchu nebo neúspěchu vašeho vaření.

Testování vhodnosti nádobí

Pokud si nejste jisti, zda je varná nádoba vhodná pro použití ve vaší mikrovlnné troubě, proveďte následující test:

1. Naplňte odměrku vhodnou do mikrovlnné trouby 300 ml studené vody.
2. Položte ji na otočný talíř vedle nádobí, které chcete testovat. Pokud je nádoba, kterou testujete, velkou nádobou, postavte odměrku na vrch prázdné nádoby.
3. Zahřívejte při vysokém výkonu (1000 W) 1 minutu.

Výsledek

Pokud je nádobí vhodné do mikrovlnné trouby, zůstane studené, zatímco voda v odměrce začne být teplá. Pokud je testovací miska teplá, nepoužívejte ji, protože zjevně absorbuje mikrovlnnou energii.

Poznámka

Tento test se nevztahuje na plastové nebo kovové nádoby. Nádobí ve stylu Le Creuset®, které by se nemělo používat, protože je z litiny pokryté smaltem.

Rychlá kontrola nádob na vaření



Sklo vhodné do trouby

Sklo pro každodenní použití, které je odolné vůči teplu. Pyrex® je ideální pro vaření v mikrovlnné troubě.

Nepoužívejte jemné sklo nebo olovnatý křišťál, které by mohly prasknout nebo způsobit elektrický oblouk.



Porcelán a keramika

Pokud jsou tepelně odolné, lze použít běžný glazovaný porcelán, porcelánové nebo keramické talíře, misky, hrníčky a šálky. Jemný kostní porcelán by se měl používat k ohřívání jen na krátké časy. Nepoužívejte nádobí s kovovým okrajem nebo vzorem. Nepoužívejte džbány nebo hrníčky s nalepenými držadly, protože lepidlo může roztát.



Hrnčířská díla a kamenina

Pokud jsou nádoby zcela glazované, tyto nádoby jsou vhodné. Nepoužívejte, jsou-li částečně glazovány nebo neglazovány, protože jsou schopny absorbovat vodu, která zase absorbuje mikrovlnnou energii, čímž se nádoba velmi zahřívá a zpomaluje vaření pokrmu.



Hliníkové/kovové nádoby

Nikdy se nepokoušejte vařit v hliníkových nebo kovových nádobách pouze v režimu mikrovln, protože mikrovlny nemohou projít a pokrm se neohřívá rovnoměrně, může to také poškodit vaši troubu.

Nádoby k použití

Plastové nádoby

Mnohé plastové nádoby jsou určeny pro použití v mikrovlnné troubě, ale nepoužívají se pro vaření jídel s vysokým obsahem cukru nebo tuku nebo pro potraviny, které vyžadují dlouhou dobu vaření, např. hnědá rýže. Nádoby Tupperware® používejte pouze tehdy, jsou-li určeny k použití v mikrovlnné troubě. Nepoužívejte melamin. Nikdy nevařte v nádobách od margarínu nebo v nádobách od jogurtu, protože teplem z pokrmu roztaje.

Papírové nádoby

Obyčejný bílý savý kuchyňský papír (kuchyňská utěrka) je možno použít pouze k vaření v režimu mikrovln, např. k zakrytí slaniny, aby se zabránilo postříkání.

Používejte jen na krátké časy vaření. Nikdy znovu nepoužívejte kousek kuchyňské utěrky. Na každý pokrm použijte vždy nový papír.

Vyhněte se kuchyňské utěrce obsahující umělá vlákna.

Pokud používáte značkovou recyklovanou kuchyňskou utěrku, nejprve zkontrolujte, zda je doporučená pro použití v mikrovlnné troubě. Nepoužívejte voskované nebo plastem potažené sklenice nebo talíře, protože povrchová úprava může roztát.

Mastný papír lze použít k obložení dna nádobí a k přikrytí při slepém pečení pečiva. Bílé papírové talíře lze použít na **krátké doby ohřevu** pouze v režimu mikrovln.

Proutěné, dřevěné, slaměné košíky

Nádoba praskne a může se vznítit. V mikrovlnné troubě nepoužívejte dřevěné nádoby.

Potravinová fólie

Mikrovlnnou potravinovou fólii lze použít pouze k zakrytí potravin, které se zahřívají v mikrovlnné troubě. Je také užitečná k přikrytí pokrmu, který se má vařit, ale dávejte pozor, aby se fólie nedostala do přímého kontaktu s pokrmem, např. nevykládejte nádobí potravinovou fólií.

Sáčky na pečení

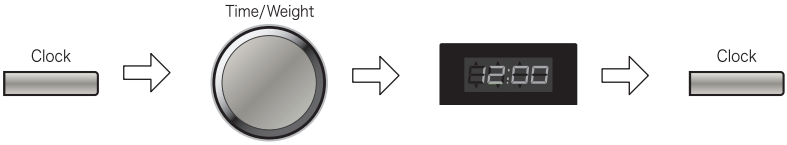
Sáčky na pečení jsou užitečné, když se jedna strana rozřízne při pečení v režimu mikrovln. Nepoužívejte kovové svorky při používání v režimu mikrovln.

Hliníková fólie

Malé množství hladké hliníkové fólie se může použít k **zakrytí** kloubů masa během rozmrazování a vaření v režimu mikrovln, protože mikrovlny nemohou procházet přes fólii, což zabraňuje převaření nebo nadměrnému rozmrazování chráněných částí. Dávejte pozor, aby se fólie nedotýkala bočních nebo horní části trouby, protože by to mohlo způsobit jiskření a poškodit vaši troubu.

Nastavení hodin

Po připojení trouby k elektrické síti se na displeji zobrazí „88:88“.



Jednou stiskněte tlačítko Clock
Na displeji začne blikat dvojtečka.

Otočte otočný ovladač Time/ Weight
Otáčením otočného ovladače Time/Weight zadejte čas. Čas se zobrazí na displeji.

Stiskněte Clock
Dvojtečka přestane blikat. Na displeji bude nyní zobrazen čas.

Poznámka

1. Chcete-li vynulovat čas, opakujte výše uvedený krok 1 až 3.
2. Hodiny budou zobrazovat čas do té doby, dokud je trouba připojena k elektrické síti a je dodávána elektrická energie.
3. Hodiny zobrazují čas ve 24 hodinovém formátu, tedy 2pm = 14:00 ne 2:00.

Dětská pojistka

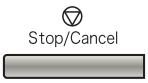
Tato funkce umožňuje zablokovat všechny ovládací prvky trouby; avšak dvířka lze otevřít. Dětskou pojistku lze nastavit tehdy, je-li na displeji zobrazena dvojtečka nebo čas.

Nastavení:



Třikrát stiskněte tlačítko Start
Čas zobrazený na displeji zmizí. Aktuální čas se nevymaže. Na displeji se zobrazí „Child“.

Zrušení:



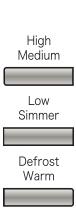
Třikrát stiskněte tlačítko Stop/Cancel
Na displeji se opět zobrazí čas.

Poznámka

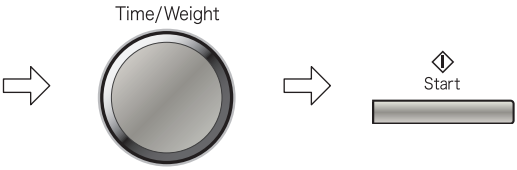
1. Chcete-li aktivovat dětskou pojistku, musíte třikrát stisknout tlačítko Start během 10 sekund.

Mikrovlnné vaření a rozmrazování

Při zapnutí se musí v troubě vždy nacházet skleněný otočný talíř.



Počet stisknutí	Úroveň	Výkon ve wattech
Jednou	Vysoký	1000 W
Dvakrát	Střední	600 W
Třikrát	Nízký	440 W
Dvakrát	Dušení	300 W
Jednou	Rozmrazování	270 W
Dvakrát	Ohřev	100 W



Stiskněte tlačítko požadovaného výkonu mikrovlnné trouby jednou nebo dvakrát v závislosti na požadovaném výkonu.

Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte čas vaření. Vaši troubu lze naprogramovat až na 90 minut na výkon Střední, Nízký, Vaření, Ohřev a Rozmrazování. Vysoký výkon lze naprogramovat na 30 minut.

Stiskněte tlačítko Start
Spustí se program přípravy a na displeji se začne odpočítávat čas.

Poznámka

1. Časy manuálního rozmrazování naleznete v tabulce rozmrazování na straně 26.
2. Vícefázové vaření naleznete na straně 29.
3. Čas odstátí lze naprogramovat po nastavení mikrovlnného výkonu a času. Informace o časovači naleznete na straně 27.
4. Čas přípravy můžete změnit v průběhu vaření, pokud je to nutné. Chcete-li zvýšit nebo snížit dobu přípravy, otočte otočný ovladač Time/Weight. Čas lze zvýšit/ snížit po jedné minutě, až do 10 minut. Otočením otočného ovladače na nulu ukončíte vaření.
5. Nepoužívejte kovové nádoby v režimu mikrovlnného režimu.

Pokyny pro rozmrazování

Pro dosažení nejlepších výsledků:

1. Vložte potraviny do vhodné nádoby. Kusy masa a kuřata by měly být umístěny na převráceném podšálku nebo na plastovém stojanu, pokud jej máte.

2. Během rozmrazování potraviny kontrolujte, protože rychlost rozmrazování se liší.

3. Pokrm není třeba přikrývat.

4. Pokrm vždy otočte nebo promíchejte, zvláště když trouba „pípne“. V případě potřeby jej zakryjte (viz bod 6).

5. Mleté maso, kotlety a jiné drobné položky by se měly co nejdříve rozdrtit nebo oddělit a umístit do jedné vrstvy.

6. Zakrytí zabraňuje vaření pokrmu. Je to nezbytné při rozmrazování kuřat a kusů masa. Nejdříve se rozmrazí vnější strana, proto chraňte křídla/ prsa a tuk hladkými kousky hliníkové fólie zajištěnými koktejlovými tyčinkami.

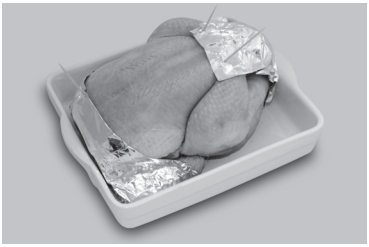
7. Nechte pokrm odstát, aby se střed pokrmu rozmrazil (minimálně 1 hodina pro kusy masa a celá kuřata).



Uspořádejte pokrm v jedné vrstvě.



Otočte nebo rozdělte pokrm co nejdříve.



Zakryjte kuřata a kusy masa.

Tabulka rozmrazování

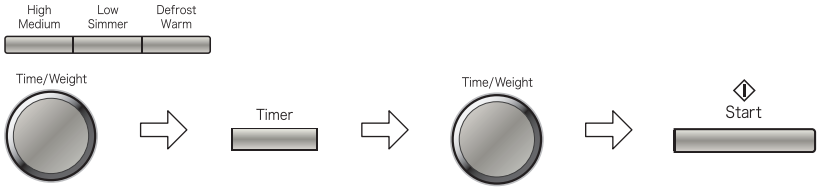
Níže uvedené časy jsou pouze orientační. Vždy zkontrolujte průběh rozmrazování pokrmu otevřením dvířek trouby a opětovným spuštěním. Při větších množstvích přiměřeně upravte časy. Potraviny by se během rozmrazování neměly zakrývat.

Pokrm	Čas rozmrazování na 450 g	Postup	Čas odstátí
Maso			
Hovězí/jehněčí/ vepřové maso 450 g	10 - 15 min.	Umístěte do vhodné nádoby nebo na převrácený talířek nebo použijte stojan. Otočte 3-4krát. Zakryjte.	60 min.
Mleté hovězí maso 450 g	10 - 15 min.	Vložte do vhodné nádoby. Rozložte a otočte 3-4krát.	30 min.
Kotlety 450 g	10 - 15 min.	Vložte do vhodné nádoby v jedné vrstvě. Dvakrát otočte. V případě potřeby zakryjte.	15 min.
Klobásy 450 g	10 - 15 min.	Vložte do vhodné nádoby v jedné vrstvě. Dvakrát otočte. V případě potřeby zakryjte.	15 min.
Slanina 450 g	8 - 10 min.	Vložte do vhodné nádoby v jedné vrstvě. Dvakrát otočte. V případě potřeby zakryjte.	10 min.
Steak na dušení 450 g	10 - 15 min.	Vložte do vhodné nádoby. Často rozdělujte.	15 min.
Celé kuře 450 g	8 - 10 min.	Umístěte do vhodné nádoby nebo na převrácený talířek nebo použijte stojan. Otočte 3-4krát. Zakryjte.	60 min.
Kuřecí porce 450 g	10 - 15 min.	Vložte do vhodné nádoby v jedné vrstvě. Dvakrát otočte. V případě potřeby zakryjte.	15 - 30 min.
Ryby			
Celá ryba 450 g	15 - 20 min.	Vložte do vhodné nádoby. Dvakrát otočte. Zakryjte.	15 min.
Filety/steak 450 g	10 - 12 min.	Vložte do vhodné nádoby. Dvakrát otočte a v případě potřeby zakryjte.	15 min.
Krevety 450 g	10 - 12 min.	Vložte do vhodné nádoby. Během rozmrazování dvakrát promíchejte.	10 - 15 min.
Všeobecné			
Chléb nakrájený na plátky 400 g	4 - 5 min.	Položte na talíř. Během rozmrazování oddělte a přeuspořádejte.	10 min.
Krajíc chleba 30 g	30 sek. - 1 min.	Položte na talíř na otočný talíř.	1 - 2 min.
Pečivo 450 g	4 - 5 min.	Položte na talíř. V polovině rozmrazování otočte.	10 - 15 min.
Měkké ovoce 450 g	12 - 14 min.	Vložte do vhodné nádoby. Během rozmrazování dvakrát promíchejte.	10 min.

Použití časovače

Časovač lze použít před, během nebo po programu vaření. Tuto funkci lze použít k nastavení času odstátí po vaření nebo k odložení začátku vaření.

1. Nastavení času odstátí::



Nastavte požadovaný program vaření volbou úrovně výkonu a požadovaného času.

Stiskněte tlačítko Timer.

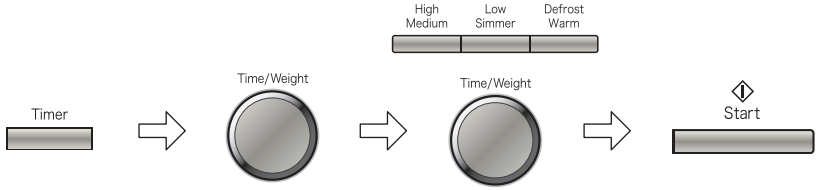
Pomocí otočného ovladače Time/ Weight nastavte požadovaný čas odstátí (**max.** 9 hodin).

Stiskněte tlačítko Start. Spustí se program vaření, po kterém se odpočítává doba odstátí.

Poznámka

1. Naprogramovat je možné třífázovou přípravu pokrmů, včetně času odstátí.
2. Pokud se dvířka trouby otevřou během odstátí nebo minutového časovače, čas na displeji bude pokračovat v odpočítávání.
3. Tuto funkci lze použít i jako minutový časovač. V tomto případě stiskněte tlačítko Timer, nastavte čas a stiskněte tlačítko Start.
4. Čas odstátí nelze naprogramovat po automatickém programu.
5. Pokud naprogramovaný čas stání přesáhne jednu hodinu, čas se odpočítává v minutách. Pokud je méně než jedna hodina, čas se bude odpočítávat v sekundách.

2. Nastavení odloženého spuštění:



Stiskněte tlačítko Timer.

Pomocí otočného ovladače Time/ Weight nastavte čas odloženého spuštění (**max.** 9 hodin).

Nastavte kompletní program vaření zadáním úrovně výkonu a požadovaného času.

Stiskněte tlačítko Start. Čas odloženého spuštění se odečte a poté se spustí program vaření.

Poznámka

1. Naprogramovat lze třífázovou přípravu pokrmů, včetně času odloženého spuštění.
2. Pokud naprogramovaný čas odloženého spuštění přesáhne jednu hodinu, čas se bude odpočítávat v minutách. Pokud je méně než jedna hodina, čas se bude odpočítávat v sekundách.
3. Odložené spuštění nelze naprogramovat před automatickým programem.
4. Pokud se během času odloženého spuštění otevřou dvířka trouby, čas na displeji bude pokračovat v odpočítávání.

Použití programu „Aqua Clean“

Tento program slouží k vyčištění vnitřního prostoru a odstranění jakéhokoli zápachu pokrmu z mikrovlnné trouby.

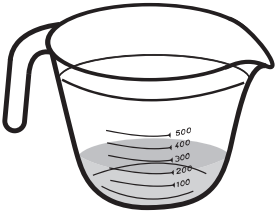
Nalijte 200 ml vody z vodovodu s 1 polévkovou lžící citronové šťávy do nádoby určené na použití v mikrovlnné troubě (např. Pyrex® džbán nebo miska). Použijte džbán nebo misku o objemu nejméně 500 ml.



Stiskněte tlačítko Aqua Clean.

Stiskněte tlačítko Start.
Program trvá 20 minut.

Po dokončení programu zazní päť pípnutí. Otevřete dvířka trouby a otřete prostor a oblast dvířek měkkou utěrkou.



Nebo



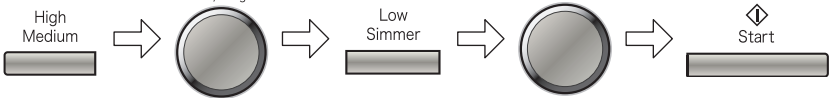
Poznámka

1. Během tohoto programu neodstraňujte skleněný otočný talíř a kruhovou podložku.
2. Chcete-li vyčistit skleněný otočný talíř a kruhovou podložku, podívejte se na stranu 11.
3. Podle potřeby zopakujte výše uvedený postup.

Vícefázové vaření

Vaření ve dvou nebo třech fázích

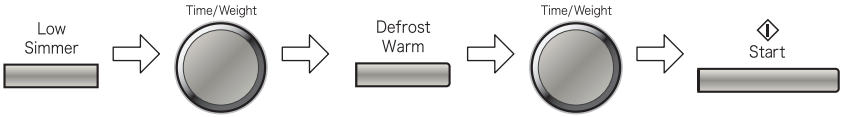
Příklad:



Příklad:

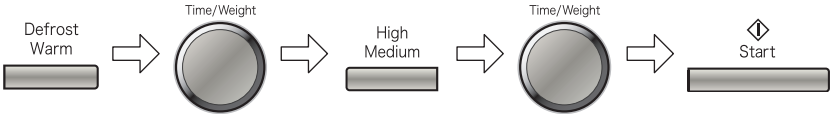
Stiskněte tlačítko úrovní mikrovlnného výkonu. Zvolte požadovanou úroveň výkonu.	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte čas vaření.**	**Stiskněte tlačítko úrovní mikrovlnného výkonu.** Zvolte požadovanou úroveň výkonu.	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte čas vaření.**	**Stiskněte tlačítko Start** Spustí se program přípravy a na displeji se začne odpočítávat čas.

Příklad: Vaření 2 minuty v programu mírného výkonu (300 W) a rozmrazování (270 W) v trvání 3 minut.



Dvojnásobným stisknutím tlačítka Low Simmer zvolte mírný výkon (300 W).	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte dobu vaření na 2 minuty.**	**Jedním stisknutím tlačítka Defrost Warm rozmrazování (270 W).**	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte dobu vaření na 3 minuty.**	**Stiskněte tlačítko Start**

Příklad: Vaření v programu ohřívání (100 W) 4 minuty a střední výkon (600 W) v trvání 5 minut.



Dvojnásobným stisknutím tlačítka Defrost Warm zvolte ohřev (100 W).	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte dobu vaření na 4 minuty.**	**Dvojnásobným stisknutím tlačítka High Medium zvolte střední výkon (600 W).**	**Otočným ovladačem Time/ Weight nastavte dobu vaření na 5 minuty.**	**Stiskněte tlačítko Start**

Poznámka

1. Pro třífázové vaření zvolte další program přípravy před stisknutím tlačítka Start.
2. Jedním stisknutím tlačítka Stop/Cancel v průběhu provozu, zatavíte provoz. Stisknutím tlačítka Start opět spustíte naprogramovanou činnost. Dvojnásobným stisknutím tlačítka Stop/Cancel zastavíte a vymažete naprogramovanou činnost.
3. Pokud neprobíhá žádná činnost, stisknutím tlačítka Stop/Cancel vymažete zvolený program.
4. Automatické programy nelze použít s vícefázovým vařením.

Rychlé rozmrazování

Tato funkce se používá k rozmrazování mletého masa, masových kostek, porcovaného kuřete, játra nebo pečiva. Stisknutím tlačítka Chaos defrost zvolte správnou kategorii rozmrazování a poté zadejte hmotnost pokrmu v gramech (strana 31).

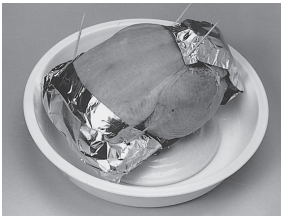
Pokrm položte na vhodný talíř, pokud rozmrazujete celé kuře a játra, položte je na otočený talíř nebo na tác vhodný do mikrovlnné trouby. Masové kostky, porcované kuře nebo krajíce chleba by měly být rozmrazovány v jedné vrstvě. Pokrm není třeba přikrývat.

V používaných programech automatického rozmrazování se uplatňuje princip **teorie chaosu**, který zajišťuje rychlé a rovnoměrné rozmrazení. Tento systém chaosu využívá náhodnou sekvenci impulzů mikrovlnné energie, což urychluje proces rozmrazování. V průběhu programu vás trouba akustickým signálem upozorní na kontrolu pokrmu. **Při rozmrazování je nezbytné pokrm často obracet nebo ho promíchat a v případě potřeby zakrýt citlivá místa. Při prvním akustickém signálu byste měli pokrm otočit a zakrýt (je-li to možné).** Při druhém akustickém signálu byste měli pokrm otočit nebo rozdělit.

1. akustický signál
Otočte nebo zakryjte



1. akustický signál
Otočte nebo zakryjte



2. akustický signál
Otočte nebo rozdělte



Poznámka

1. Během rozmrazování pokrm kontrolujte. Každá potravina se rozmrazuje jinou rychlostí.
2. Pokrm není třeba přikrývat.
3. Pokrm vždy otočte nebo zamíchejte, hlavně když zazní akustický signál. Pokud je to nezbytné, některé části pokrmu zakryjte (viz bod 5)
4. Mleté maso/masové kostky/porcované kuře by mělo být rozděleno hned, jak to bude možné a rozloženo v jedné vrstvě.
5. Zakrytím citlivých částí pokrmu zamezíte jejich uvaření. Je to potřebné hlavně při rozmrazování kuřete a pečeně. Jako první se rozmrazují vnější části, takže je dobré chránit křídla/prsa/tučná místa jemnými kousky hliníkové fólie zajištěné párátky.
6. Pokrm nechte odstát, aby se rozmrazila i střední část (u celého kuřete nebo pečeně je to minimálně 1-2 hodiny).

Rychlé rozmrazování

Pomocí této funkce můžete rozmrazovat zmražené potraviny podle jejich hmotnosti. Vyberte kategorii a nastavte hmotnost pokrmu.



Zvolte požadovaný program.
Jedním **stisknutím tlačítka Chaos Defrost** zvolte Bread, dvojnásobným stisknutím zvolte Meat Items a trojnásobným stisknutím zvolte Meat Joints. Na displeji se zobrazí číslo automatického programu a indikátory pro mikrovlnné vaření, automatické vaření a rozmrazování.

Pomocí otočného ovladače Time/Weight nastavte hmotnost pokrmu.
Pomalým otáčením ovladače zvýšíte hmotnost po 10 g. Rychlým otáčením ovladače zrychlíte tento proces.

Stiskněte tlačítko Start
Nezapomeňte promíchat nebo otočit pokrm během rozmrazování.

Program	Rozsah hmotnosti	Vhodný pokrm
1 Bread	100 g- 800 g	Rohlíky, housky, krajíce chleba a bochánky.
2 Meat Items	150 g - 1000 g	Kousky kuřete, kotlety, mleté maso.
3 Meat Joints	400 g - 2000 g	Celé kuře, kusy masa.

1. **Bread**
   Tento program je vhodný pro malé kusy, které jsou potřebné k okamžitému použití, mohou být teplé hned po rozmrazení. Na tomto programu lze rozmrazit i bochánky, ale bude to vyžadovat čas odstátí, aby se střed mohl rozmrazit. Čas odstátí lze zkrátit, pokud krajíce oddělíte a housky a bochánky překrojíte na polovinu. Položky by se měly otáčet při pípnutí. **Tento program není vhodný pro krémové dorty nebo zákusky** např. tvarohový koláč. Čas odstátí je 10-15 minut.

2. **Meat Items (mleté maso/kotlety/kousky kuřecího masa)**
   Kotlety a kousky kuřecího masa by měly být uspořádány v jedné vrstvě a otočeny při pípnutí. Je třeba, aby se mleté maso rozdrtilo při pípnutí, a to se nejlépe provádí ve velké mělké misce. Čas odstátí je 15-30 minut. **Nevhodné pro klobásy**, ty lze rozmrazit manuálně. Viz tabulka rozmrazování na straně 26.

3. **Meat Joints / Whole Chickens**
   Celá kuřata a kusy masa budou vyžadovat zakrytí při pípnutí, zvláště pokud jde o obzvláště tlustý kus. Je to proto, aby se pokrm nezačal připékat na vnějších okrajích.
   Chraňte křídla, prsa a tuk hladkými kousky hliníkové fólie zajištěnými koktejlovými tyčinkami. **Nedovolte, aby se fólie dotýkala stěn trouby**. Po rozmrazení by měly kusy masa nechat odstát alespoň 1 hodinu.

Poznámka

1. Tvar a velikost pokrmu určí maximální hmotnost, kterou může trouba pojmout.
2. Nechte pokrm odstát, aby se pokrm úplně rozmrazil.

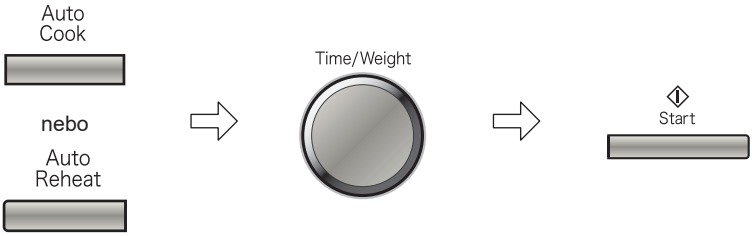
Programy automatického ohřívání/vaření



Pomocí této funkce můžete vařit pokrmy podle jejich hmotnosti. Trouba určí úroveň mikrovlnného výkonu a poté poskytne čas vaření; tento čas vaření byl vyvinut na základě rozsáhlého testování našimi domácími ekonomy v naší vývojové kuchyni.

Zvolte kategorii pokrmu a zadejte hmotnost.

Příklad:



Zvolte požadovaný program stisknutím tlačítka jednou, dvakrát, třikrát nebo čtyřikrát. Na displeji se zobrazí číslo programu a indikátory pro mikrovlnné vaření a automatické vaření.

Nastavte hmotnost pokrmu pomocí otočného ovladače Time/Weight. Pomalým otáčením ovladače se připočte v krocích po 10 g. Rychlým otočením ovladače se tento proces urychlí.

Stiskněte tlačítko Start

Poznámky

Automatické programy se smí používat **pouze** pro uvedené potraviny.

1. Pokrmy připravujte pouze v uvedených hmotnostních rozsazích.
2. Pokrm vždy zvažte a nespoléhejte se na informace na jeho obalu.
3. Pro většinu pokrmů je výhodné použít **čas odstátí**, přičemž po vaření s automatickým programem, umožňuje pokračování v ohřívání ve středu.
4. Abyste brali v úvahu určité odchylky v jednotlivých pokrmech, před servírováním zkontrolujte, zda je pokrm dostatečně uvařený a teplý.

Programy automatického ohřívání

Program	Hmotnost	Pokyny
4. **Chlazená polévka** Auto Reheat  1 stisknutí	150 g - 600 g	Pro zahřátí chlazené polévky. Dejte polévku do misky nebo nádoby určené k použití v mikrovlnné troubě. Zakryjte víkem nebo propíchnutou potravinovou fólií. Zvolte program (Jedno stisknutí tlačítka Auto Reheat), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/ Weight a stiskněte Start. Zamíchejte při pípnutí. Nechte 2 minuty odstát. Ujistěte se, zda je polévka horká. Před podáváním polévku promíchejte.
5. **Chlazený pokrm** Auto Reheat  2 stisknutí	200 g - 800 g	Pro zahřátí chlazeného hotového pokrmu, který lze míchat. Pokrm musí být ve vhodné mělké nádobě určené k použití v mikrovlnné troubě a musí mít propíchnutý obal. Zvolte program (Dvě stisknutí tlačítka Auto Reheat), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/ Weight a stiskněte Start. Zamíchejte při pípnutí. Po zahřátí nechte 2 minuty odstát v troubě. Ujistěte se, zda je pokrm horký. Před podáváním promíchejte.
6. **Mrazený pokrm** Auto Reheat  3 stisknutí	200 g - 500 g	Pro zahřátí mrazeného hotového pokrmu, který lze míchat. Pokrm musí být ve vhodné mělké nádobě určené k použití v mikrovlnné troubě a musí mít propíchnutý obal. Zvolte program (Tři stisknutí tlačítka Auto Reheat), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/ Weight a stiskněte Start. Zamíchejte při pípnutí. Po zahřátí nechte 2 minuty odstát v troubě. Ujistěte se, zda je pokrm horký. Před podáváním promíchejte.

Poznámky

Pro programy automatického ohřívání..

1. Předpokládá se, že teplota mrazených potravin je -18 °C až -20 °C. Předpokládá se, že teplota chlazených potravin je +5 °C až +8 °C (teplota v chladničce).
2. Velké kusy ryb/masa v jemné omáčce mohou vyžadovat delší dobu přípravy.
3. Tyto programy nejsou vhodné pro pokrmy, které nelze míchat.
4. Pokrmy v nádobách ve tvaru misky mohou vyžadovat delší dobu přípravy.

Programy automatického vaření

Program	Hmotnost	Pokyny
7. **Čerstvá zelenina** Auto Reheat  1 stisknutí	200 g - 800 g	K vaření čerstvé zeleniny. Připravenou zeleninu vložte do mělké nádoby na otočném talíři. Přidejte 15 ml (1 polévková lžíce) vody na 100 g zeleniny. Zakryjte propíchnutou potravinovou fólií nebo víkem. Zvolte program (Jedno stisknutí tlačítka Auto Cook), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/ Weight a stiskněte Start. Zamíchejte při pípnutí.
8. **Čerstvé ryby** Auto Reheat  2 stisknutí	200 g - 800 g	K vaření čerstvých ryb. Chraňte tenčí části ryb. Umístěte do mělké nádoby na otočném talíři. Přidejte 15-45 ml (1-3 polévkové lžíce) tekutiny. Zakryjte propíchnutou potravinovou fólií nebo víkem. Zvolte program (Dvě stisknutí tlačítka Auto Cook), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/Weight a stiskněte Start. Před podáváním nechte odstát 1 až 2 minuty.
9. **Brambory ve slupce** Auto Reheat  3 stisknutí	200 g - 1400 g	Pro vaření brambor ve slupce zvolte středně velké brambory 200-250g. Umyjte a osušte a několikrát propíchejte vidličkou. Uspořádejte kolem okraje otočného talíře. Zvolte program (Tři stisknutí tlačítka Auto Cook), zadejte hmotnost pomocí ovladače Time/ Weight a stiskněte Start. Zabalte do hliníkové fólie a po uvaření nechte 5 minut odstát.
10. **Rýže** Auto Reheat  4 stisknutí	100 g - 300 g	K vaření rýže na slané pokrmy, ne na rýžové nákypy. Před vařením rýži důkladně propláchněte. Použijte velkou misku. Do rýže přidejte dvojnásobné množství vařící vody. V případě potřeby přidejte sůl. Přikryjte poklicí nebo propíchnutou potravinovou fólií. Zvolte program (Čtyři stisknutí tlačítka Auto Cook), zadejte hmotnost a stiskněte Start. Zamíchejte při pípnutí. Po uvaření nechte 5 minut odstát.

Pokyny pro vaření a ohřívání

Většina potravin se v troubě zahřívá velmi rychle díky vysokému výkonu (1000 W). Pokrmy mohou být přivedeny zpět na teplotu servírování během několika minut a budou chutnat čerstvě uvařené. Vždy zkontrolujte, zda je pokrm horký a v případě potřeby jej vraťte do trouby.

Obecně platí, že mokré potraviny, např. polévky, zapékané pokrmy a hotové pokrmy vždy zakryjte.

Nezakrývejte suché potraviny, např. rohlíky, koláče, klobásy atd.

Tabulky na stranách 36-42 vám ukazují nejlepší způsob vaření nebo zahřívání vašich oblíbených jídel. Nejlepší způsob závisí na typu jídla, které vaříte nebo ohříváte.

Během vaření nebo ohřívání nezapomeňte jídlo vždy, když je to možné, promíchat nebo obrátit. To zajišťuje rovnoměrné vaření nebo ohřívání na vnější straně a uprostřed.

Kdy je jídlo zahřáté?

Jídlo, které bylo zahřáté nebo uvařené, by se mělo podávat „horké“, tj. ze všech částí by měla viditelně vycházet pára. Pokud se při přípravě a skladování potravin dodržují správné hygienické postupy, vaření nebo ohřívání nepředstavuje žádné bezpečnostní riziko.

Pokrmy, které nelze míchat, byste měli nakrájet nožem, abyste otestovali, zda jsou dostatečně zahřáté. I když byly dodrženy pokyny výrobce nebo časy v kuchařské knize, stále je důležité zkontrolovat, zda je jídlo důkladně zahřáté. Máte-li pochybnosti, vždy jej vraťte do trouby pro další ohřev. Pokud nemůžete najít ekvivalentní jídlo v tabulce, zvolte podobný typ a velikost v seznamu a v případě potřeby upravte čas vaření.

Hotové pokrmy

Chuť k jídlu se u každého liší a doba ohřevu závisí na obsahu jídla. Husté pokrmy bramborová kaše, je třeba dobře rozložit. Přidáte-li hodně omáčky, může být zapotřebí více času. Umístěte hustší pokrmy na vnější stranu talíře.

Při vysokém výkonu (1000 W) trvá zahřátí průměrně naloženého pokrmu 4–7 minut. Neukládejte pokrmy na sebe.

Konzervované pokrmy

Před ohříváním vyjměte pokrm z plechovky a vložte jej do vhodné nádoby.

Polévky

Nalijte polévku do mísy. Před ohříváním a alespoň jednou během ohřívání ji promíchejte a na konci znovu.

Zapékané pokrmy

V polovině a na konci ohřívání znovu promíchejte.

Upozornění!

Plněné koláče

Pamatujte, že i když je pečivo na dotek studené, náplň bude horká a prohřeje pečivo. Dávejte pozor, abyste koláče nepřehřáli, jinak může dojít k připálení v důsledku vysokého obsahu tuku a cukru v náplni. Před konzumací zkontrolujte teplotu náplně, abyste si nepopálili ústa.

Vánoční pudinky a tekutiny

Při ohřívání těchto položek buďte velmi opatrní.
Nenechávejte je bez dozoru.
Nepřidávejte žádný další alkohol.

Dětské láhve

Mléko nebo směs se **musí** před zahřátím a na závěr ještě jednou důkladně protřepat a před krmením dítěte důkladně otestovat. Při 7 – 8 fl. oz. mléka z teploty chladničky, odstraňte víčko a dudlík.
Ohřívejte při **vysokém** výkonu (1000 W) 30 - 50 sekund. **Pečlivě zkontrolujte.**

Při 3 fl. oz. mléka z teploty chladničky, odstraňte víčko a dudlík. Ohřívejte při **vysokém** výkonu (1000 W) 15 - 20 sekund. **Pečlivě zkontrolujte.**.

Tekutina v horní části láhve bude mnohem teplejší než na dně. Láhev se musí před použitím důkladně protřepat a otestovat. **Nedoporučujeme používat mikrovlnnou troubu pro sterilizaci dětských láhví**.
Máte-li speciální sterilizátor do mikrovlnné trouby, doporučujeme mimořádnou opatrnost z důvodu nízkého množství použité vody. Je důležité bezpodmínečně dodržovat pokyny výrobce.

Tabulky pro ohřev

Časy uvedené v tabulkách níže jsou pouze orientační a budou se lišit v závislosti na počáteční teplotě, velikosti nádobí atd.

Kategorie ohřevu

Vaše trouba patří do kategorie ohřevu **E** a toto je zobrazeno na přední straně dvířek trouby. Informace na tomto štítku vám pomohou při používání nových pokynů na obalech potravin, které vám umožní naprogramovat nejlepší čas ohřevu ve vaší troubě.



Výstupní výkon IEC (60705) (watty)

Kategorie ohřevu pro malá balení potravin

Symbol mikrovln

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Chléb – předem upečený – čerstvý – Pozn.: Pečivo ohřívané v mikrovlnné troubě bude mít měkkou kůrku.				
Croissanty	2	Vysoký	10 - 20 sek.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
	4	Vysoký	20 - 30 sek.	
Rohlíky	1	Vysoký	10 sek.	
	4	Vysoký	20 sek.	
Fazole v konzervě, těstoviny				
Pečené fazole, ravioli v omáčce	225 g	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	Dejte do misky vhodné do mikrovlnné trouby. Zakryjte a položte na otočný talíř. V polovině promíchejte.
	447 g	Vysoký	4 - 5 min.	
Špagety v rajčatové omáčce	200 g	Vysoký	1 min. 30 sek.	
Konzervované polévky				
Rajčatový krém	425 g	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	Dejte do misky vhodné do mikrovlnné trouby. Zakryjte a položte na otočný talíř. V polovině promíchejte.
Minestrone	300 g	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	
Konzervované pudinky				
Mléčná rýže	425 g	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	Dejte do misky vhodné do mikrovlnné trouby. Zakryjte a položte na otočný talíř. V polovině promíchejte.
	624 g	Vysoký	4 - 5 min.	
Piškotový pudink	300 g	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	
Vánoční pudinky – Přehřátí může způsobit vznícení pudinku				
Řez	150 g	Vysoký	30 - 40 sek.	Dejte do misky vhodné do mikrovlnné trouby. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Malý	450 g	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	
Střední	900 g	Vysoký	3 min. 30 sek. - 4 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W

Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro ohřev

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Nápoje - káva				
1 hrneček	235 ml	Vysoký	1 - 1 min. 30 sek.	Nalijte do hrníčku vhodného do mikrovlnné trouby a položte na otočný talíř. Zamíchejte před, během a po zahřívání.
2 hrnečky	470 ml	Vysoký	3 - 3 min. 30 sek.	
Nápoje - mléko				
1 hrneček	235 ml	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	Nalijte do hrníčku vhodného do mikrovlnné trouby a položte na otočný talíř. Zamíchejte před, během a po zahřívání.
1 džbán	600 ml	Vysoký	3 - 4 min.	
Pekařské výrobky - předem upečené - Pozn.: Pečivo ohřívané v mikrovlnné troubě bude mít měkkou kůrku.				
Kuřecí koláč	480 g	Vysoký	4 - 5 min.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Cornwallská taštička	255 g (1)	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	
Slaný koláč (Quiche)	400 g (1)	Vysoký	3 min. 30 sek. - 4 min. 30 sek.	
Masový a ledvinový koláč	325 g (1)	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	
Klobásové rolky	260 g (4)	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	
Samosy	200 g (4)	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	
Jarní rolka	230 g (4)	Vysoký	2 - 2 min. 30 sek.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte. V polovině otočte.
Vánoční cukroví	90 g (2)	Vysoký	10 - 20 sek.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Hotové pokrmy - domácí - chlazené				
Dětská porce	1	Vysoký	3 - 4 min.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Zakryjte.
Porcia pro dospělého	1	Vysoký	4 - 6 min.	
Pudingy a dezerty - Pozn.: Přeneste jídlo z hliníkových nádob do podobné velké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby				
Chlebový a máslový nákyp	340 g	Vysoký	4 min.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Ovocný drobenkový koláč	400 g	Vysoký	4 - 4 min. 30 sek.	
Ovocný koláč, individuální	1	Vysoký	10 - 20 sek.	
	4	Vysoký	40 - 50 sek.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W



Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro ohřev

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Zakoupené hotové pokrmy - chlazené **Pozn.:** Přeneste pokrm z hliníkové nádoby do podobné velké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby. Plastové nádobí určené pro mikrovlnné a běžné trouby se může používat opatrně.				
Zapékaný květák se sýrem	450 g	Vysoký	5 min. 30 sek. - 6 min. 30 sek.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Pastýřský koláč	450 g	Vysoký	6 min. 30 sek. - 7 min.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Lasagne	300 g	Vysoký	5 min.	
Zapékaná zelenina	400 g	Vysoký	6 - 7 min.	
Zakoupené hotové pokrmy - mrazené **Pozn.:** Přeneste pokrm z hliníkové nádoby do podobné velké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby. Plastové nádobí určené pro mikrovlnné a běžné trouby se může používat opatrně.				
Lasagne	400 g	Vysoký	6 min. + odstát 1 min.	Položte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby a na otočný talíř. Nezakrývejte.
		potom Vysoký	6 - 6 min. 30 sek.	
Lososový drobenkový koláč	340 g	Vysoký	6 min. + odstát 1 min.	
		potom Střední	5 - 6 min.	
Pastýřský koláč	350 g	Vysoký	6 min. + odstát 1 min.	
		potom Střední	7 - 8 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W

Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro vaření

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Slanina - surová				
Plátky slaniny	130 g (4)	Vysoký	2 - 3 min. alebo 40 - 50 sek. na plátek	Umístěte na stojan vhodný do mikrovlnné trouby nebo talíř a na otočný talíř. Přikryjte kouskem kuchyňské utěrky.
Fazole a luštěniny – měly by být předem namočené (kromě čočky)				
Cizrna	225 g	Vysoký potom Nízký	12 min. 40 - 45 min.	Do velké mísy nalijte 750 ml vroucí vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Čočka	225 g	Nízký	15 - 20 min.	
Červené fazole	225 g	Vysoký potom Nízký	17 min. 40 - 45 min.	Do velké mísy nalijte 600 ml vroucí vody. Zakryjte. **Musí se vařit alespoň 12 minut, aby se zničily toxické enzymy.**
Syrové kuře – Pozor: Horký tuk! Odstraňte misku opatrně				
Prsa bez kostí	500 g (4)	Nízký	14 - 16 min.	Umístěte na stojan vhodný do mikrovlnné trouby nebo talíř a na otočný talíř. Zakryjte.
Kuřecí stehna	450 g (4)	Nízký	10 - 12 min.	
Kuřecí čtvrtky	700 g (2)	Nízký	18 - 20 min.	
Vejce – pošírovaná				
Voda	45 ml	Vysoký	1 min.	1. Nalijte vodu do malé misky a zahřejte během prvního vaření. 2. Přidejte vejce (středně velké). 3. Propíchněte žloutek a bílek. Zakryjte. 4. Vařte na 2. čas vaření. 5. Potom nechte 1 minutu odstát.
Vejce	1	potom Střední	40 - 50 sek.	
Voda	90 ml	Vysoký	1 min.	
Vejce	2	potom Střední	1 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W

Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro vaření

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Vejce – míchaná				
1 vejce		Vysoký	30 sek.	1. Na každé použité vejce přidejte 1 polévkovou lžíci mléka. 2. Vejce, mléko a kousek másla spolu vyšlehejte. 3. Vařte 1. čas vaření a poté promíchejte. 4. Vařte 2. čas vaření a poté nechte 1 minutu odstát.
		potom Vysoký	20 sek.	
2 vejce		Vysoký	1 min.	
		potom Vysoký	40 sek.	
Ryby – mrazené ze syrových				
Filety z tresky	380 g (4)	Vysoký	5 min.	Vložte do nádoby vhodné do mikrovlnné trouby. Přidejte 30 ml tekutiny. Zakryjte a položte na otočný talíř.
		potom Střední	6 min.	
Celé	450 g	Vysoký	10 - 12 min.	
Vaření v sáčku	170 g (1)	Rozmraz.	5 min.	Položte omáčku v sáčku stranou dolů na talíř vhodný do mikrovlnné trouby. Odřízněte vršek sáčku nožem.
		potom Odpočinutí	2 min.	
		potom Nízký	4 min.	
Ovoce – oloupejte, nařežte na plátky, nakrájejte na stejně velké kousky. Vložte do mělké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby.				
Jablka, reveň, dušená	450 g	Vysoký	6 - 7 min.	Nádobu naplňte jen do poloviny. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Švestky – dušené	450 g	Vysoký	9 - 10 min.	Přidejte 30 ml (2 polévkové lžíce) vody. Nádobu naplňte jen do poloviny. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Jehněčí maso – syrové – Pozor: Horký tuk! Misku vyjímejte opatrně.				
Kotlety, bederní části	600 g (4)	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min. 30 sek. na 450 g	Položte na nádobu určenou k použití v mikrovlnné troubě nebo stojan a na otočný talíř. Zakryjte.
		potom Nízký	2 min. 30 sek. - 3 min. 30 sek. na 450 g	
Těstoviny – vložte do velké 3litrové misky vhodné do mikrovlnné trouby.				
Makarony	225 g	Vysoký	10 - 12 min.	Do velké 2 litrové misky nalijte 1 litr vroucí vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Špagety, tagliatelli	225 g	Vysoký	8 - 10 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W



Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro vaření

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Pizza – čerstvá chlazená – Pozn.: Odstraňte všechny obaly. Pizza bude mít měkký základ.				
Tenká a křupavá	400 g	Vysoký	4 - 4 min. 30 sek.	Položte na žáruvzdorný talíř a na otočný talíř. Nezakrývejte.
S vysokým okrajem	475 g	Vysoký	4 - 5 min.	Položte na žáruvzdorný talíř a na otočný talíř. Nezakrývejte.
Vepřové maso – syrové – Pozor: Horký tuk! Misku vyjímejte opatrně.				
Kotlety	360 g (2)	Vysoký	2 - 3 min.	Umístěte do misky vhodné do mikrovlnné trouby nebo na stojan a položte na otočný talíř. Zakryjte.
		potom Nízký	4 - 5 min.	
Kaše – Pozn.: Použijte velkou misku.				
1 porce	½ šálku šálek ovesných vloček	Vysoký	3 - 3 min. 30 sek.	Přidejte 1 šálek vody nebo mléka. V polovině zamíchejte.
2 porce	1 šálek ovesných vloček	Vysoký	5 - 6 min. 30 sek.	Přidejte 2 šálky vody nebo mléka. V polovině zamíchejte.
Rýže – dejte do velké misky vhodné do mikrovlnné trouby. 3 litry				
Basmati rýže	250 g	Nízký	10 - 12 min.	Použijte 600 ml až 800 ml vroucí vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Bílá s jednoduchou přípravou	250 g	Vysoký	13 - 14 min.	
Párky - syrové - Pozor: Horký tuk! Misku vyjímejte opatrně.				
Hrubé	240 g (4)	Vysoký	2 min. 30 sek. - 3 min.	Umístěte na talíř vhodný do mikrovlnné trouby nebo na stojan a na otočný talíř. Zakryjte.
Tenké	110 g (4)	Vysoký	1 min. 30 sek. - 2 min.	
Čerstvá zelenina – vložte do mělké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby.				
Zelené fazolky	200 g	Vysoký	5 - 7 min.	Přidejte 90 ml (6 polévkových lžic) vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Červená řepa	450 g	Vysoký	12 - 14 min.	
Brokolice + květák - růžičky	450 g	Vysoký	7 - 8 min.	
Růžičková kapusta	450 g	Vysoký	8 - 10 min.	
Zelí - nakrájené	450 g	Vysoký	6 - 8 min.	
Pórek	450 g	Vysoký	7 - 8 min.	
Mrkev	450 g	Vysoký	8 - 9 min.	
Vařená kukuřice	450 g	Vysoký	9 - 11 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W



Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Tabulky pro vaření

Pokrm	Hmotnost/ množství	Úroveň výkonu	Čas na výběr (přibližně)	Pokyny
Čerstvá zelenina – vložte do mělké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby.				
Cukety	450 g	Vysoký	5 - 6 min.	Přidejte 90 ml (6 polévkových lžic) vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Hrášek	450 g	Vysoký	6 - 7 min.	
Brambory - vařené	450 g	Vysoký	8 - 10 min.	
Brambory – ve slupce (250 g každá)	1	Vysoký	5 - 6 min.	Umyjte a napíchejte slupku. Umístěte přímo na otočný talíř. Po uvaření odstavte na 5 minut zabalené ve fólii.
	2	Vysoký	7 - 9 min.	
Mrazená zelenina – vložte do mělké nádoby vhodné do mikrovlnné trouby.				
Fazolka - zelená, mrkev	450 g	Vysoký	10 - 11 min.	Přidejte 30 ml (2 polévkové lžíce) vody. Zakryjte a položte na otočný talíř.
Květák	450 g	Vysoký	11 - 12 min.	
Hrášek	450 g	Vysoký	9 - 10 min.	

Vysoký: 1000 W Střední: 600 W Nízký: 440 W Dušení: 300 W Rozmrazování: 270 W Ohřev: 100 W



Poznámka

Vždy zkontrolujte, zda je jídlo po ohřátí v mikrovlnné troubě teplé. Pokud si nebudete jisti, vraťte jej do trouby. Jídlo vyžaduje **čas odstátí**, zejména tehdy, pokud jej nelze zamíchat. Čím hustší je jídlo, tím delší je doba odstátí.

Krémová houbová polévka

Přísady

4 porce
25 g másla
1 malá cibule, nakrájená
600 ml horkého kuřecího vývaru
225 g žampionů nakrájených na plátky
svazek bylinek
15 ml (1 pl) kukuřičné mouky
300 ml mléka
sůl a pepř
smetana na ozdobení

Nádoba: velká mísa

1. Vložte máslo a nakrájenou cibuli do velké mísy. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3 minuty nebo do změknutí.
2. Přidejte vývar, houby a svazek bylinek. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 13-15 minut, nebo dokud houby nezměknou.
3. Vyjměte svazek bylinek a rozmixujte dohladka.
4. Kukuřičnou mouku smíchejte s trochou mléka a poté vmíchejte zbylé mléko. Přidejte k houbové směsi.
5. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5-6 minut nebo do zhoustnutí.
6. Okořeňte a podávejte se smetanou rozšlehanou nahoře.

Makarony se sýrem, cuketou a slaninou

Přísady

4 porce
100 g rychle uvařených makaronů
225 g cukety, nakrájené na plátky
100 g slaniny, nakrájené
50 g másla
50 g hladké mouky
600 ml mléka
5 ml (1 čl.) hořčice
100 g sýra, strouhaného
sůl a pepř
K posypání
30 ml (2 pl) parmazánu
30 ml (2 pl) celozrnné strouhanky

Nádoba: 20 cm nádoba na zapékání

1. Makarony vařte ve 450 ml vroucí vody při vysokém výkonu (1000 W) 6-8 minut nebo doměkka. Slijte vodu. Přidejte cuketu a slaninu do mísy.
2. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 4 - 5 minut nebo doměkka. Slijte vodu. Dejte máslo do velkého džbánu.
3. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 40–50 sekund. Vmíchejte mouku a vařte 30–40 sekund při vysokém výkonu (1000 W).
4. Postupně přilévejte mléko, dobře promíchejte a vařte na vysokém výkonu (1000 W) 6-7 minut, nebo dokud omáčka nezhoustne a nebude bublat. Často míchejte.
   Přidejte hořčici a sýr. Smíchejte makarony, cukety a slaninu.
5. Okořeňte a nalijte do nádoby na zapékání, posypte drobenkou a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 10 minut, nebo dokud sýr neroztaje.

Čočkové biryani

Přísady

2 porce
50 g zelené čočky
10 ml (2 čl.) oleje,
1 malá cibule, nakrájená
3 ml (½ čl.) strouhaného zázvoru
1 stroužek česneku, rozdrcený
3 ml (½ čl) kurkumy
3 ml (½ čl) chilli prášku
5 ml (1 čl) kari
150 ml bílého jogurtu
50 g žampionů, nakrájených na plátky
2 rajčata, oloupaná a nakrájená
150 ml horké vody
25 g kešu oříšků
225 g uvařené rýže basmati

Ozdoba
plátky vajec uvařených natvrdo a listy koriandru

Nádoba: velká nádoba na zapékání

1. Čočku namočte na 1 hodinu do studené vody a poté sceďte.
2. Dejte olej a cibuli do velké mísy. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3–4 minuty nebo do změknutí.
3. Přidejte zázvor, česnek, kurkumu, chilli a kari. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2 minuty.
4. Přidejte jogurt, houby, rajčata, vodu a čočku. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 20–25 minut, nebo dokud čočka nezměkne a tekutina se neodpaří.
5. Do uvařené rýže přidejte čočkovou směs a kešu oříšky a pořádně promíchejte.
6. V případě potřeby zahřejte na vysoký výkon (1 000 W), aby se zajistilo, že pokrm bude horký. Ozdobte a podávejte.

Jehněčí v pikantní smetanovo-mandlové omáčce

Přísady

4 porce
3-4 stroužky česneku, rozdrcené
1 cm kousek čerstvého zázvoru, strouhaný
50 g mletých mandlí
45 ml (3 pl) vody
3 celé kardamomy
2 hřebíčky
2,5 cm tyčinka skořice
1 cibule nakrájená
30 ml (2 pl) oleje
450 g vykostěného jehněčího masa, očištěného a nakrájeného na kostičky
5 ml (1 čl) mletého koriandru
5 ml (1 čl) mletého kmínu
1,5 ml (¼ čl.) garam masala
1,5 ml (¼ čl.) kajenského pepře
150 ml smetany
sůl a pepř

Nádoba: Velká nádoba na zapékání

1. Smíchejte česnek, zázvor, mandle a vodu, abyste vytvořili hustou pastu.
2. Vložte kardamom, hřebíček, skořici, cibuli a olej do nádoby a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2 minuty.
3. Přidejte jehněčí maso, přikryjte a vařte 6–8 minut při vysokém výkonu (1000 W) nebo do světle hnědé barvy. V polovině promíchejte.
4. Vmíchejte zbytek pepře, mandlovou směs, smetanu, sůl a pepř. Přikryjte a vařte na nízkém výkonu (440 W) asi 30-35 minut, nebo dokud maso nezměkne.
5. Během vaření vše 2-3krát promíchejte.
6. Před podáváním s rýží nebo jinou zeleninou vyjměte celé stroužky kardamomu, hřebíček a skořici.

Dušené kuřecí maso

Přísady

4 porce
25 g másla
2 střední cibule, nakrájené na plátky
2 stonky celeru, ořezané a nasekané
100 g hub, nakrájených na plátky
4 kuřecí čtvrtky, zbavené kůže
300 ml horkého kuřecího vývaru
300 g konzervovaných rajčat
sůl a pepř
30 ml (2 pl) kukuřičné mouky

Nádoba: 3litrová nádoba na zapékání

1. Vložte máslo a zeleninu do misky. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2–4 minuty nebo doměkka.
2. Na zeleninu položte kuřecí maso, podlijte vývarem a rajčaty a podle chuti přidejte sůl a pepř.
3. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1 000 W) 5 minut, poté při nízkém výkonu (440 W) 30–35 minut, nebo dokud není dobře propečené. Kukuřičnou mouku smíchejte s trochou vody.
4. Vyjměte kuře z nádoby, zbavte přebytečného tuku a vmíchejte pastu z kukuřičné mouky. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5 minut. Kuřecí maso podávejte přelité omáčkou.

Poznámka: Pokud místo kuřecích čtvrtek použijete vykostěná prsa nakrájená na kostičky, zkraťte čas 2. vaření na 10–14 minut při nízkém výkonu (440 W) nebo dokud nejsou dobře propečená. V polovině promíchejte.

Vepřové maso se sladkokyselou omáčkou

Přísady

2 porce
225 g vepřového filetu nakrájeného na kostičky
Sladkokyselá omáčka:
15 ml (1 pl) oleje
1 malá mrkev nakrájená na proužky
1 jarní cibulka, nakrájená na tenké plátky
malá zelená paprika, nakrájená na proužky
225 g scezených kousků ananasu (nálev si odložte)
10 ml (2 čl) jemného hnědého cukru
5 ml (1 čl) kukuřičné mouky
špetka česnekové soli
5 ml (1 čl.) jablečného octa
10 ml (2 čl.) sójové omáčky
5 ml (1 čl.) rajčatového kečupu

Nádoba: malý kastrol

1. Vložte vepřové maso do nádoby, přikryjte a vařte při nízkém výkonu (440 W) 9-11 minut, nebo dokud nezačne vytékat šťáva.
2. Do misky dejte olej, mrkev, cibuli a zelenou papriku. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2-3 minuty, nebo dokud zelenina nezměkne.
3. Polovinu odlité šťávy smíchejte se zbývajícími ingrediencemi kromě ananasu. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2 - 3 minuty, nebo dokud není čirá a zhoustlá. V polovině promíchejte.
4. Přidejte omáčku k zelenině. Vmíchejte ananas. Dobře promíchejte.
5. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 1 minutu, nebo dokud se vše neprohřeje. Lžičkou podlévejte vařené vepřové maso.
6. Ohřívejte 1-2 minuty při vysokém výkonu (1000 W) nebo dokud je vše horké.

Ragú z mletého hovězího masa

Přísady

2 porce
1 malá cibule, nakrájená na kostičky
1 stroužek česneku, rozdrcený
5 ml (1 čl.) oleje
200 g konzervovaných nakrájených rajčat
15 ml (1 pl) rajčatového protlaku
5 ml (1 čl.) smíšených bylinek
225 g mletého hovězího masa
sůl a pepř

Nádoba: 1,5 litrová nádoba na zapékání

1. Cibuli, česnek a olej dejte do nádoby, přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2-3 minuty nebo do změknutí.
2. Vložte všechny ostatní ingredience do nádoby. Dobře promíchejte.
3. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5 minut, poté při nízkém výkonu (440 W) 10–15 minut, nebo dokud není maso hotové.

Kuřecí satay

Přísady

2 porce
50 g kokosového krému
45 ml (3 pl) křupavého arašídového másla
45 ml (3 pl) citronové šťávy
30 ml (2 pl) sójové omáčky
velká špetka chilli prášku
2 filety z kuřecích prsou (cca 300 g), zbavené kůže
15 ml (1 pl) rostlinného oleje
1 stroužek česneku, rozdrcený
3 ml (½ čl) mleté kurkumy
3 ml (½ čl) směsi z pěti koření
3 ml (½ čl.) semínek koriandru 3 ml (½ čl.) celého kmínu

Nádoba: 4 dřevěné špejle + mělká miska

1. Na servírovací omáčku: Do velkého džbánu rozdrobte 25 g kokosového krému.
2. Přidejte arašídové máslo, 15 ml (1 pl) citronové šťávy, 15 ml (1 pl) sójové omáčky, chilli prášek a 150 ml vody. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 6–8 minut, nebo dokud omáčka nesevře a nezhoustne, přičemž ji často míchejte. Vylijte na servírovací mísu.
3. Kuřecí maso nakrájejte na malé kousky a dejte do misky. Zbylý smetanový kokos, citrónovou šťávu a sójovou omáčku vložte do mixéru nebo kuchyňského robota.
4. Přidejte zbývající ingredience a rozmixujte dohladka. Lžičkou vložte kuřecí kousky.
5. Přikryjte a nechte marinovat v chladničce 2–3 hodiny nebo přes noc. Navlečte kuřecí maso na dřevěné špejle.
6. Vložte do mělké misky, zalijte zbylou marinádou a vařte přikryté při vysokém výkonu (1000 W) 6–8 minut, nebo dokud se neuvaří, často otáčejte a podlévejte.
7. Podávejte horké s omáčkou k namáčení.

Aranžování

Tenké filé z ryb, tj. platýse, by se měly před vařením srolovat, aby se předešlo přepečení na tenčím vnějším okraji a ocase.

Rybí steaky by měly být pokládány do kruhu, hrubší částí směrem ven. Zakryjte je potravinovou fólií nebo víkem.

Tekutina

Čerstvé ryby je třeba vždy pokapat 30 ml (2 pl) vody, citronovou šťávou nebo bílým vínem.

Při vaření mrazených ryb přidejte tekutinu, jak je uvedeno výše, abyste dosáhli rovnoměrného vaření.

Před vařením ryby posypte solí, protože by je to mohlo vysušit.

Zvuk

Během vaření můžete slyšet praskání. Je to způsobeno vlhkostí zachycenou mezi masem, zejména u mastných ryb, jako je losos a makrela. Při vaření ryb to lze minimalizovat, pokud kůži a maso několikrát propíchnete koktejlovou tyčinkou.

Rybí kari

Přísady

2 porce
25 g másla
1 stroužek česneku, rozdrcený
1 malá cibule, nakrájená nadrobno
15 ml (1 pl) hladké mouky
15 ml (1 pl) kari
½ nastrouhané citrónové kůry a šťávy
300 ml horkého rybího vývaru
25 g sultánky
10 ml (2 čl) rajčatového protlaku
30 ml (2 pl) sladkého čatní
450 g tresky, zbavené kůže a nakrájené
sůl a pepř
75 g kokosového krému

Nádoba: nádoba na zapékání (1,5 litru)

1. Máslo rozpusťte v pánvi na vysokém výkonu (1000 W) 20-30 sekund nebo dokud neroztaje.
2. Přimíchejte česnek a cibuli a přikryté vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3 minuty. Vmícháme mouku, kari, citronovou kůru a šťávu a rybí vývar.
3. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3 minuty, přičemž v polovině času vaření zamíchejte.
4. Přimíchejte zbývající ingredience kromě kokosu, přikryjte a za občasného míchání vařte při vysokém výkonu (1000 W) 4–5 minut, nebo dokud ryba nezměkne.
5. Kokos rozdrobte vidličkou a potom vmíchejte do kari.

Rodinný rybí koláč

Přísady

4 porce
450 g uzené tresky
30 ml (2 pl) citronové šťávy
15 ml (1 pl) oleje
1 velká cibule, nakrájená na plátky
40 g másla
40 g mouky
3 ml (½ čl) hořčice
600 ml mléka
sůl a pepř
100 g sýra Red Leicester
600 g uvařených brambor ve slupce, nakrájených na plátky
75 g celozrnné strouhanky

Nádoba: velká nádoba na zapékání

1. Pokládejte ryby do mělké misky. Přidejte citrónovou šťávu, přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3–4 minuty nebo dokud se snadno neoddělují.
2. Přidejte do misky olej a cibuli. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3 minuty, nebo dokud cibule nezměkne.
3. Rozpusťte máslo při vysokém výkonu (1000 W) v trvání 20–30 sekund. Přimíchejte mouku a hořčici a vařte dalších 20 sekund.
4. Přidejte mléko a pepř, postupně míchejte na hladkou pastu. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 9–10 minut, nebo dokud omáčka nezhoustne a nebude bublat.
5. Během vaření dvakrát promíchejte. Do omáčky přidejte 75 g strouhaného sýra a dobře promíchejte. Rybu vyjměte a pokládejte do servírovací misky. Přidejte cibuli a položte na ni nakrájené brambory.
6. Přelijete sýrovou omáčkou. Posypte strouhankou a zbylým sýrem.
7. Vařte při nízkém výkonu (440 W) 8–10 minut nebo dokud se směs úplně neohřeje.

Rizoto s lesními houbami a bazalkou

Přísady

4 porce
40 g sušených hub
50 g másla
1 stroužek česneku, nasekaný nadrobno
1 malá cibule, nakrájená nadrobno
čerstvě mletý pepř
250 g rýže Arborio
300 ml horkého zeleninového vývaru
12 lístků bazalky, natrhaných
50 g strouhaného parmazánu

Nádoba: 3litrová mísa na zapékání

1. Namočte houby do 300 ml teplé vody na 30 minut.
2. Máslo, česnek a cibuli vložte do velké mísy, zakryjte potravinovou fólií a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3–4 minuty nebo do změknutí.
3. Dochuťte čerstvě mletým pepřem. Do máslové směsi vmíchejte rýži a přidejte horký vývar a výluh z hub.
4. Přikryjte a vařte dalších 5 minut při vysokém výkonu (1000 W). Do rýžové směsi vmíchejte houby.
5. Přikryjte a vařte dalších 5 minut při vysokém výkonu (1000 W). Promíchejte a přidejte bazalku.
6. Pokračujte ve vaření posledních 5 minut při vysokém výkonu (1000 W).
7. Do směsi rizota vmíchejte parmazán.
8. Nechte odstát přibližně 10 minut a poté promíchejte vidličkou.

Zeleninové kari

Přísady

2 porce
15 ml (1 pl) oleje
1 stroužek česneku, nasekaný
špetka kajenského pepře
5 ml (1 čl.) mletého koriandru
3 ml (1/2 čl.) mletého kmínu
3 ml (½ čl) kurkumy
2,5 cm kořen zázvoru, oloupaný a nakrájený na plátky
½ malého květáku nakrájeného na růžičky
1 středně velký lilek, nakrájený na kostičky
1 středně velká brambora, nakrájená na kostičky
50 g zelené fazolky, nakrájené na plátky
½ čerstvého chilli, zbaveného semínek a nakrájeného na plátky
150 ml zeleninového vývaru
200 g konzervovaných nakrájených rajčat
50 g kešu oříšků

Nádoba: 3litrová nádoba na zapékání

1. Smíchejte olej, česnek a pepř v nádobě, přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2 minuty.
2. Do nádoby přidejte všechny ostatní ingredience kromě kešu.
3. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5 minut, poté při nízkém výkonu (440 W) 25 minut, nebo dokud zelenina nezměkne. Občas promíchejte.
4. Posypte kešu a podávejte s uvařenou rýží.

Poznámka: Tento recept je nejlepší uvařit předem, nechat vychladnout a poté znovu zahřát, aby se dobře rozvinuly chutě.

Květák se sýrem

Přísady

4 porce
1 květák, očištěný a nakrájený na růžičky
90 ml (6 pl) vody
25 g másla
25 g mouky
5 ml (1 čl) francouzské hořčice
450 ml mléka pepř podle chuti

Na posypání:
150 g strouhaného červeného sýra
60 ml (4 pl) hnědé strouhanky

Nádoba: velká mísa + mělká nádoba na zapékání

1. Růžičky květáku vložte do mísy. Přidejte vodu.
2. Přikryjte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 10 minut nebo do změknutí. Vylijte vodu.
3. Máslo roztopte při vysokém výkonu (1000 W) v trvání 30–40 sekund.
4. Vmíchejte mouku a hořčici.
5. Vařte dalších 20 sekund. Postupně přidávejte mléko. Dobře promíchejte a opepřete.
6. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2-3 minuty, nebo dokud omáčka nezhoustne a nebude bublat. Během vaření jednou promíchejte.
7. Vmíchejte 50 g strouhaného sýra. Květák přelijte omáčkou. Navrch dejte zbylý sýr a strouhanku.
8. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2–3 minuty nebo dokud sýr neroztaje.

Dušený lojový piškotový nákyp

Přísady

4 porce
150 g samokypřicí mouky
štipka soli
50 g práškového cukru
50 g loje
1 vejce
150 ml mléka
30 ml (2 pl) džemu nebo zlatého sirupu
Volitelné:
k suchým surovinám přidejte
1 pl rozinek

Nádoba: 1litrová nádoba na nákyp

1. V misce si prosejte mouku a sůl.
2. Vmíchejte cukr a lůj. Ve středu udělejte důlek a přidejte rozšlehaná vejce a mléko.
3. Míchejte na měkkou tekutou konzistenci. Džem dejte na dno vymazané mísy na nákyp a zalijte směsí nákypu.
4. Vařte při vysokém výkonu (1 000 W) 4–5 minut, dokud nebude směs tuhá.

Ananasový obrácený nákyp

Přísady

2 porce
5 ml (1 pl) zlatého sirupu
2 plátky ananasu, scezené
2 kandované třešně
50 g margarínu
50 g práškového cukru
1 vejce
50 g samokypřicí mouky
15 ml (1 pl) mléka

Nádoba: 2 misky na suflé

1. Na dno každé misky dejte ½ pl zlatého sirupu; na dno pokládejte plátek ananasu a třešeň.
2. Margarín a cukr vyšlehejte do světlé a nadýchané hmoty. Postupně vyšlehejte vajíčko.
3. Přimíchejte mouku a smíchejte s mlékem do měkké konzistence.
4. Lžící naneste směs na ananas a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 2–3 minuty nebo dokud nebude nákyp hotový.
5. Před obrácením dnem vzhůru na servírovací talíř nechte mírně vychladnout.

Vánoční nákypy

Přísady

4 porce
75 g samokypřicí mouky
3 ml (½ čl) prášku do pečiva
3 ml (½ čl) směsi koření
25 g másla
1 vejce
30 ml (2 pl) melasy
60 ml (4 pl) tmavého piva
15 ml (1 pl) rumu nebo brandy
200 g směs nasekaného sušeného ovoce
25 g strouhaného jablka
75 g rybízu
25 g nasekaných ořechů

Nádoba: 4 misky na suflé

1. Všechny ingredience vložte do velké misky a míchejte, dokud se důkladně nepromíchají.
2. Směs rovnoměrně rozdělte mezi misky na suflé.
3. Položte směrem k vnějšímu okraji otočného talíře a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5–6 minut, nebo dokud není nákyp hotový.

Datlové nákypy a máslová omáčka

Přísady

4 porce
200 g čerstvých datlí odpeckovaných a nakrájených nadrobno
175 g samokypřicí mouky
5 ml (1 čl) prášku do pečiva
5 ml (1 čl) vanilkové esence
15 ml (1 pl) kávové esence
100 ml mléka
75 g másla
150 g práškového cukru 2 vejce lehce rozšlehaná

Máslová omáčka
45 g másla
120 ml (8 pl) jemného hnědého cukru
200 ml smetany ke šlehání
15 ml (1 pl) vanilkové esence

Nádoba: Jednotlivé formy vhodné do mikrovlnné trouby

1. Nakrájené datle zalijte 175 ml vroucí vody a nechte vychladnout. Prosejte mouku a prášek do pečiva. Do mléka přidejte vanilkovou a kávovou esenci.
2. Máslo a cukr vyšlehejte do světlé a nadýchané hmoty. Po troškách přidávejte vajíčka.
3. Přimíchejte mouku a ochucené mléko a poté přilijte datlovou směs. Nalijte ji do šesti forem. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 10–11 minut a nechte 10 minut odstát.

Omáčka

4. Dejte máslo do velkého džbánu a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 30–40 sekund, nebo dokud nezačne bublat.
5. Přidejte cukr a míchejte, dokud se nerozpustí, vařte vždy 1 minutu při vysokém výkonu (1000 W).
6. Pokračujte ve vaření, dokud tekutina nezačne pěnit a bublat 30 sekund při vysokém výkonu (1000 W).
7. Pomalu přilijte smetanu a přiveďte k varu při vysokém výkonu (1000 W) v trvání 2–3 minut.
8. Přidejte esenci. Míchejte, pokračujte ve vaření při vysokém výkonu (1000 W) po dobu 30 sekund, dokud nezačne houstnout.

Müsli tyčinky

Přísady

4 porce
75 g másla nebo margarínu
30 ml (2 pl) zlatého sirupu
75 g světle hnědého cukru
150 g ovesných vloček
50 g rozinek

Nádoba: 20 cm kulatý talíř

1. Vložte máslo, sirup a cukr do mísy a vařte při vysokém výkonu (1000 W) 1–2 minuty, nebo dokud neroztaje.
2. Vmíchejte ovesné vločky a rozinky. Vtlačte do misky.
3. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 3–3 ½ minuty, nebo dokud střed nezačne bublat.
4. Nechte mírně vychladnout a poté nakrájejte na 8 kousků.

Bostonské brownies

Přísady

4 porce
100 g čokolády na pečení
100 g másla
100 g jemného tmavě hnědého cukru
100 g samokypřicí mouky
10 ml (2 čl.) kakaového prášku
špetka soli
2 vejce, rozšlehaná
3 ml (½ čl) vanilkové esence
100 g nasekaných vlašských ořechů

Nádoba: 20 cm čtvercová vymazaná nádoba

1. Vložte čokoládu a máslo do misky a vařte 1 minutu na vysokém výkonu (1000 W), nebo dokud se čokoláda nerozpustí.
2. Přimíchejte všechny ostatní přísady a dobře vyšlehejte.
3. Nalijte do nádoby a pečte přibližně 6–7 minut při nízkém výkonu (440 W), nebo dokud koláč neztuhne.
4. Před nakrájením na kostičky nechte vychladnout.

Pudink

Přísady

4 porce
30 ml (2 pl) pudinkového prášku
15 ml (1 pl) cukru
600 ml studeného mléka

Nádoba: 1 litrový džbán

1. Smíchejte pudinkový prášek, cukr a trochu mléka, abyste vytvořili hladkou pastu.
2. Přimíchejte zbylé mléko, dobře vyšlehejte.
3. Vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5-8 minut za pravidelného míchání.
4. V polovině vaření dobře prošlehejte a na konci ještě jednou.

Bílá omáčka

Přísady

2 porce
25 g masla
25 g mouky
600 ml mléka

Nádoba: 1 litrový džbán

1. Máslo roztopte v konvici při vysokém výkonu (1000 W) v trvání 20-40 sekund. Vmíchejte mouku, abyste vytvořili jíšku.
2. Za stálého míchání přidávejte mléko, dokud se dobře nespojí. Vařte 2 minuty při vysokém výkonu (1000 W).
3. Míchejte a vařte při vysokém výkonu (1000 W) dalších 3–5 minut za pravidelného míchání.
4. Omáčka by měla být hladká a lesklá a měla by pokrývat zadní stranu lžíce.

Jemný ovocný džem

Přísady

Příprava přibližně 700 g džemu
450 g měkkého ovoce, umytého
450 g krystalového cukru
30 ml (2 pl) citronové šťávy
5 ml (1 čl) másla

Nádoba: velká mísa

1. Vložte všechny ingredience do velké mísy a promíchejte. Za častého míchání vařte při vysokém výkonu (1000 W) 5 minut (10–15 minut, pokud používáte mražené ovoce).
2. Pokračujte ve vaření v minutových intervalech, dokud se cukr nerozpustí.
3. Seškrábejte všechny krystalky cukru z okraje mísy.
4. Směs přiveďte k varu a pokračujte ve vaření, dokud se nedosáhne bodu tuhnutí – cca 15–20 minut. Pravidelně testujte bod tuhnutí.

Poznámka: Směs nezdvojnásobujte, protože překypí.

Otázky a odpovědi

Ot: Proč se trouba nezapne?
Od: Když se trouba nezapne, zkontrolujte následující:
1. Je trouba správně připojena? Odpojte zástrčku od zásuvky, počkejte 10 sekund a opět připojte.
2. Zkontrolujte jistič a pojistku. Resetujte jistič nebo pojistku vyměňte, pokud je vypálená.
3. Pokud je jistič nebo pojistka v pořádku, připojte k zásuvce jiný spotřebič. Pokud jiný spotřebič funguje, pravděpodobně bude problém v troubě. Pokud jiný spotřebič nefunguje, pravděpodobně je problém v elektrické zásuvce.

   Pokud vypadá, že problém je v troubě, kontaktujte autorizované servisní středisko.

Ot: Moje trouba způsobuje rušení televizoru.
Je to normální?
Od: Některá rádia, televizory, Wi-Fi, bezdrátové telefony, dětské chůvičky, bluetooth nebo jiná bezdrátová zařízení mohou být rušena při používání mikrovlnné trouby. Toto rušení je podobné rušení způsobenému malými spotřebiči, jako jsou mixéry, vysavače, fény atp. Neznamená to problém s vaší troubou.

Ot: Trouba nechce akceptovat můj program. Proč?
Od: Trouba je navržena tak, aby neakceptovala nesprávný program. Například trouba nebude akceptovat čtvrtou fázi a nebude akceptovat automatický program po odloženém startu.

Ot: Někdy z větracích otvorů trouby vychází horký vzduch. Proč?
Od: Teplo z vařeného pokrmu ohřívá vzduch v troubě. Tento ohřátý vzduch je vyfukován troubou přes větrací otvory v troubě. Ve vzduchu nejsou mikrovlny. Větrací otvory trouby nesmíte během vaření nikdy blokovat.

Ot: Trouba zastaví ohřev mikrovlnami a na displeji se zobrazí „H97“ nebo „H98“. Proč?
Od: Toto zobrazení znamená problém se systémem tvorby mikrovln. Kontaktujte autorizované servisní středisko.

Ot: Ventilátor je v provozu i po skončení přípravy pokrmu. Proč?
Od: Po použití trouby může být ventilátor v provozu pro ochlazení elektronických komponentů. Je to normální a troubu můžete dále používat.

Technické údaje

Výrobce		**Panasonic**
Model		**NN-SD27HS**
Napájení elektrickou energií		**230-240 V 50 Hz**
Provozní frekvence:		**2450 MHz**
Příkon:	**Maximum**	**1500 W**
	Mikrovlny	**1100 W**
Výstupní výkon:	**Mikrovlny**	**1000 W (IEC-60705)**
Vnější rozměry Š x H x V (mm)		**488 mm (Š) x 395 mm (H) x 279 mm (V)**
Vnitřní rozměry Š x H x V (mm)		**315 mm (Š) x 353 mm (H) x 206 mm (V)**
Hmotnost (přibližná)		**9,5 kg**
Hlučnost		**57 dB**

Uvedená hmotnost a rozměry jsou přibližné.

Toto zařízení vyhovuje Evropským standardům pro EMC rušení (EMC = Electromagnetic Compatibility) EN 55011. Podle tohoto standardu je toto zařízení skupina 2, třída B a je v rámci stanovených limitů. Skupina 2 znamená, že radiofrekvenční energie je generována ve formě elektromagnetického záření pro účel ohřevu a vaření pokrmů. Třída B znamená, že tento výrobek lze používat v běžném domácím prostředí.

Výrobce: Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, Čína.

Distribuce: Panasonic Marketing Europe GmbH

REP. EU: Panasonic Testing Centre
Winsbergring 15, 22525 Hamburg, Německo

Produkt Panasonic

Na tento výrobek se vztahuje e-Záruka Panasonic.
Nákupní doklad si prosím uschovejte.
Informace a podmínky záruky pro tento produkt jsou k dispozici na www.panasonic.com/cz
nebo na následujících telefonních číslech: 236032911 – číslo pro volání z pevné linky

Panasonic Corporation
http://www.panasonic.com

© Panasonic Corporation 2017

F0003BW31BP
PA0217-10417