

**Panasonic®**



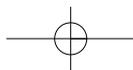
***Forno a convezione con vapore  
Manuale di Istruzioni***

***INVERTER***

***Steam  
PLUS***

**NN-CS598S**

**ISTRUZIONI IMPORTANTI PER LA SICUREZZA. Leggere attentamente queste note e conservarle per un riferimento futuro.**



- Istruzioni importanti per la sicurezza. Leggere attentamente queste istruzioni e conservarle per consultazioni future.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte oppure inesperte solo nel caso in cui siano seguite o ricevano istruzioni da parte di una persona responsabile della loro sicurezza in merito all'uso sicuro dell'apparecchio e siano consapevoli dei rischi che si corrono, incluse le fughe di vapore. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e manutenzione non devono essere eseguite da bambini senza l'opportuno aiuto. Tenere l'apparecchio e il cavo fuori dalla portata dei bambini di età inferiore agli 8 anni.
- Sistemare il forno in modo che sia facile scollegare l'apparecchio dalla rete elettrica estraendo la spina o agendo su un interruttore generale.
- Non utilizzare l'apparecchio se ha il cavo elettrico o la spina danneggiati, se non

funziona in modo corretto o se è stato danneggiato o fatto cadere. Tentare di riparare il forno è pericoloso per chiunque non sia un tecnico dell'assistenza appositamente istruito dal produttore.

- Avvertenze! Le guarnizioni del portello e le zone circostanti devono essere pulite con un panno umido. Nel caso in cui esse vengano danneggiate, non bisogna mettere in funzione il forno fino a quando un tecnico autorizzato non le abbia riparate.

- Avvertenze! Non cercare in alcun modo di modificare o riparare il forno in NESSUNA delle sue parti. Non rimuovere il pannello esterno dal forno per nessun motivo, poiché esso protegge dall'esposizione all'energia delle microonde. Le eventuali riparazioni devono essere eseguite esclusivamente da un servizio di assistenza tecnica qualificato Panasonic

- Liquidi o altri cibi non devono essere riscaldati in contenitori sigillati poiché questi potrebbero esplodere.

- Avvertenze! Non posizionare questo forno vicino ad una cucina a gas o elettrica.

- **Avvertenze!** Non permettere che i bambini usino il forno da soli, senza la supervisione di un adulto! Fatelo SOLO nel caso in cui al bambino siano state date adeguate istruzioni e che quindi, sia in grado di usare il forno in modo sicuro e di capire il pericolo che può derivare da un uso improprio.

### **Per un uso su ripiano:**

- Posizionare il forno su una superficie piana e stabile, ad un'altezza di almeno 85 cm da terra. Lasciate 15 cm di spazio dalla superficie superiore del forno, 10 cm. da quella posteriore e 5 cm da una delle pareti laterali; e l'altro lato aperto.
- Se si riscalda il cibo in contenitori di carta e/o di plastica, controllare spesso il forno poiché questo tipo di contenitori possono incendiarsi se surriscaldati.
- Se nel forno si sviluppa fumo o si verifica un incendio, premere il pulsante Arresto/Annullamento lasciando chiuso lo sportello per soffocare le fiamme. Staccare il

cavo di alimentazione oppure interrompere l'alimentazione a livello del fusibile o del pannello dell'interruttore di circuito.

- Quando si riscaldano dei liquidi (come ad es. zuppe, salse o bevande) nel forno a microonde, può capitare che arrivino al punto di ebollizione senza che in superficie si evidenzii la formazione di bolle: questa situazione può manifestarsi, anche all'improvviso, con la formazione di grumi o la fuoriuscita del liquido dal recipiente.

- Controllare la temperatura prima di consumare il contenuto per evitare di scottarsi. La parte superiore, la tettarella dei biberon e il coperchio dei vasetti di cibi per neonati devono essere rimossi prima di mettere biberon e vasetti in forno.

- Non cuocere le uova nel loro guscio e le uova sode intere nel forno a microonde. La pressione all'interno del forno può aumentare fino a provocare l'esplosione delle uova, anche dopo che la fase di riscaldamento del forno a microonde è terminata.

- Mantenere puliti l'interno del forno, le giunture della porta e le superfici vicine a queste. Rimuovere con un panno umido eventuali schizzi di cibo o di liquidi che aderiscano alle pareti dell'apparecchio, al vassoio di ceramica, alle giunture della porta e alle superfici vicine. È possibile utilizzare un detergente neutro nel caso in cui le giunture fossero molto sporche. Non è raccomandato l'uso di detersivi concentrati o abrasivi.

- **NON UTILIZZARE I PRODOTTI PER LA PULIZIA DEI FORNI DISPONIBILI IN COMMERCIO.**

- Quando si usano le modalità di cottura GRILL o PROGRAMMA COMBINATO, alcuni cibi produrranno inevitabilmente schizzi di grasso sulle pareti del forno. Se il forno non viene pulito regolarmente, potrebbe cominciare a esalare del fumo quando viene utilizzato.

- La mancanza di attenzione alla pulizia del forno può portare al deterioramento delle superfici, riducendo la vita operativa dell'apparecchio e creando situazioni a rischio.

- Avvertenze! Le parti accessibili del forno possono diventare molto calde durante l'utilizzo della funzione Grill e combinazione. Tenere i bambini lontano dal forno.
- Il forno è progettato esclusivamente per l'uso su ripiano e non come apparecchio da incasso o all'interno di una credenza.
- Non utilizzare pulitori a vapore.
- Non utilizzare detergenti abrasivi o raschietti di metallo appuntiti per pulire il vetro del forno in quanto possono graffiare la superficie e, di conseguenza, danneggiare il vetro.
- Le superfici esterne del forno, inclusi gli sfiati sul mobiletto e la porta, si riscaldano durante l'utilizzo con la modalità GRILL o PROGRAMMA COMBINATO. Fare quindi attenzione quando si apre o si chiude la porta, nonché quando si inseriscono o tolgono le pietanze e gli accessori.
- Il forno non deve essere utilizzato con timer esterni o telecomandi separati.
- Utilizzare esclusivamente utensili che siano adatti per forni a microonde.

- Attenzione! questo apparecchio produce vapore bollente.
- Durante e dopo la cottura con la funzione vapore, aprire lo sportello tenendo il volto lontano dal forno e sempre con molta cautela perché il vapore rilasciato può provocare ustioni.
- Attenzione! quando si apre lo sportello potrebbe fuoriuscire una grande quantità di vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Per non rischiare di ustionarsi, indossare un paio di guanti da forno.
- Il forno è munito di resistenze nella parte superiore e posteriore. Durante e dopo la cottura in modalità CONVEZIONE, GRILL o COMBINAZIONE con le funzioni CONVECTION, GRILL o STEAM, tutte le superfici interne del forno sono roventi. Per evitare ustioni, non toccare le superfici interne del forno o l'acqua presente nella vaschetta del vapore.

- Prima di utilizzare il forno, appoggiare la copertura in ceramica sopra il vassoio di evaporazione. (Fare riferimento al diagramma a pagina 12).
- Per cuocere alla griglia o gratinare i cibi, collocare il ripiano con griglia nella posizione più alta. Per cuocere con la modalità CONVEZIONE o COMBINAZIONE, collocarlo nella posizione più alta o più bassa.
- Non appoggiare alcun contenitore di metallo direttamente sul ripiano con griglia in modalità COMBINAZIONE con MICROONDE (Fare riferimento al paragrafo sulla base antiscintilla a pagina 12).
- Non utilizzare il ripiano con griglia per cuocere solo in modalità MICROONDE.
- Questo vassoio consente di raccogliere l'acqua prodotta durante la cottura in modalità vapore e MICROONDE. Svuotarlo dopo ogni cottura con queste modalità.
- Lavare il serbatoio con acqua tiepida una volta alla settimana.

## Installazione e connessione

### Controllare le condizioni del microonde

Aprire la confezione, rimuovere tutto il materiale di imballaggio e controllare se il forno è danneggiato, ad esempio se presenta ammaccature e se le maniglie o lo sportello sono rotti. Nel caso si riscontrino danni, avvisare immediatamente il proprio rivenditore. Non installare il microonde se danneggiato.

### Istruzioni per la messa a terra

**IMPORTANTE: PER LA SICUREZZA PERSONALE, È IMPORTANTE CHE L'UNITÀ SIA DOTATA DI ADEGUATA MESSA A TERRA.** Se la presa ca è priva di massa, il cliente ha la responsabilità di sostituirla con una presa a muro dotata di regolare collegamento a terra.

### Voltaggio operativo

Il voltaggio deve corrispondere a quello specificato sull'etichetta apposta sul forno. L'utilizzo di un voltaggio superiore potrebbe causare incendi e altri danni.

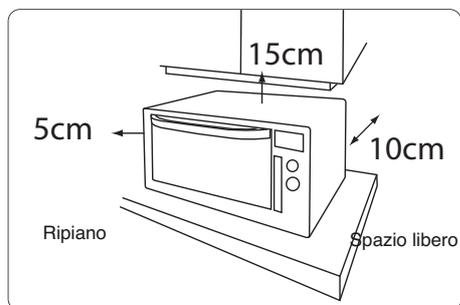
### Posizionamento del forno

Il forno è progettato esclusivamente per l'uso su ripiano e non come apparecchio da incasso o all'interno di una credenza.

1. Posizionare il forno su una superficie piana e stabile, ad un'altezza di almeno 85 cm da terra.
2. Il forno dovrebbe essere installato in modo tale da poter essere facilmente isolato dall'alimentazione elettrica estraendo la spina o azionando un interruttore di circuito.
3. Per un corretto funzionamento dell'apparecchio, assicurare sempre un adeguato ricircolo dell'aria.

#### Uso su ripiano:

- a. Lasciate 15 cm di spazio dalla superficie superiore del forno, 10 cm. da quella posteriore e 5 cm da una delle pareti laterali; e l'altro lato aperto.
- b. Se un lato dell'apparecchio è a contatto con una parete, la parte superiore o l'altro lato deve essere libero.



4. Non posizionare l'apparecchio in prossimità di fornelli elettrici o a gas.
5. Non rimuovere i supporti del forno.
6. Questo forno è stato progettato per un uso esclusivamente domestico. Non utilizzarlo all'aperto.
7. Evitare di utilizzarlo in presenza di elevata umidità.
8. Il cavo di alimentazione non deve essere a contatto con la parte esterna del forno. Tenere il cavo lontano dalle superfici molto calde. Non lasciare che il cavo sporga da un tavolo o da un ripiano di lavoro. Non immergere il cavo, la spina o il forno in acqua.
9. Non ostruire gli sfiami posti ai lati e sulla parte posteriore del forno per evitare che l'apparecchio si surriscaldi. Se ciò dovesse accadere, scatterà un apposito dispositivo di sicurezza termico e il forno riprenderà a funzionare solo dopo che si sarà raffreddato.

## Installazione e connessione

### AVVERTENZA

1. Pulire le guarnizioni dello sportello e le zone circostanti con un panno umido.  
Assicurarsi che le guarnizioni e le zone circostanti non siano danneggiate; in caso contrario, astenersi dall'azionare l'apparecchio prima di averlo fatto riparare da un tecnico dell'assistenza qualificato e addestrato dal produttore.
2. Non tentare di manomettere, modificare o riparare da soli lo sportello, l'alloggiamento del pannello di controllo, gli interruttori di sicurezza o qualsiasi altra parte del forno.  
Non rimuovere il pannello esterno di protezione dalle microonde.  
Gli interventi di riparazione devono essere eseguiti solo da tecnici dell'assistenza qualificati.
3. Non azionare l'apparecchio se il CAVO o la SPINA sono danneggiati, se il forno non funziona correttamente, se è stato danneggiato o è caduto. Solo i tecnici dell'assistenza addestrati dal produttore, infatti, sono in grado di eseguire in piena sicurezza interventi di riparazione rischiosi.
4. Se il cavo di alimentazione dell'apparecchio è danneggiato, sostituirlo con un cavo speciale originale da richiedere al produttore.
5. Se il serbatoio dell'acqua è spaccato o rotto, non utilizzarlo; altrimenti il liquido che ne fuoriesce potrebbe provocare corti circuiti e scosse elettriche. Ai primi segnali di danneggiamento, contattare il proprio rivenditore.
6. Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte oppure inesperte solo nel caso in cui ricevano supervisione o istruzioni da parte di una persona responsabile della loro sicurezza per quanto riguarda l'uso sicuro dell'apparecchio e siano consapevoli dei rischi che si corrono. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e manutenzione non devono essere eseguite da bambini senza l'opportuna supervisione. Tenere l'apparecchio e il cavo fuori dalla portata dei bambini di età inferiore agli 8 anni.
7. Consentire ai bambini di utilizzare il forno senza supervisione solo dopo una previa e adeguata istruzione, affinché possano servirsene in tutta sicurezza e comprendere i rischi derivanti da un uso improprio dell'apparecchio, inclusa la fuoriuscita di vapore. Per evitare ogni rischio di ustione, assicurarsi che il bambino non tocchi le superfici interne roventi o il rivestimento esterno del forno surriscaldatosi durante la cottura.
8. Per evitare ogni rischio di esplosione, non riscaldare liquidi e alimenti in contenitori sigillati.
9. Il forno non deve essere utilizzato con timer esterni o telecomandi separati.



**AVVERTENZA: questo apparecchio produce vapore bollente.**

## Istruzioni di sicurezza

### Utilizzo del forno

1. Utilizzare il forno solo per la preparazione di alimenti. Questo apparecchio è progettato specificamente per riscaldare o cuocere cibo. Non utilizzarlo, quindi, per riscaldare sostanze chimiche o altri prodotti non alimentari.
2. Accertarsi che gli utensili e i contenitori che si adopereranno siano adatti per forni a microonde.
3. Non cercare di utilizzare il forno per asciugare giornali, stoffa o qualsiasi altro materiale che possa prendere fuoco.
4. Nei periodi di inattività, non conservare nel forno oggetti diversi dagli appositi accessori per evitare problemi in caso di azionamento accidentale dell'apparecchio.
5. Non azionare l'apparecchio in modalità MICROONDE o COMBINAZIONE senza aver prima inserito una pietanza, in quanto questa abitudine potrebbe provocare danni al forno. Le uniche eccezioni a questa regola si possono fare per il punto 1 della sezione Riscaldamento e nel caso di riscaldamento o preriscaldamento su CONVEZIONE con ripiano smaltato o ripiano con griglia metallica.
6. Se nel forno si sviluppa fumo o un inizio di incendio, premere il pulsante Stop/Cancel (Arresto/Annullamento) lasciando chiuso lo sportello per soffocare le fiamme. Staccare il cavo di alimentazione oppure interrompere l'alimentazione a livello del fusibile o del pannello dell'interruttore di circuito.
7. Durante e dopo la cottura con la funzione vapore, aprire lo sportello tenendo il volto lontano dal forno e sempre con molta cautela perché il vapore rilasciato può provocare ustioni.

**ATTENZIONE: quando si apre lo sportello potrebbe fuoriuscire una grande quantità di vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Per non rischiare di ustionarsi, indossare un paio di guanti da forno.**

### Attenzione: superfici molto calde



### Riscaldamento:

1. Prima di utilizzare la modalità CONVEZIONE, COMBINAZIONE o GRILL per la prima volta, rimuovere l'olio protettivo e azionare l'apparecchio senza inserire alcuna pietanza né accessorio selezionando CONVECTION (CONVEZIONE) 250°C, per 10 minuti. In questo modo l'olio antiruggine verrà consumato dal calore. Questa è l'unica occasione in cui il forno deve essere azionato da vuoto.
  2. La superficie esterna del forno, inclusi gli sfiati e lo sportello, si riscalderanno durante la modalità CONVEZIONE, GRILL o COMBINAZIONE con la funzione CONVECTION (CONVEZIONE), GRILL (GRILL) o STEAM (VAPORE). Per evitare ustioni, fare attenzione quando si apre o si chiude lo sportello, nonché quando si inseriscono o tolgono le pietanze o gli accessori.
  3. Il forno è munito di resistenze nella parte superiore e posteriore. Durante e dopo la cottura in modalità CONVEZIONE, GRILL o COMBINAZIONE con le funzioni CONVECTION, GRILL o STEAM, tutte le superfici interne del forno sono roventi. Per evitare ustioni, non toccare le superfici interne del forno o l'acqua presente nella vaschetta del vapore.
- N.B.: dopo aver cucinato con queste modalità, gli accessori del forno saranno molto caldi.**
4. Le parti accessibili del forno possono diventare molto calde durante l'utilizzo della funzione Grill e combinazione. Tenere i bambini lontano dal forno.

## Istruzioni di sicurezza

### Ventilazione di raffreddamento

Quando il forno viene utilizzato in modalità Microonde/Riscaldamento, la ventola di raffreddamento rimane in funzione per raffreddare i componenti elettrici e continua per qualche tempo anche una volta terminata la cottura. Questo è perfettamente normale ed è possibile sfornare la pietanza quando la ventola è ancora in funzione.

### Luce del forno

Se si rende necessario sostituire la lampadina del forno, rivolgersi al proprio rivenditore.

### Accessori

Il forno viene fornito dotato di vari accessori. Per il loro utilizzo, seguire le indicazioni.

### Vassoio di vetro

1. Il Vassoio di vetro può essere appoggiato direttamente sulla piastra di ceramica solo per cuocere in modalità MICROONDE. Non appoggiare il cibo direttamente sulla piastra di ceramica.
2. Per le modalità VAPORE e MICROONDE, il Vassoio di vetro deve essere utilizzato con il treppiedi.
3. È possibile appoggiare il piatto direttamente sul ripiano con griglia (in entrambe le posizioni) per cucinare in modalità CONVEZIONE, GRILL oppure COMBINAZIONE.
4. Se scotta, lasciarlo raffreddare prima di lavarlo o di immergerlo nell'acqua calda per evitare che si spacchi o si rompa.

### Treppiedi di plastica

1. Il treppiedi di plastica viene posizionato all'interno del Vassoio di vetro per la cottura in modalità VAPORE o MICROONDE. Il cibo può essere appoggiato direttamente su questo treppiedi.
2. Non utilizzarlo per la modalità GRILL, CONVEZIONE o COMBINAZIONE.

### Base antiscintilla

1. Posizionare la base antiscintilla sopra il ripiano con griglia, quindi appoggiarvi qualsiasi contenitore di metallo. A questo punto è possibile utilizzare contenitori di metallo con la modalità COMBINAZIONE senza che si formi un arco elettrico.

### Ripiano con griglia

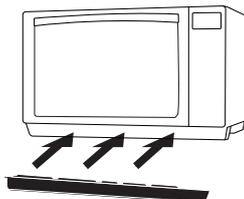
1. Per cuocere alla griglia o gratinare i cibi, collocare il ripiano con griglia nella posizione più alta. Per cuocere con la modalità CONVEZIONE o COMBINAZIONE, collocarlo nella posizione più alta o più bassa.
2. Non appoggiare alcun contenitore di metallo direttamente sul ripiano con griglia in modalità COMBINAZIONE con MICROONDE (consultare il paragrafo relativo alla base antiscintilla).
3. Non utilizzare il ripiano con griglia per cuocere solo in modalità MICROONDE.

### Ripiano smaltato

1. Il ripiano smaltato è adatto se si cuoce solo in modalità CONVEZIONE. Non utilizzarlo per la modalità microonde, grill o combinazione.
2. Per la cottura in modalità convezione sul livello 2, è possibile utilizzare il ripiano smaltato sul livello inferiore e il ripiano con griglia sul livello superiore.

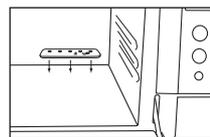
### Vassoio di raccolta

1. Prima di utilizzare il forno, posizionare il vassoio di raccolta. Spingerlo con entrambe le mani tra i supporti del forno finché non scatta in posizione. Per rimuoverlo, vedere pagina 22.
2. Questo vassoio consente di raccogliere l'acqua prodotta durante la cottura in modalità vapore e MICROONDE. Svuotarlo dopo ogni cottura con queste modalità.



### Copertura in ceramica

1. Prima di utilizzare il forno, appoggiare la copertura in ceramica sopra il vassoio di evaporazione.



## Informazioni importanti

### 1. Tempi di cottura

- I tempi di cottura indicati nel nostro ricettario sono indicativi: essi dipendono dalle caratteristiche, dalla temperatura, dalla quantità del cibo e dal tipo di pentola.
- Iniziare con il tempo minimo indicato per evitare di cuocere eccessivamente le pietanze. Se il cibo non è cotto a sufficienza, si può sempre rimediare infornandolo nuovamente.  
N.B.: se si superano i tempi di cottura, la pietanza si rovina o potrebbe addirittura prendere fuoco e danneggiare l'interno del forno.

### 2. Piccole quantità di cibo

- Se cotte troppo a lungo, le porzioni più piccole o con basso tenore di umidità rischiano di bruciarsi, asciugarsi completamente o prendere fuoco. In quest'ultima evenienza, tenere chiuso lo sportello, spegnere il forno e staccare la spina dell'alimentazione.

### 3. Uova

- Non cuocere in modalità MICROONDE uova con il guscio e uova sode intere. Infatti la pressione potrebbe aumentare a dismisura facendole scoppiare, anche una volta terminato il riscaldamento.

### 4. Forare la superficie

- Prima di cuocere in modalità MICROONDE gli alimenti con buccia o superficie non porosa, come patate, tuorli e insaccati, è necessario praticare dei fori per evitare che scoppino.

### 5. Termometro per carne

- Verificare il grado di cottura di pollame e arrosti con un termometro per carne solo dopo aver tolto dal forno la pietanza. Non utilizzare un termometro per carne standard con la modalità MICROONDE o COMBINAZIONE perché si potrebbe rompere.

### 6. Liquidi

- Quando si scaldano dei liquidi, ad esempio minestre, sughi e bevande nel microonde, è possibile che l'alimento vada oltre la temperatura di ebollizione senza produrre

bolle e il liquido potrebbe traboccare dal contenitore. Per evitare questo problema, procedere come segue:

- a) Evitare di utilizzare contenitori con pareti dritte e collo stretto.
- b) Non scaldare eccessivamente.
- c) Mescolare il liquido prima di sistemare il contenitore nel forno, quindi ancora una volta a metà cottura.
- d) Dopo aver scaldato il liquido, lasciarlo nel forno per breve tempo, mescolare ancora e sfornare con cautela.

### 7. Carta/Plastica

- Quando si riscaldano degli alimenti in contenitori di plastica o di carta, controllare il forno frequentemente poiché, se scaldati eccessivamente, questi tipi di contenitori possono prendere fuoco.
- Non utilizzare prodotti in carta riciclata (ad esempio carta forno), a meno che non sia indicato che il prodotto è adatto per il microonde. Infatti, a volte la carta riciclata contiene impurità che possono provocare scintille o fiamme.
- Se un alimento è avvolto in una retina da arrosti, rimuovere lo spago di chiusura prima di introdurre l'alimento nel forno.

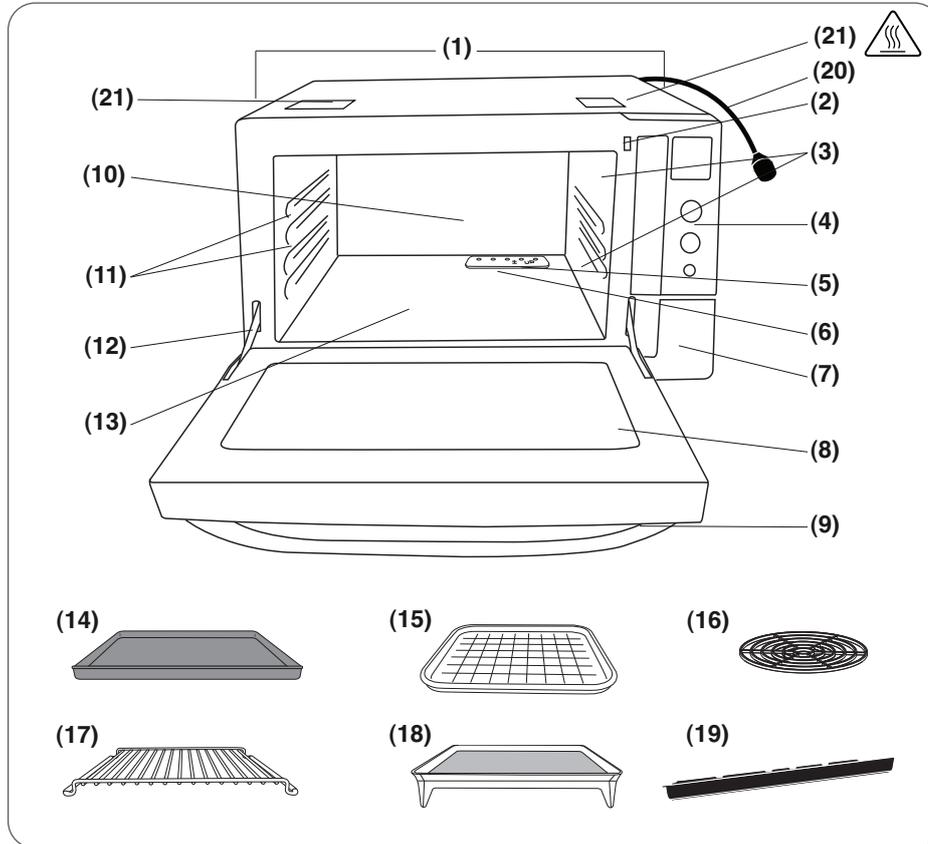
### 8. Utensili/Contenitori di metallo

- Non mettere a riscaldare barattoli o bottiglie chiusi altrimenti potrebbero scoppiare.
- I contenitori metallici o i piatti con decorazioni in metallo non devono essere utilizzati con la modalità Microonde, altrimenti producono scintille.
- Se si utilizzano contenitori in foglio di alluminio, spiedi o altri oggetti metallici, la loro distanza dalle pareti del forno deve essere di almeno 2 cm per evitare scintille.

### 9. Biberon/Vasetti di omogeneizzati

- Prima di inserire biberon e vasetti di omogeneizzati nel forno, rimuovere la tettarella o il coperchio.
- Mescolare o agitare il contenuto.
- Per evitare ustioni, controllare la temperatura prima di somministrare l'alimento al bambino.

## Schema

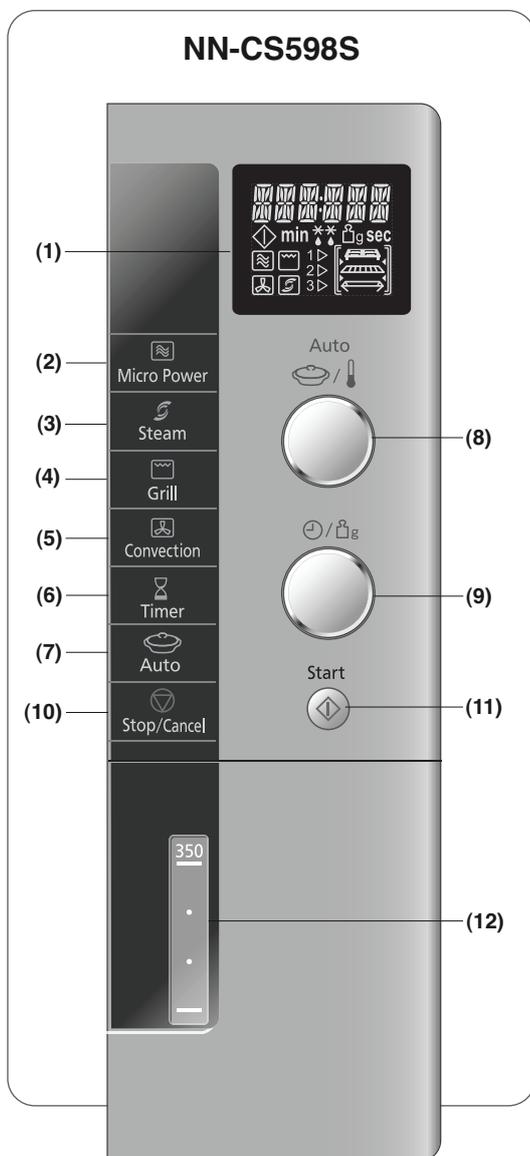


- (1) Sfiati esterni
- (2) Blocco di sicurezza dello sportello
- (3) Oven Air Vent
- (4) Sfiato del forno
- (5) Copertura in ceramica
- (6) Vassoio di evaporazione
- (7) Serbatoio dell'acqua
- (8) Oblò d'ispezione
- (9) Sportello

Per aprire, spingere verso il basso la maniglia dello sportello. Se lo sportello viene aperto quando il forno è ancora in funzione, la cottura viene interrotta temporaneamente ma non vengono cancellate le impostazioni precedenti. La cottura riprende non appena si chiude lo sportello e si preme Start (Avvio) Quando lo sportello viene aperto, la luce del forno si accende.

- (10) Rivestimento catalitico sulla parete posteriore interna del forno.
- (11) Guide per il ripiano
- (12) Cerniere dello sportello  
Chiudere lo sportello con attenzione per evitare di pizzicarsi le dita.
- (13) Piastra di ceramica
- (14) Ripiano smaltato
- (15) Vassoio di vetro
- (16) Base antiscintilla
- (17) Ripiano con griglia
- (18) Supporto per il vapore
- (19) Vassoio di raccolta
- (20) Cavo di alimentazione
- (21) Etichetta di avvertenza (Superficie calda)

## Pannello di controllo



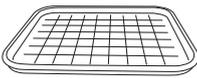
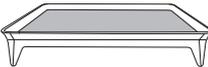
- (1) **Display**
- (2) **Modalità microonde**
- (3) **Modalità vapore**
- (4) **Modalità grill**
- (5) **Modalità convezione**
- (6) **Timer**  
Questo pulsante consente di ritardare il programma di cottura fino a 9 ore, di impostare il timer di cottura o il tempo di attesa, o ancora di impostare l'orologio.
- (7) **Programmi di pesatura automatici**
- (8) **Manopola del menu automatico/della temperatura/del voltaggio microonde/del livello grill/del selettore**
- (9) **Manopola dell'ora/del peso**
- (10) **Arresto/Annullamento**  
**Prima di iniziare la cottura:** premere una volta per annullare le istruzioni.  
**Durante la cottura:** premere una volta per arrestare temporaneamente il programma. Premere una seconda volta per annullare tutte le istruzioni; sul display verranno visualizzate l'ora e la data.
- (11) **Avvio:** premere Start per mettere in funzione il forno.  
Se durante la cottura lo sportello viene aperto o si preme una volta Stop/Cancel, premere nuovamente Start per continuare con la cottura.
- (12) **Serbatoio dell'acqua per la cottura a vapore**

### Segnale acustico:

quando si preme un pulsante, viene emesso un segnale acustico. Se non viene emesso alcun segnale, l'impostazione non è valida. Quando il forno passa da una funzione all'altra, vengono emessi due segnali acustici. Al termine del preriscaldamento in modalità CONVEZIONE o COMBINAZIONE, vengono emessi tre segnali acustici e sul display lampeggia una P. Al termine della cottura, vengono emessi cinque segnali acustici.

## Accessori

Nella seguente tabella viene indicato il corretto uso di ciascun accessorio.

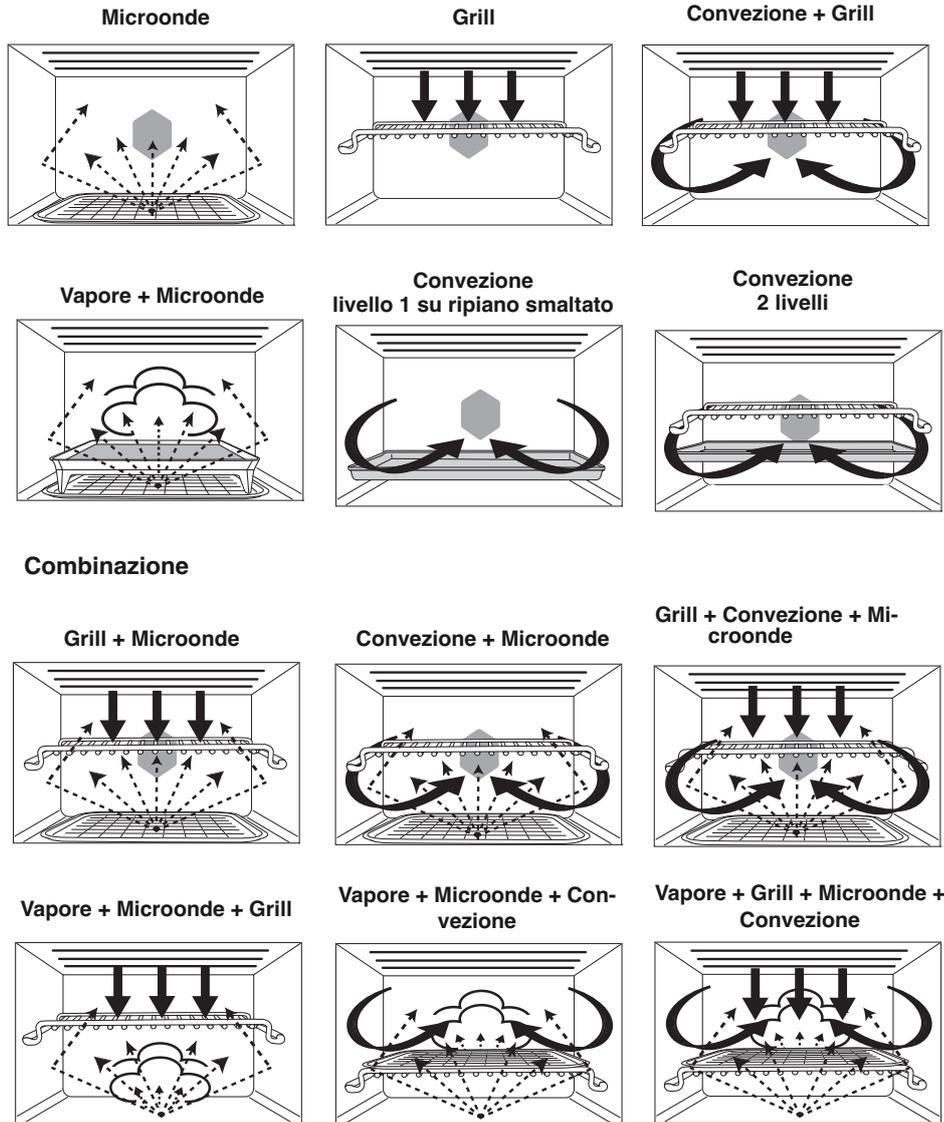
	Vassoio di vetro 	Supporto per il vapore 	Ripiano con griglia 
<b>Microonde</b>	<b>Si</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>
<b>Grill</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>	<b>Si</b>
<b>Convezione</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>	<b>Si</b>
<b>Vapore</b>	<b>Si</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>
<b>Combinazione</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>	<b>Si*</b>

	Ripiano smaltato 	Base antiscintilla* 
<b>Microonde</b>	<b>NO</b>	<b>NO</b>
<b>Grill</b>	<b>Si</b>	<b>NO</b>
<b>Convezione</b>	<b>Si</b>	<b>Si</b>
<b>Vapore</b>	<b>NO</b>	<b>NO</b>
<b>Combinazione</b>	<b>NO</b>	<b>Si</b>

\*Con la modalità combinazione non appoggiare alcun contenitore metallico direttamente sulla griglia di metallo. Porre fra i due la base antiscintilla.

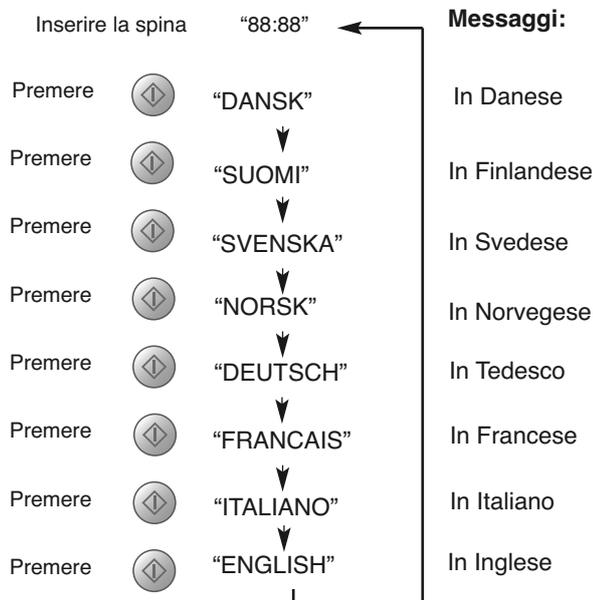
## Modalità di cottura

Negli schemi riportati di seguito vengono forniti alcuni esempi di utilizzo degli accessori. Le soluzioni possono variare in base alla ricetta/pietanza. Per ulteriori informazioni, consultare il nostro ricettario.



## Comandi e procedura operativa

### Messaggi:



L'unica funzione di questi messaggi è quella di facilitare l'utilizzo del microonde. Dopo aver inserito la spina, premere Start fino a impostare la lingua desiderata.

Una volta premuto un pulsante, sul display verrà visualizzata l'istruzione successiva per impedire ogni possibilità di errore.

Se per qualunque ragione si desidera cambiare lingua, aprire lo sportello del forno, staccare la spina dal microonde e ripetere la procedura. Lo sportello del forno deve rimanere aperto sino a quando la lingua non sarà stata impostata.

### Sistema di bloccaggio per la sicurezza dei bambini:

L'utilizzo di questo sistema rende i comandi del forno inutilizzabili; tuttavia è possibile aprire la porta. Il sistema di bloccaggio per la sicurezza dei bambini può essere impostato quando sul display sono visualizzati i due punti o l'orario.

#### Per impostare:



#### Per annullare:



- **Premere Start tre volte.**

L'ora scomparirà dal display ma l'orologio continuerà a funzionare. Nell'angolo superiore sinistro del display verrà visualizzato un asterisco '\*'.

- **Premere Stop/Cancel tre volte.**

L'ora verrà nuovamente visualizzata.

## Comandi e procedura operativa

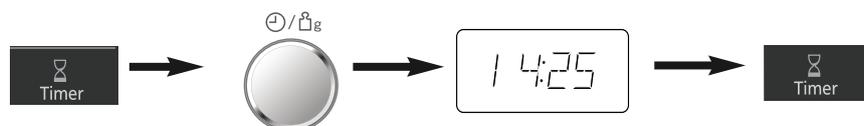
Una delle caratteristiche di questo forno è la funzione di risparmio energetico. Le opzioni disponibili sono due: modalità Risparmio, che è pre-impostata, e modalità Orologio. Entrambe le opzioni consentono di ridurre il consumo energetico quando il forno è in modalità Stand-by.

### Impostazione dell'orologio

### Esempio: Impostazione delle ore 14:25

#### IMPORTANTE:

Dopo 6 minuti di inattività in modalità Orologio, il consumo energetico del forno inizia a ridursi leggermente mentre la luminosità del display si affievolisce. Per mettere in funzione il forno sarà necessario aprire e chiudere lo sportello.



- **Premere il pulsante Orologio una volta.**  
I due punti cominciano a lampeggiare.
- **Inserire l'ora mediante la manopola Ora/Peso.**  
L'ora viene visualizzata nel display e i due punti cominciano a lampeggiare.
- **Premere il pulsante Orologio.**  
I due punti smettono di lampeggiare e l'ora del giorno viene visualizzata. Il messaggio 'E-SAVE OFF' appare sul display.

#### NOTA:

1. Per impostare nuovamente l'ora, ripetere tutti i passi di cui sopra.
2. L'ora è sempre visualizzata a meno che l'alimentazione non venga interrotta.
3. Questo orologio funziona sul sistema delle 24 ore.
4. L'impostazione dell'orologio annulla automaticamente la modalità Risparmio preimpostata.
5. Se viene impostato l'orologio e la spina è staccata, quando viene collegata di nuovo, la modalità Risparmio è attiva.

#### Modalità Risparmio:

Nel forno la modalità Risparmio è attivata già dalla fabbrica. Questa modalità consente di consumare meno energia quando il forno è collegato alla corrente ma non è in funzione.

#### NOTA:

1. Quando la modalità Risparmio è attiva, l'orologio non viene visualizzato sul display.
2. In modalità Risparmio, trascorsi 6 minuti di inattività, il consumo energetico del forno si riduce. Per mettere in funzione il forno sarà necessario aprire e chiudere lo sportello.
3. La modalità Risparmio rimane attiva anche dopo aver scollegato e ricollegato la spina alla corrente.

#### Annullamento:

Per annullare la modalità Risparmio, seguire le istruzioni per l'impostazione dell'orologio.

#### Impostazione:



- **Premere il pulsante Orologio due volte.**
- **Premere il pulsante Arresto/Annullamento una volta.**

La modalità Risparmio è attiva e il messaggio 'E-SAVE ON' appare sul display.

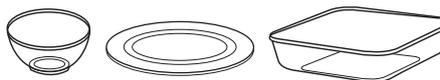
## Cottura e scongelamento con la modalità microonde

Si possono selezionare 6 diversi livelli di potenza microonde (vedere la tabella riportata di seguito).

### Utilizzare l'accessorio:



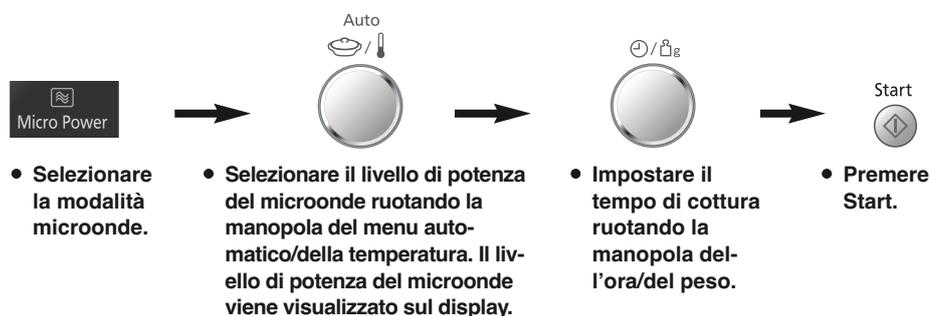
Si possono usare anche piatti, pirofile o ciotole in Pyrex® propri direttamente sulla piastra di ceramica.



Non appoggiare il cibo direttamente sulla piastra di ceramica.

In questa tabella viene indicato approssimativamente il voltaggio per ciascun livello di potenza.

Voltaggio	Livello di potenza	Tempo massimo
1000 W	MAX	30 min.
270 W	MIN	90 min.
600 W	MEDIO	90 min.
440 W	BASSO	90 min.
250 W	COTTURA A FUOCO LENTO	90 min.
100 W	CALDO	90 min.



### NOTA:

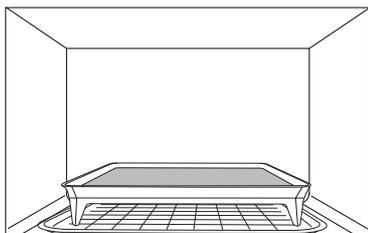
1. Per una cottura in 2 o 3 fasi, prima di premere Start, reimpostare il livello di potenza e il tempo di cottura  
ad esempio: cottura in casseruola — MAX per 10 minuti, per portare a ebollizione il contenuto. 250 W per 60 min. per cuocere il contenuto. 100 W per 10 minuti per amalgamare gli ingredienti e far sprigionare i sapori.
2. Il tempo di attesa può essere programmato dopo aver impostato il tempo di cottura e il livello di potenza del forno a microonde.
3. Se necessario, è possibile aumentare il tempo di cottura durante la cottura stessa. Per compiere questa operazione, ruotare la manopola dell'ora/del peso (il tempo viene aumentato con incrementi di 1 minuto fino a un massimo di 10 minuti e solo in caso di cottura in un'unica fase).

**ATTENZIONE:** se viene impostato un tempo di cottura senza selezionare alcun livello di potenza, il forno funzionerà automaticamente a 1000 W.

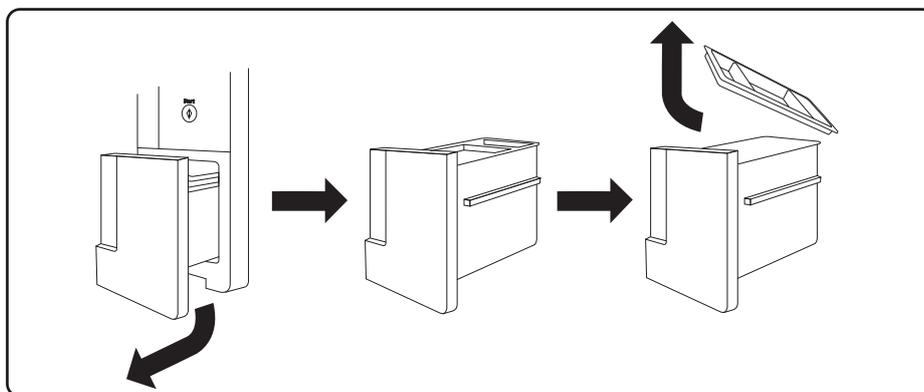
## Vapore e Microonde

Si possono selezionare 4 diverse combinazioni con i livelli di potenza vapore e microonde disponibili (vedere la tabella riportata di seguito).

### Utilizzare l'accessorio:



Si possono usare anche piatti o ciotole in Pyrex® propri direttamente sulla piastra di ceramica coperti con una pellicola di plastica forata o con un coperchio largo.



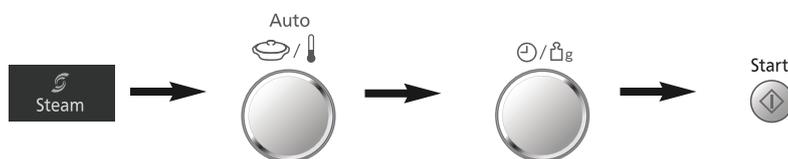
Rimuovere con cautela il serbatoio dell'acqua dal forno. Sollevare il coperchio e riempire con acqua di rubinetto (non utilizzare acqua minerale). Richiudere il coperchio e riposizionare nel forno. Assicurarsi che il coperchio sia chiuso e posizionato correttamente per evitare fuoriuscite d'acqua. Per i programmi di pulizia, vedere pagina 36. Si consiglia di lavare il serbatoio con acqua tiepida una volta alla settimana.

Ruotare la manopola del menu automatico/della temperatura in senso antiorario	Voltaggio	Livello di potenza	Impostazione tempo massimo
600 W	600 W	Medio	15 minuti
440 W	440 W	Basso	15 minuti
250 W	250 W	250 W	15 minuti
100 W	100 W	100 W	15 minuti

N.B.: non è possibile utilizzare solo la modalità vapore senza microonde.

N.B.: Se il tempo è impostato su un valore superiore a 12 min, potrebbe essere necessario riempire il serbatoio dell'acqua, anche nel caso in cui il serbatoio sia stato riempito fino al livello massimo prima dell'avvio della funzione Microonde e Vapore. Vedere la nota 2 a pagina 22.

## Vapore e Microonde



- Selezionare la modalità vapore.
- Selezionare il livello di potenza del microonde ruotando la manopola del menu automatico/della temperatura. Il livello di potenza del microonde viene visualizzato sul display.
- Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso.
- Premere Start. Sul display verrà conteggiato 1 minuto. In questo periodo viene preparato il sistema a vapore e il grill potrebbe attivarsi.

### NOTA:

1. Il tempo massimo di cottura con questa modalità è di 15 minuti. Se la cottura deve essere prolungata, ricaricare il serbatoio dell'acqua e ripetere la procedura riportata sopra per il tempo rimanente.
2. Se durante la cottura l'acqua nel serbatoio si esaurisce, il forno si spegnerà. Sul display verrà indicato di riempire il serbatoio. Dopo aver ricaricato il serbatoio pieno d'acqua, premere Start.
3. È possibile ricaricare il serbatoio in qualsiasi momento durante la cottura, senza dover premere Stop (Arresto).
4. Per una cottura in 2 o 3 fasi, prima di premere il pulsante Start, reimpostare i livelli di potenza di vapore e microonde e il tempo di cottura.
5. Il tempo di attesa può essere programmato dopo aver impostato il tempo di cottura e il livello di potenza di vapore e microonde.
6. Dopo la cottura in modalità vapore e microonde, asciugare l'interno del forno, se necessario.

### ATTENZIONE:

Rimuovendo il cibo o gli accessori, dalla parte superiore del forno potrebbe cadere delle gocce di acqua calda.

### RISCHIO DI USTIONI:

Indossare guanti da forno resistenti al calore.

### Tecnologia di alimentazione dal basso

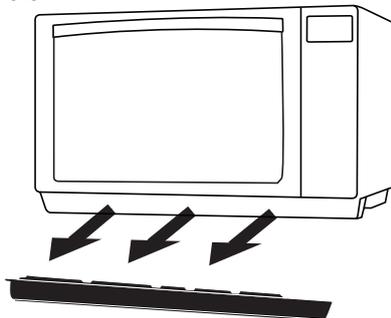
Questo prodotto sfrutta la tecnologia di alimentazione dal basso per la distribuzione delle microonde che differisce dai tradizionali metodi di alimentazione laterale del piatto girevole e crea più spazio utilizzabile per una ricca gamma di piatti di diversa forma.

Rispetto agli apparecchi ad alimentazione laterale, questa modalità produce delle differenze a livello di tempi di riscaldamento (in modalità Microonde).

Tali differenze sono però normali e non devono essere motivo di preoccupazione. Al riguardo, fare riferimento alle tabelle di riscaldamento e cottura riportate nel ricettario.

### Vassoio di raccolta:

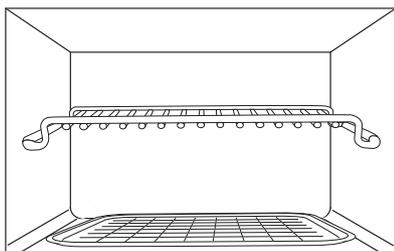
Dopo la cottura in modalità vapore, rimuovere con cautela il vassoio di raccolta dalla parte anteriore del forno. Tirare in avanti delicatamente, afferrando il vassoio con entrambe le mani. Svuotarlo, lavarlo con acqua tiepida e sapone oppure in lavastoviglie. Per reinserirlo il vassoio, spingerlo tra i supporti del forno fino al clic.



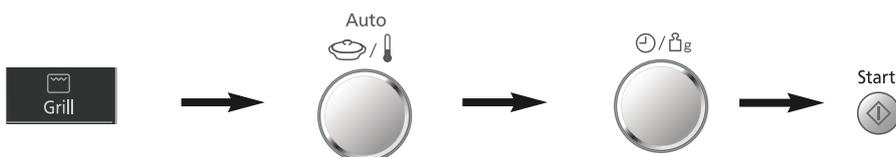
## Grill

Per il grill sono disponibili 3 impostazioni.

### Utilizzare l'accessorio:



Livello di potenza	Voltaggio
1 ALTO	1350 W
2 MEDIO	1000 W
3 BASSO	750 W



- Per cuocere in modalità grill, premere il pulsante Grill.

- Selezionare il livello di potenza per il grill ruotando la manopola del menu automatico/della temperatura. Il livello del grill viene visualizzato sul display. L'impostazione predefinita del grill è Grill 1 (Alto). Ruotare la manopola del menu automatico/della temperatura in senso antiorario per selezionare Grill 2 (Medio) e proseguire per selezionare Grill 3 (Basso).

- Impostare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso (fino a 90 minuti).

- Premere Start.

### NOTA:

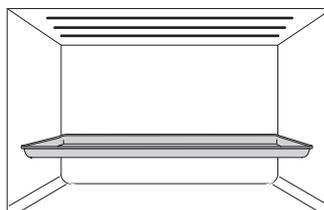
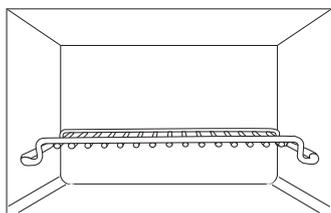
1. Il grill funziona solo se lo sportello è chiuso.
2. Il grill non può essere preriscaldato.
3. Se necessario, è possibile aumentare il tempo durante la cottura. Per compiere questa operazione, ruotare la manopola dell'ora/del peso fino a un massimo di 10 minuti.
4. È possibile richiamare e modificare il livello del grill anche dopo aver premuto Start. Premere Grill una volta per richiamare il livello sul display e modificarlo ruotando la manopola del menu automatico/della temperatura.

## Cottura con convezione/convezione grill

Questi comandi consentono di modificare la temperatura della modalità di 40°C e 80- 250°C con incrementi di 40°C alla volta. Per consentire di selezionare rapidamente le temperature più utilizzate, le temperature vanno da 150° a 250°C, poi 40°C (solo modalità convezione) e 80°C. Con questa modalità è possibile cuocere su uno o due livelli.

Il forno a microonde mantiene la temperatura al di sopra dei 200°C per i primi 20 minuti. Allo scadere dei 20 minuti, la temperatura del forno è ridotta automaticamente intorno ai 200°C. È improbabile che questo risulti in una minore funzionalità del prodotto ma siete pregati di accertarvi che i tempi di cottura siano adattati in base ai vostri gusti.

### Cottura su un solo livello



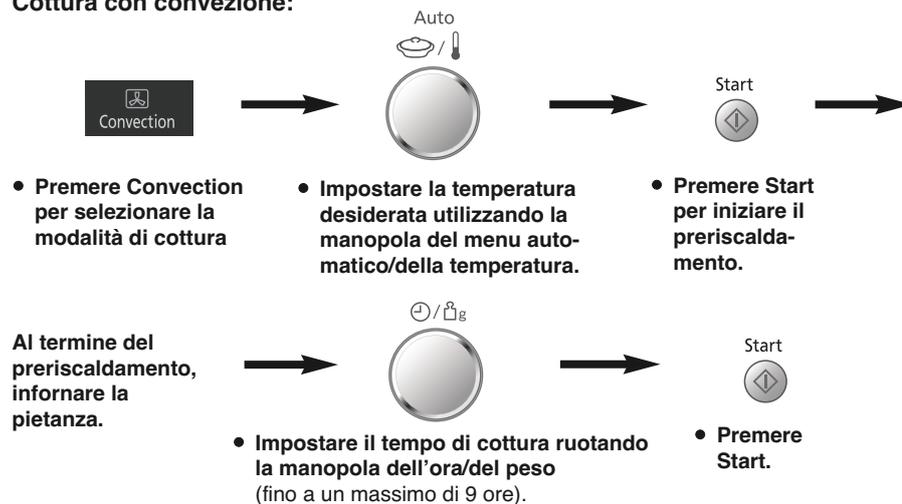
Per cuocere su un solo livello, utilizzare il ripiano con griglia o il ripiano smaltato nella posizione più bassa.

**Arrosti:** ripiano con griglia nella posizione più bassa

**Torte e biscotti:** ripiano smaltato nella posizione più bassa



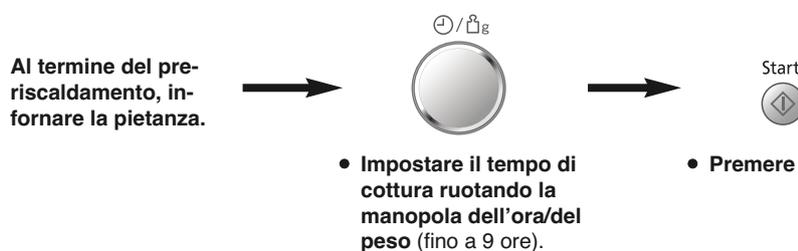
### Cottura con convezione:



## Cottura con convezione grill



- Selezionare la temperatura di convezione desiderata
- Selezionare il livello del grill desiderato. L'impostazione predefinita è Grill livello 2 (potenza media). Ruotare la manopola del menu automatico/della temperatura in senso antiorario per selezionare Grill 1 (Alto) e proseguire per selezionare Grill 3 (Basso).
- Premere Start per iniziare il preriscaldamento.



- Impostare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso (fino a 9 ore).
- Premere Start.

**INDOSSARE SEMPRE I GUANTI DA FORNO PER RIMUOVERE LA PIETANZA E GLI ACCESSORI SENZA SCOTTARSI.**

**AFFERRARE SALDAMENTE IL PIATTO E/O IL RIPIANO PRIMA DI TOGLIERLI DAL FORNO.**

### NOTA SUL PRERISCALDAMENTO:

1. Non aprire lo sportello durante il preriscaldamento. Al termine del preriscaldamento verranno emessi 3 segnali acustici e sul display lampeggerà una "P". Se lo sportello non viene aperto al termine del preriscaldamento, il forno manterrà la temperatura impostata. Dopo 30 minuti il forno si spegne e sul display riappare l'ora.
2. Per cuocere senza preriscaldamento, selezionare la temperatura desiderata, impostare il tempo di cottura e premere Start.

### NOTA:

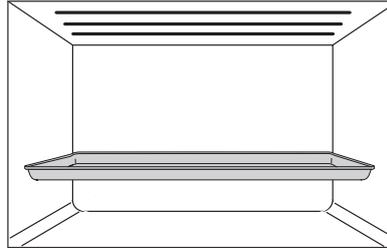
1. Se il tempo di cottura è inferiore a 1 ora, verrà conteggiato secondo dopo secondo.
2. Se invece supera l'ora, verrà conteggiato in minuti fino a "1H 00", poi verranno indicati minuti e secondi e riprenderà il conteggio in secondi.
3. Se necessario, è possibile aumentare il tempo durante la cottura. Per eseguire questa operazione, ruotare la manopola dell'ora/del peso. (il tempo viene aumentato con incrementi di 1 minuto).
4. È possibile richiamare e modificare la temperatura selezionata anche dopo aver premuto Start. Premere Convection una volta per richiamare la temperatura sul display e modificarla ruotando la manopola del menu automatico/della temperatura.

## Cottura con ripiano e convezione

### Cottura su un unico livello

Il ripiano smaltato può essere utilizzato per arrostitire patate o altra verdura, per cuocere torte, biscotti e focaccine. È l'ideale anche per riscaldare comodi prodotti da forno precotti. **Il vaso smaltato non deve essere utilizzato con le modalità microonde o combinazione.**

Ripiano smaltato



Patate/Verdure arroste: ripiano smaltato



Riscaldamento: ripiano smaltato

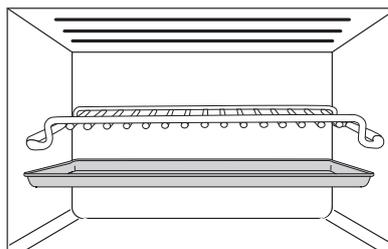


## Cottura su due livelli con convezione

Per cuocere su due livelli, utilizzare il ripiano smaltato sul livello inferiore e il ripiano con griglia sul livello superiore.

A seconda della ricetta, riscaldare il forno con o senza gli accessori in posizione. Per ulteriori informazioni, vedere il nostro ricettario.

### Ripiano smaltato / Ripiano con griglia



### Preparazione di dolci: piccole torte



### Pasto completo: pizza surgelata sul livello superiore, patate surgelate sul livello inferiore



### La cottura su due livelli è l'ideale per:

1. Preparare dolci: torte, biscotti e focaccine su due livelli.
2. Preparare un pasto completo: pizza surgelata sul livello superiore e patate surgelate sul livello inferiore.
3. Cuocere patate arrosto sul livello superiore e altra verdura sul livello inferiore.
4. Riscaldare piccoli prodotti da forno in grandi quantità, ad esempio hot dog, torte salate, quiche (tutto precotto).

Assicurarsi che i ripiani siano inseriti correttamente e siano ben saldi prima di appoggiare la pietanza.

Non appoggiare sui ripiani pesi superiori ai 4 Kg.

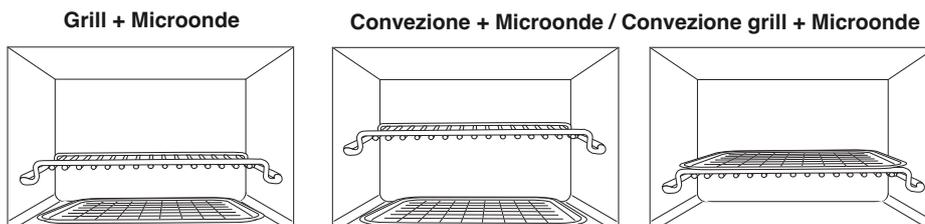
**INDOSSARE SEMPRE I GUANTI DA FORNO PER RIMUOVERE LA PIETANZA E GLI ACCESSORI SENZA SCOTTARSI.**

**AFFERRARE SALDAMENTE IL PIATTO E/O IL RIPIANO PRIMA DI TOGLIERLI DAL FORNO.**

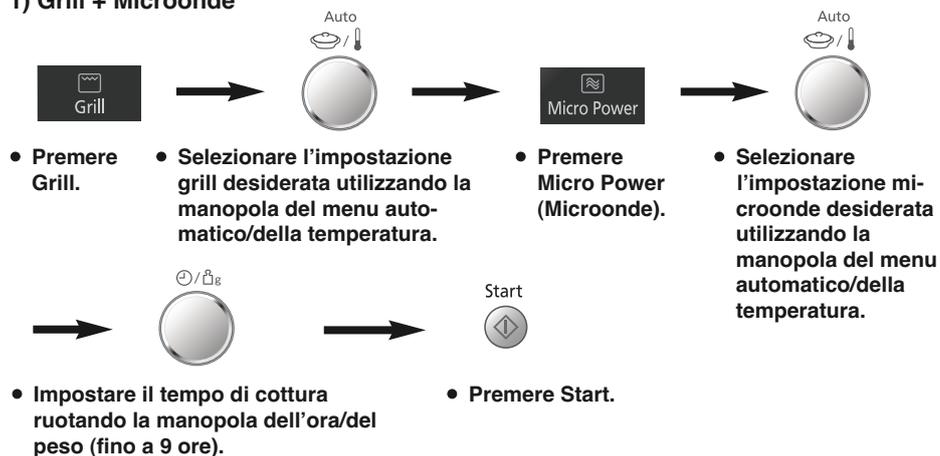
## Cottura combinata

Sono disponibili 6 combinazioni: 1) Grill + Microonde, 2) Convezione + Microonde, 3) Grill + Convezione + Microonde, 4) Grill + Microonde + Vapore, 5) Convezione + Microonde + Vapore, 6) Grill + Convezione + Microonde + Vapore. Per la cottura combinata il livello di potenza del microonde 1000 W non è disponibile perché con tale potenza il cibo si cuocerebbe senza dorarsi.

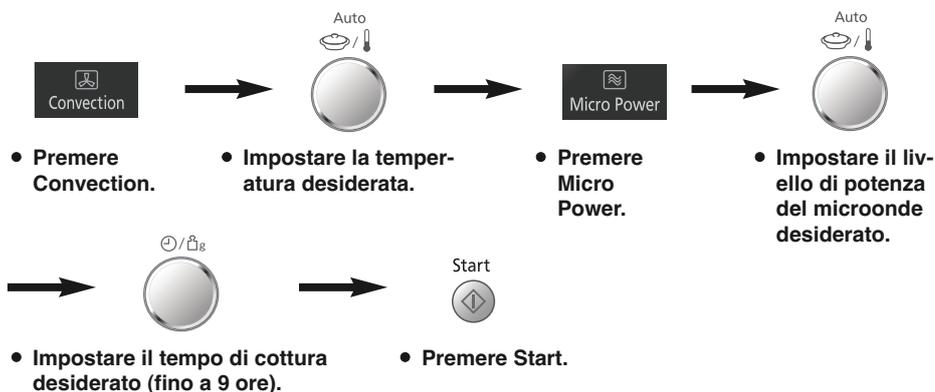
### Utilizzare l'accessorio:



### 1) Grill + Microonde

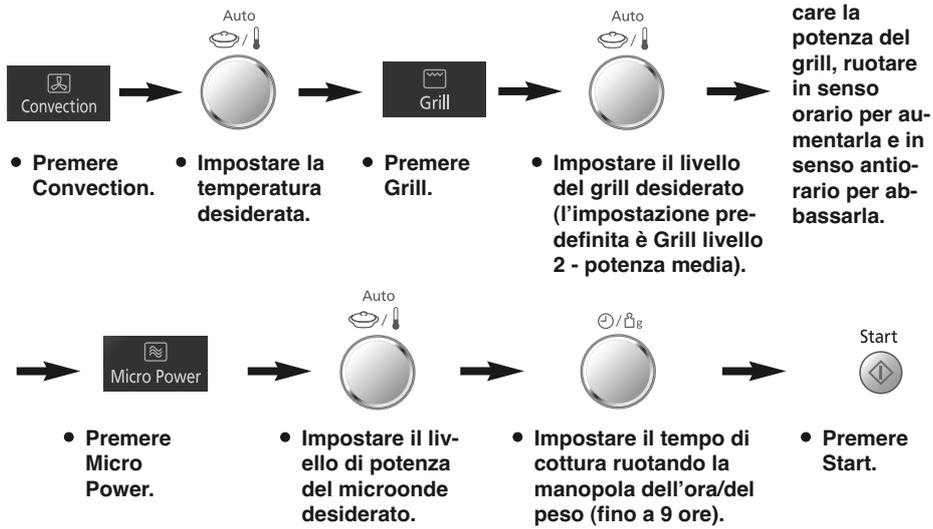


### 2) Convezione + Microonde

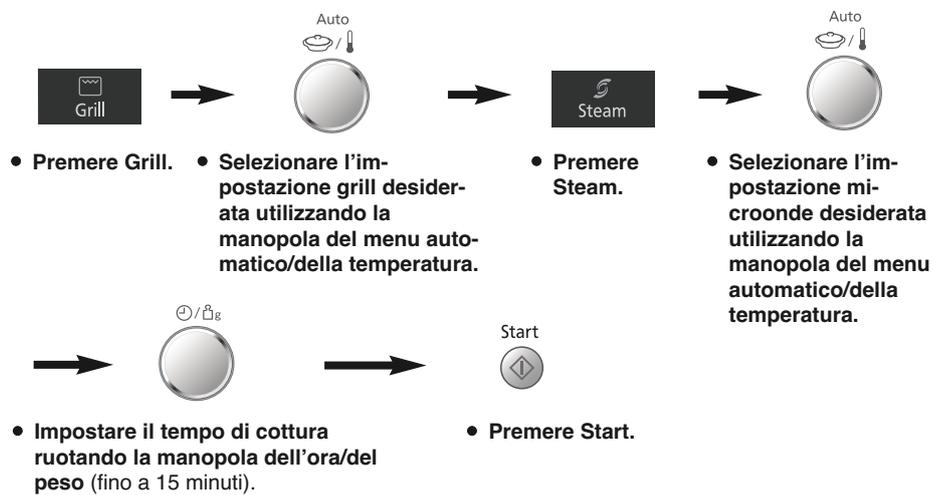


## Cottura combinata

### 3) Convezione grill + Microonde

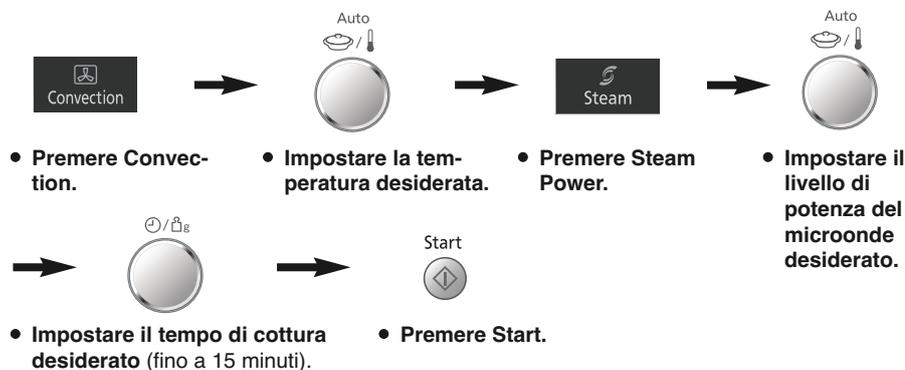


### 4) Grill + Vapore + Microonde

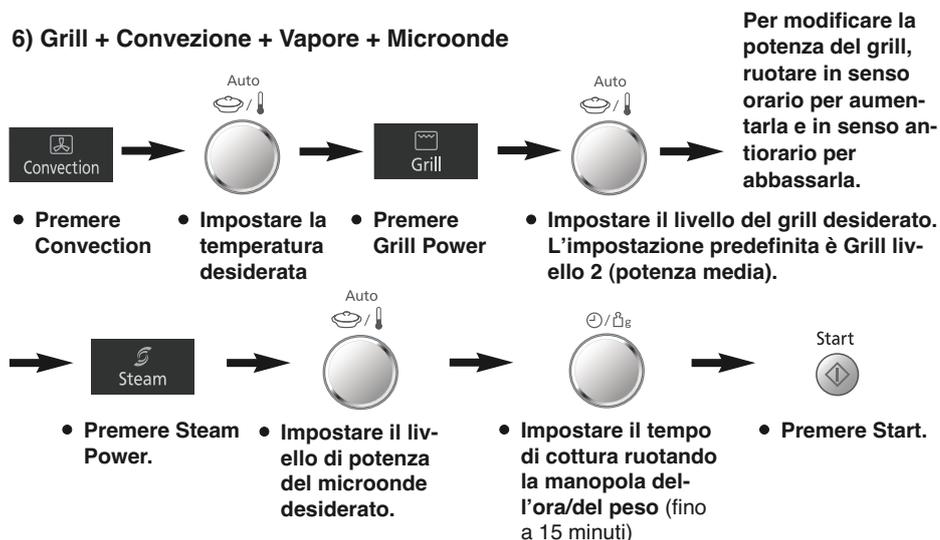


## Cottura combinata

### 5) Convezione + Vapore + Microonde



### 6) Grill + Convezione + Vapore + Microonde



#### NOTA SUL PRERISCALDAMENTO:

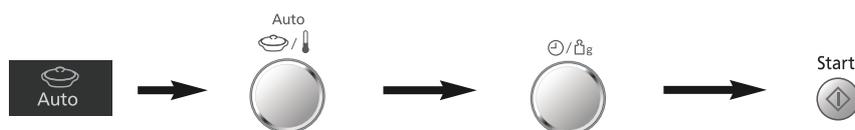
con la cottura in modalità COMBINAZIONE è possibile preriscaldare il forno. Premere Start prima di impostare il tempo di cottura, quindi seguire la nota della sezione Preriscaldamento.

#### NOTA:

1. Se il tempo di cottura è inferiore a 1 ora, verrà conteggiato secondo dopo secondo.
2. Se invece supera l'ora, verrà conteggiato in minuti fino a 1H 00, poi verranno indicati minuti e secondi e riprenderà il conteggio in secondi.
3. Se necessario, è possibile aumentare il tempo durante la cottura. Per eseguire questa operazione, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo viene aumentato con incrementi di 1 minuto fino al tempo di cottura massimo. Il tempo massimo per la cottura con combinazione vapore e microonde è 15 minuti.
4. È possibile richiamare e modificare la temperatura selezionata anche dopo aver premuto Start. Premere Convection una volta per richiamare la temperatura sul display e modificarla ruotando la manopola del menu automatico/della temperatura.

## Scongelamento automatico

Questa funzione consente di scongelare i surgelati in base al loro peso. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria.



- Premere il programma di pesatura automatico.
- Ruotare la manopola del menu automatico/della temperatura per selezionare il programma di scongelamento automatico desiderato.
- Impostare il peso dell'alimento surgelato utilizzando la manopola dell'ora/del peso.
- Premere Start. Sul display vengono indicati l'accessorio da utilizzare e le modalità di cottura utilizzate.

Numero programma	Categoria	Peso consigliato	Accessori	Istruzioni
*Ωa	Carni scongelate **	200 - 1200 g	-	Piccoli tranci di carne, scaloppine, salsicce, filetti di pesce, bistecche, spezzatino (ognuno da 100 a 400 g). Girare all'emissione dei segnali acustici.
*Ωb	Tranci di carne scongelati **	400 - 2000 g	-	Grossi pezzi di carne, tranci, pollo intero. Collocare su una sottocoppa con il fondo rivolto verso l'altro e girare quando vengono emessi i segnali acustici.
*Ωc	Pane scongelato **	50 - 500 g		Riscaldamento di pane surgelato, panini e croissant. Girare all'emissione dei segnali acustici.

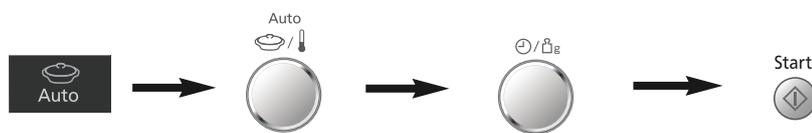
### NOTA:

1. Se lo scongelamento richiede più di 60 minuti, il tempo viene visualizzato in ore e minuti.
2. La quantità di cibo ospitata nel forno dipende dalla forma e dalla dimensione della pietanza.
3. Lasciare a riposare la pietanza per farla scongelare completamente.

## Programmi di pesatura automatici

Questa funzione consente di cuocere molti cibi solo impostando il peso. Il forno, infatti, imposta automaticamente il livello di potenza del grill, l'impostazione grill, la temperatura di convezione, la funzione vapore e il tempo di cottura. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria. Impostare solo il peso dell'alimento, ovvero il peso al netto dell'acqua di cottura o del contenitore.

### Ad esempio:

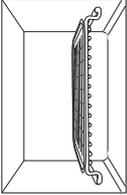
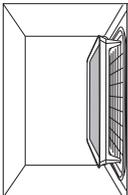


- Premere il programma di pesatura automatico.
- Ruotare la manopola del menu automatico/della temperatura per selezionare il programma desiderato.
- Impostare il peso dell'alimento utilizzando la manopola dell'ora/del peso.
- Premere Start. Sul display vengono indicati l'accessorio da utilizzare e le modalità di cottura utilizzate.

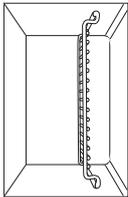
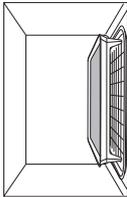
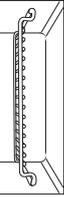
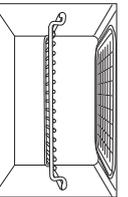
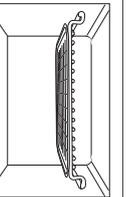
### NOTA:

1. Quando la cottura richiede più di 60 minuti, il tempo viene visualizzato in ore e minuti.
2. Vedere le tabelle riportate nelle pagine seguenti per conoscere il peso e gli accessori raccomandati.

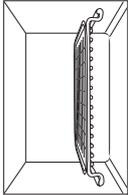
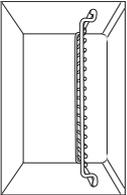
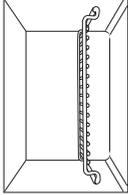
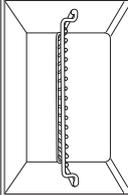
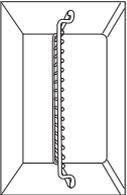
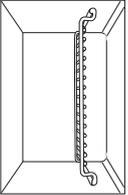
## Programmi di pesatura automatici

Numero programma	Categoria	Peso consigliato	Accessori	Istruzioni
4	<b>Cottura di verdure fresche</b>	200 -1300 g	—	Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare la verdura precedentemente sbucciata, tagliata e lavata in un contenitore per forno a microonde. Aggiungere 3 cucchiai d'acqua e coprire con un coperchio o con pellicola forata. Mescolare all'emissione del segnale acustico.
5	<b>Verdure al forno</b>	400 - 800 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Questo programma è adatto per rape e simili, patate dolci, zucchine, funghi, cipolle, melanzane e peperoni. Sbucciare e tagliare la verdura a cubetti. Aggiungere 2 o 3 cucchiai d'olio, distribuire uniformemente il tutto sul Vassoio di vetro, infornare sul ripiano con griglia, nella posizione più bassa. Girare o mescolare due volte durante la cottura quando vengono emessi i segnali acustici.
6	<b>Cottura pesce fresco</b>	200 - 800 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare i filetti di pesce su un treppiedi di plastica e infornare sul Vassoio di vetro. Programma non adatto per tranci di pesce con lisca centrale. Può essere utilizzato, invece, per pesci interi che non superano i 200 g ciascuno.
7	<b>Riso</b>	100 - 300 g	—	Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Aggiungere una quantità d'acqua 2 volte e mezzo superiore al riso. Non scaldare eccessivamente. Selezionare solo il peso del riso. Mescolare all'emissione del segnale acustico. Questo programma è per il riso a grani lunghi. Non è adatto al riso nero o grezzo. Aggiungere una noce di burro a fine cottura, lasciare a riposare per 5 minuti, quindi mescolare con una forchetta.
8	<b>Budino di riso</b>	300 - 1200 g	—	Per preparare il budino di riso. Per 4 porzioni: 200 g di riso per budini, 1 l di latte, 1 cucchiaino di sale. Versare il riso e il latte in una ciotola grande per cottura a microonde. Mescolare all'emissione del segnale acustico. Aggiungere il sale per far addensare il budino. Per 2 porzioni: 100 g di riso per budini, 1/2 l di latte, 1/2 cucchiaino di sale. Seguire le istruzioni della ricetta precedente per 4 porzioni.

## Programmi di pesatura automatici

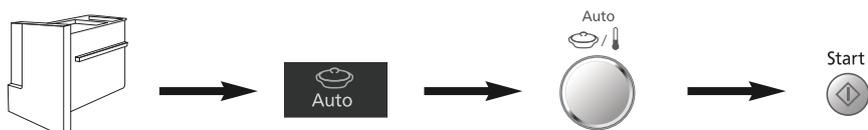
Numero programma	Categoria	Peso consigliato	Accessori	Istruzioni
9	<b>Cottura patate</b>	200 - 1000 g	—	Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare le patate ben lavate ma non sbucciate in un contenitore per forno a microonde. Aggiungere 3 cucchiaini d'acqua e coprire con un coperchio o con pellicola forata. Girare all'emissione del segnale acustico.
10	<b>Patate al forno</b>	200 - 1500 g		Per preparare patate in camicia con una buccia più croccante. Per risultati ottimali, utilizzare patate di dimensioni medie (200-250 g). Lavare e asciugare le patate, quindi praticarvi più volte dei fori con la forchetta. Collocare sul ripiano con griglia nella posizione più bassa. Selezionare il programma 4, impostare il peso totale delle patate, quindi premere START.
11	<b>Filetto di pollo arrostito</b>	200-800 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare i filetti di pollo su un treppiedi di plastica e informare sul Vassoio di vetro. Girare all'emissione del segnale acustico. Condire a fine cottura. Programma adatto anche per cuocere scaloppine di tacchino, ma non filetti interi.
12	<b>Pollo intero</b>	900 -1690 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare un pollo intero fresco in un piatto resistente al calore, informare sul ripiano con griglia nella posizione più bassa oppure sul fondo del forno (a seconda delle dimensioni del pollo). Girarlo al segnale acustico. Al termine della cottura, condire e lasciare riposare per 10 minuti fuori dal forno, quindi tagliare a piacere. Programma adatto per arrostitire pollo, faraona e anatra. Non adatto, invece, per il tacchino intero.
		1700 - 2000 g		
13	<b>Pezzi di pollo arrostito</b>	200 - 1000 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Sistemare le porzioni di pollo con osso direttamente sul ripiano con griglia nella posizione più alta. Collocare un Vassoio di vetro sotto per raccogliere il liquido. Programma non adatto per cuocere cosce di tacchino.
14	<b>Maiale arrostito</b>	700 - 1800 g		Controllare il livello dell'acqua nel serbatoio. Collocare il maiale con la parte più grassa rivolta verso il basso in un Vassoio di vetro sul ripiano con griglia nella posizione più bassa. Condire prima della cottura. Girare all'emissione del segnale acustico. Lasciare riposare per 10 minuti, quindi tagliare. Programma non adatto per arrosti con l'osso o ripieni.

## Programmi di pesatura automatici

Numero programma	Categoria	Peso consigliato	Accessori	Istruzioni
15	<b>Agnello arrosto</b>	1500 - 2500 g		Sistemare il cosciotto o la spalla d'agnello con l'osso in un piatto resistente al calore, informare sul ripiano con griglia nella posizione più bassa (o appoggiare l'alimento direttamente sul ripiano con griglia se si desidera separare la carne dai propri liquidi). Girare all'emissione del segnale acustico. Condire e lasciare riposare per 10 minuti fuori dal forno, quindi tagliare a piacere. Programma non adatto per arrosto d'agnello disossato o ripieno.
16	<b>Gratin fresco</b>	500 - 1500 g		Programma adatto per lasagne fatte in casa o congelate e acquistate in negozio. Collocare le lasagne in un Vassoio di vetro sulla griglia di metallo in una posizione bassa.
17	<b>Gratin surgelato</b>	300 - 1000 g		Riscaldare piatti gratinati come lasagne, moussaka, cannelloni, tortini, pasta al forno e così via. Rimuovere il cellophane, sistemare in un piatto resistente al calore e informare sul ripiano con griglia nella posizione più bassa. Lasciare riposare da 2 a 5 minuti e controllare la temperatura prima di servire perché queste pietanze non possono essere mescolate.
18	<b>Pizza refrigerata</b>	150 - 590 g		Riscaldare le pizze fresche refrigerate. Appoggiare la pizza, privata del cellophane, sul ripiano con griglia nella posizione più alta. Programma non adatto per pizze alte o pizze crude.
19	<b>Pizza surgelata</b>	150 - 590 g		Riscaldare pizze precotte surgelate. Appoggiare la pizza, privata del cellophane, sul ripiano con griglia nella posizione più alta. Programma non adatto per pizze alte o crude. Adatto, invece, per calzoni. Controllare la pietanza negli ultimi minuti per evitare che si bruci.
20	<b>Quiche surgelata</b>	150 - 400 g		Riscaldare quiche precotte surgelate. Appoggiare la quiche, privata del cellophane, sul ripiano con griglia nella posizione più bassa. Programma non adatto per torte salate a doppia crosta o quiche crude.

## Programmi di pulizia

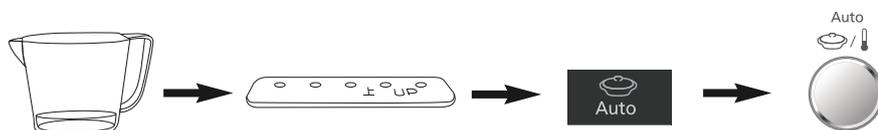
Numero programma	Programma	Istruzioni
21	Pulizia assistita	Con questo programma viene liberato vapore all'interno del forno per eliminare i depositi di unto e staccare i residui di cibo agevolando la pulizia del forno.



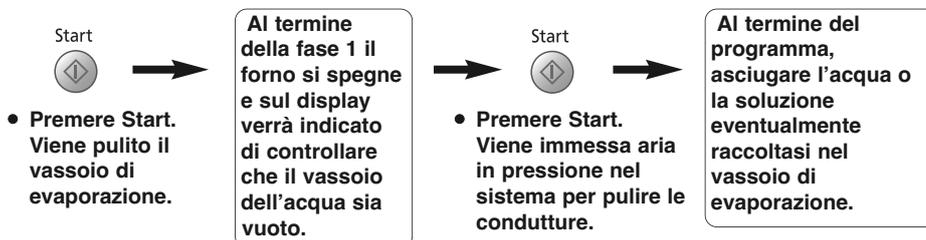
- Riempire il serbatoio dell'acqua.
- Premere Auto (Auto).
- Ruotare la manopola del menu automatico per selezionare il programma 21.
- Premere Start.

Numero programma	Programma	Istruzioni
22	Pulizia del sistema	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nella prima fase del programma viene pulito il vassoio di evaporazione.</li> <li>2. Nella seconda fase viene immessa aria in pressione nel sistema per pulire le condutture. Durante questa operazione, il serbatoio dell'acqua deve essere vuoto.</li> </ol>

Si consiglia di utilizzare il programma di pulizia del sistema una volta ogni due mesi. In caso di uso frequente, pulire quando necessario.



- Preparare una soluzione con 2g di acido citrico in 20 g d'acqua.
- Versarla sul vassoio di evaporazione, sulla parte posteriore del forno.
- Premere Auto.
- Ruotare la manopola del menu automatico per selezionare il programma 22.



## Cottura con avvio differito

Utilizzando il pulsante Timer, è possibile programmare una cottura con avvio differito.

**Ad esempio:**



- Premere Timer.
- Impostare l'intervallo di differimento ruotando la manopola dell'ora/del peso (fino a 9 ore).
- Impostare il programma e il tempo di cottura richiesti.



- Premere Start.

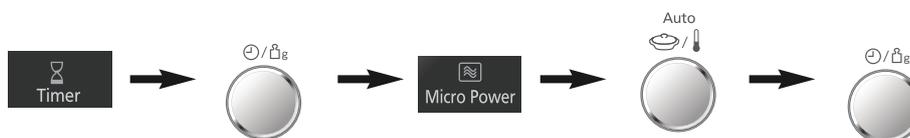
### NOTA:

1. È possibile programmare una cottura in tre fasi che includa la modalità di cottura con avvio differito.

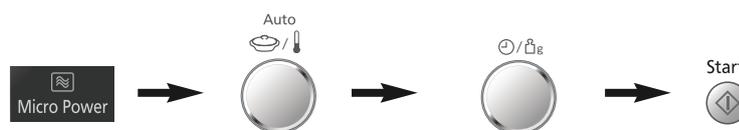
**Ad esempio:**

**Avvio differito: 1 ora**

**Potenza MAX: 10 min.**



**Potenza 250 W: 20 min.**



2. Se l'intervallo di tempo programmato è superiore a un'ora, il tempo di cottura viene conteggiato in minuti. Se l'intervallo programmato è inferiore a un'ora, il tempo di cottura viene conteggiato in secondi.
3. L'avvio differito non può essere programmato prima dei programmi automatici.

## Tempo di attesa

Il pulsante di differimento/attesa può essere utilizzato per programmare il tempo di attesa dopo che la cottura è stata completata oppure per programmare il forno come un timer a minuti.

**Ad esempio:**



- Impostare il programma e il tempo di cottura richiesti.

- Premere Timer.



- Impostare il tempo desiderato ruotando la manopola dell'ora/del peso (fino a 9 ore).

- Premere Start.

### NOTA:

1. È possibile programmare una cottura in tre fasi che includa la modalità di cottura con avvio differito.

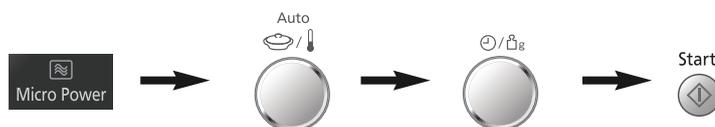
**Ad esempio:**

**Potenza MAX: 4 min.**

**Tempo di attesa: 5 min.**



**Potenza MAX: 2 min.**



2. Se si apre lo sportello del forno durante l'intervallo di attesa o mentre è in funzione il timer a minuti, il tempo di cottura visualizzato nella finestra del display continuerà a essere conteggiato.
3. Questa funzione può essere usata anche come un timer. In tal caso, premere Timer, impostare il tempo e premere il pulsante di avvio.

## Domande e risposte

<b>D:</b> Perché il forno non si accende?	<b>R:</b> Se il forno non si accende, controllare i seguenti punti: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La spina è inserita correttamente? Estrarre la spina dalla presa, aspettare 10 secondi e reinserirla.</li> <li>2. Controllare l'interruttore di circuito e il fusibile. Reimpostare l'interruttore di circuito o sostituire il fusibile se è saltato o bruciato.</li> <li>3. Se, invece, questi elementi sono intatti, provare a inserire nella presa un altro elettrodomestico. Se questo funziona, il problema riguarda probabilmente il forno. Se non funziona, il problema riguarda probabilmente la presa. Nel primo caso, contattare un centro autorizzato.</li> </ol>
<b>D:</b> Il forno a microonde causa interferenze nel televisore. È normale?	<b>R:</b> Durante la cottura con la modalità microonde, possono verificarsi alcune interferenze nel televisore o nella radio. Tali disturbi sono simili a quelli causati da piccoli elettrodomestici quali mixer, aspirapolvere, e così via. Non segnalano, tuttavia, alcun problema del forno.
<b>D:</b> Il forno non accetta il programma immesso. Perché?	<b>R:</b> Il forno è progettato per non accettare programmi errati. Ad esempio, dopo l'avvio differito, il forno non consente di impostare né una quarta fase né un programma di pesatura automatico.
<b>D:</b> A volte fuoriesce dell'aria calda dagli sfiati del forno. Perché?	<b>R:</b> Il calore prodotto durante la cottura surriscalda l'aria all'interno del forno. Questa viene espulsa dagli sfiati, ma non contiene microonde. Non ostruire mai gli sfiati durante la cottura.
<b>D:</b> Durante la cottura in modalità COMBINAZIONE, si avvertono ronzii e scatti provenienti dal forno. Qual è la causa?	<b>R:</b> Questi rumori vengono prodotti quando il forno passa automaticamente dalla modalità microonde a CONVEZIONE/GRILL dell'impostazione prescelta. È normale.
<b>D:</b> Durante la funzione vapore, si sente un ronzio.	<b>R:</b> Significa che la pompa dell'acqua è in funzione.
<b>D:</b> È possibile controllare la temperatura preimpostata durante la cottura o durante il preriscaldamento in modalità CONVEZIONE?	<b>R:</b> Sì. Premere Convection e la temperatura del forno verrà visualizzata sul display per 2 secondi.
<b>D:</b> È possibile cucinare dei buoni piatti in modalità CONVEZIONE/GRILL?	<b>R:</b> Sì. È possibile preparare qualsiasi ricetta, proprio come con i forni convenzionali. Per consigli sulle temperature e sui tempi di cottura, vedere il nostro ricettario.
<b>D:</b> Sul display viene visualizzata una D e il forno non scalda. Perché?	<b>R:</b> Indica che nel forno è stata impostata la modalità dimostrativa, ovvero la tipica modalità da negozio. Disattivare, quindi, questa modalità premendo una volta il pulsante Micro Power, e 4 volte il pulsante di arresto/annullamento.

## Domande e risposte

- 
- D:** È possibile utilizzare un termometro per forno convenzionale nel forno a microonde?  
**R:** Solo in modalità CONVEZIONE/GRILL. Il metallo di alcuni termometri, infatti, potrebbe causare archi elettrici e non deve quindi essere utilizzato con le modalità MICROONDE e COMBINAZIONE.
- 
- D:** Quando si utilizzano le funzioni CONVEZIONE, COMBINAZIONE e GRILL, il forno produce fumo e uno strano odore. Perché?  
**R:** Dopo aver utilizzato il forno varie volte, si consiglia di pulirlo e azionarlo senza inserire alimenti né accessori in modalità CONVEZIONE 250°C per 20 minuti. In questo modo il calore consumerà i depositi di cibo e unto che potrebbero essere alla base dello strano odore e del fumo.
- 
- D:** Il forno interrompe la cottura come forno microonde e sul display viene visualizzato il codice 'H97' o 'H98'. Perché?  
**R:** Il display segnala un problema al sistema di generazione delle microonde. Si prega di contattare un Centro servizi autorizzato.
- 
- D:** Il forno interrompe la cottura in modalità microonde e sul display viene visualizzato "H00".  
**R:** Il display segnala un problema al sistema di comunicazione delle microonde. Si prega di contattare un Centro assistenza autorizzato.
- 
- D:** Il forno non funziona e sul display non appare nulla, neppure dopo aver scollegato e ricollegato la spina alla corrente.  
**R:** E' impostata la modalità di risparmio energetico: per annullarla, aprire lo sportello del forno.
- 
- D:** Il pannello di controllo non risponde.  
**R:** Il forno è in modalità Stand-by. Aprire lo sportello per collegarlo.
- 
- D:** Durante il funzionamento l'apparecchio si arresta e il display non mostra alcuna informazione.  
**A:** Scollegare e ricollegare l'apparecchio alla presa di corrente. Se il forno smette nuovamente di funzionare e lo schermo non mostra alcuna informazione, c'è un problema all'apparecchio. Contattare un Centro servizi autorizzato.
-

## Cura del forno

1. Spegner il forno prima di procedere con la pulizia.
2. Mantenere puliti la parte interna del forno, le guarnizioni dello sportello e le zone circostanti. Quando gli schizzi di cibo o di liquidi aderiscono a queste parti, rimuovere con un panno umido. Se l'unto è ostinato, utilizzare un detergente neutro. Si sconsiglia l'impiego di detersivi aggressivi o abrasivi.  
**NON UTILIZZARE I PRODOTTI SPECIFICI PER LA PULIZIA DEL FORNO CHE SI TROVANO IN COMMERCIO.**
3. Non utilizzare detersivi abrasivi o raschietti di metallo appuntiti per pulire il vetro del forno in quanto possono graffiare la superficie e, di conseguenza, danneggiare il vetro.
4. Pulire la superficie esterna con un panno umido. Per non danneggiare le parti operative che si trovano all'interno del forno, non lasciare che penetri acqua nelle aperture di ventilazione.
5. Per pulire il pannello di controllo, adoperare un panno morbido e asciutto. Non utilizzare detersivi aggressivi o abrasivi. Quando si pulisce questa zona, lasciare aperto lo sportello per evitare di azionare il forno accidentalmente. Al termine, premere STOP/CANCEL per azzerare il display.
6. Se si accumula del vapore all'interno o all'esterno dello sportello, asciugare con un panno umido. Questo può succedere quando l'umidità della stanza è elevata e non è assolutamente un indice di malfunzionamento dell'unità.
7. Lavare il Vassoio di vetro con acqua tiepida e sapone oppure in lavastoviglie.
8. Lavare il serbatoio con acqua tiepida una volta alla settimana.
9. Pulire regolarmente il fondo del forno. È sufficiente lavare la superficie inferiore interna con acqua calda e un detergente neutro, quindi asciugare con un panno asciutto.
10. La parete posteriore interna del forno presenta un rivestimento catalitico, perciò non serve pulire questa zona.
11. Con la cottura in modalità GRILL, CONVEZIONE o COMBINAZIONE, è inevitabile che si depositino degli schizzi d'unto sulle pareti del forno. Se l'apparecchio non viene pulito di tanto in tanto, potrebbe emettere del fumo.
12. Per la pulizia assistita e i programmi di pulizia del sistema, vedere pagina 36.
13. Al termine della cottura con la funzione vapore, asciugare l'eventuale condensa formata nel forno. Per evitare di ustionarsi, non avvicinarsi alle superfici incandescenti e all'acqua calda della vaschetta del vapore.
14. Quando si cucina, un pò di vapore può essere dissipato nel retro della camera di convezione attraverso i buchi di aria calda nella cavità posteriore. Si raccomanda di utilizzare la funzione di convezione periodicamente per mantenere la parte posteriore della camera di cottura asciutta.
15. Non utilizzare getti di vapore per pulire il forno.
16. Gli interventi di manutenzione dovranno essere eseguiti solo da personale qualificato. Per la manutenzione e la riparazione del forno, contattare il rivenditore autorizzato più vicino.
17. Mantenere gli sfiati sempre liberi da ostruzioni. Controllare che polvere o altro materiale L'ostruzione degli sfiati causa il surriscaldamento del forno, pregiudicandone il funzionamento e causando una situazione potenzialmente pericolosa.
18. Se il forno non viene tenuto pulito, le superfici si deteriorano, l'apparecchio durerà meno e potrebbe diventare pericoloso.

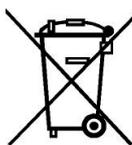
## Specifiche tecniche

	Alimentazione:	230 V, 50 Hz
Consumo energetico:	Massimo	2050 W
	Microonde	1100 W
	Grill	1400 W
	Convezione	1450 W
	Microonde e Vapore	2050 W
Potenza:	Microonde	1000 W (IEC 60705)
	Riscaldamento grill	1350 W
	Riscaldamento convezione	1400 W
	Riscaldamento vapore	1000 W
	Ingombro esterno:	523 (lung.) x 494 (prof.) x 320 (alt.) mm
	Dimensioni interne:	354 (lung.) x 343 (prof.) x 205 (alt.) mm
	Peso netto:	18,5 kg
	Rumorosità:	56 dB

Le specifiche possono essere modificate senza preavviso.

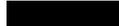
Questo apparecchio è conforme allo standard europeo EN 55011 sul radiodisturbo degli apparecchi industriali e rientra nei limiti del gruppo 2, classe B di tale standard. Il gruppo 2 indica che la radiofrequenza viene prodotta intenzionalmente in forma di radiazione elettromagnetica per il riscaldamento dei cibi. Per classe B, invece, si intende che questo prodotto può essere utilizzato nei comuni ambienti domestici.

### Informazioni per gli utenti sullo smaltimento di materiale elettrico ed elettronico (privati)



Questo simbolo apposto sul prodotto e/o sui documenti di accompagnamento sta a indicare che i prodotti elettrici ed elettronici devono essere smaltiti separatamente dai rifiuti domestici in generale.

Per un trattamento, un recupero e un riciclaggio appropriati, portare questi prodotti in un centro di raccolta specifico, nel quale verranno ritirati gratuitamente. In alternativa, in certi Paesi è possibile restituire il prodotto al rivenditore locale in cambio dell'acquisto di un apparecchio nuovo equivalente.



Un corretto smaltimento di questi rifiuti riduce lo spreco di risorse non rinnovabili e impedisce potenziali effetti negativi sull'uomo e sull'ambiente che potrebbero

derivare da una gestione impropria dei rifiuti. Per ulteriori informazioni sul punto di raccolta più vicino, contattare le autorità locali competenti.

Ogni smaltimento inidoneo di questi rifiuti potrà essere perseguito penalmente, in base alla legislazione locale.

### Per le aziende nell'Unione Europea

Per ulteriori informazioni sullo smaltimento di apparecchi elettrici ed elettronici, contattare il proprio rivenditore o fornitore.

### Informazioni sullo smaltimento in Paesi non appartenenti all'Unione Europea

Questo simbolo è valido solo entro i confini dell'Unione Europea.

Per informazioni sul corretto smaltimento di questo prodotto, contattare le autorità locali o il proprio rivenditore.

Ai sensi della direttiva 2004/108/CE, articolo 9(2)

Panasonic Testing Centre

Panasonic Marketing Europe GmbH, Winsbergring 15, 22525 Amburgo, Germania

Prodotto da Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.,  
888, 898 Longdong Road, Pudong, Shanghai, 201203, Cina.

## **INVERTER**

---

### **Il segreto sta nella tecnologia dell'invertitore**

La tecnologia dell'invertitore per i forni a microonde è stata sviluppata da Panasonic nell'arco di un periodo di più di 10 anni. Si tratta della tecnologia chiave per creare un tipo di forno a microonde veramente particolare, dotato di diverse qualità speciali:

- È il primo forno creato a livello industriale che controlla la quantità di energia a microonde in modo lineare. Questo nuovo sistema di distribuzione consente di cuocere e scongelare alimenti senza che perdano il loro gusto.
- Il forno produce un'efficiente conversione dell'energia elettrica in energia a microonde, riducendo al minimo il consumo energetico ma senza compromettere la potenza delle microonde.
- La tecnologia consente un forte ingrandimento della cavità del forno, anche nel caso di un forno a corpo compatto, grazie alle dimensioni ridotte del circuito dell'invertitore, che sostituisce l'attuale massiccio trasformatore.
- Infine, al termine del ciclo di vita del prodotto, il mancato utilizzo di massicci trasformatori in ferro rende ecologico il processo di riciclaggio dei forni rottamati.

### **Steam PLUS**

La funzione vapore migliora la cottura e il riscaldamento di molti alimenti, come pesci, carni bianche, pollame, vegetali, riso, patate e torte. Non solo essa consente di cuocere alimenti nutrienti e salutari, ma aumenta la fragranza naturale e il tasso di umidità di molti alimenti.

## Sommario

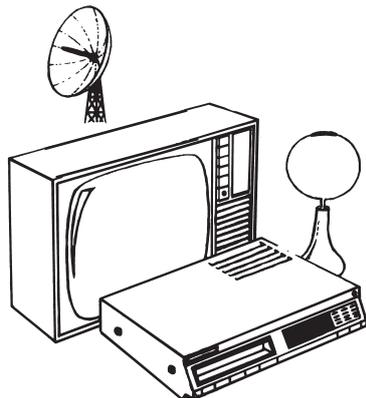
Principi di funzionamento delle microonde .....	45-46
Guida rapida ai recipienti per la cottura .....	47-50
Linee guida generali .....	51-54
Linee guida per lo scongelamento .....	55
Suggerimenti per lo scongelamento .....	56
Tabella di scongelamento per latticini .....	57
Tabella di scongelamento per frutta .....	58
Scongelamento e cottura delle verdure .....	59
Riscaldamento .....	60
Suggerimenti per la cottura a microonde .....	61-69
Cottura per convezione/tradizionale .....	70
Cottura sul grill/cottura sul grill per convezione ... ..	71
Cottura combinata .....	72-66
Tabella dei tempi di cottura dei contorni e dei piatti a base di cereali .....	67-71
Linee guida per l'utilizzo delle ricette contenute nel manuale .....	72-74

### Ricette

Antipasti .....	75-80
Verdure .....	81-86
Pesce .....	87-92
Carne e pollame .....	93-98
Salse .....	99-104
Dessert .....	105-110
Indice delle ricette .....	111

## Principi di funzionamento delle microonde

L'energia a microonde è stata utilizzata per cucinare e riscaldare alimenti fin dall'epoca dei primi esperimenti con il radar. In effetti, le microonde sono sempre presenti nell'atmosfera, sia in modo naturale che grazie a fonti create dall'uomo stesso. Le microonde create dall'uomo includono le onde radar, radio e televisive, i collegamenti delle telecomunicazioni e dei telefono cellulari. Se ci si attiene alle raccomandazioni di base e si mantiene pulito il forno, sarà possibile utilizzarlo in completa sicurezza.

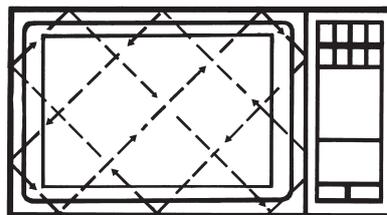


Molti anni fa si scoprì che uno degli effetti delle microonde è quello di fare VIBRARE le molecole di acqua molto rapidamente. Poiché tutti gli alimenti contengono acqua in misura più o meno grande, essi possono

venire riscaldati rapidamente tramite la frizione causata da questa vibrazione.

Il forno a microonde converte l'elettricità in microonde a livello del magnetron.

Le microonde vengono **RESPINTE** dal metallo, per cui esse rimbalzano dalle pareti e dal vetro dello sportello in metallo fino a raggiungere gli alimenti.



Le onde non contengono calore e passano attraverso il contenitore di cottura, cioè vengono trasmesse, fino ad essere **ASSORBITE** dalle molecole d'acqua e anche dalle particelle di zuccheri e di grassi contenute negli alimenti.

## Principi di funzionamento delle microonde



Le microonde possono penetrare solo fino a una profondità di 4-5 centimetri e, sotto forma di calore, si spandono negli alimenti per conduzione, come nei forni tradizionali, cioè la cottura degli alimenti avviene dall'esterno all'interno. Quando si spegne il forno a microonde, gli alimenti continuano a cuocere per conduzione - **NON A CAUSA DELL'ENERGIA DELLE MICROONDE.** Quindi, nella cottura a microonde, è molto importante il **TEMPO DI RIPOSO**, particolarmente per gli alimenti densi, come carne e torte, e per i pasti riscaldati. Durante la cottura, il recipiente utilizzato per cuocere o per riscaldare diventa caldo, perché il calore si trasmette ad esso dagli alimenti per conduzione. Anche nella cottura a microonde è necessario munirsi di guanti!

**LE MICROONDE NON PASSANO ATTRAVERSO IL METALLO, PER CUI NEL FORNO A MICROONDE NON SI POSSONO UTILIZZARE UTENSILI IN METALLO.**

Alimenti non adatti per la cottura a microonde  
 Sformati di uova,  
 Soufflé,  
 Alimenti friabili come torte salate,  
 bomboloni di pasticceria, ecc.

Poiché, per una cottura corretta, questi alimenti si affidano al calore esterno secco, non tentare di cuocerli con le microonde. Le uova non vanno cotte a microonde nel guscio, perché esploderebbero. Non è nemmeno possibile cuocere alimenti che richiedono una lunga frittura nel grasso.

### Accessori da utilizzare

Per la cottura a microonde, utilizzare sempre recipienti Pyrex o comunque adatti alle microonde oppure cuocere gli alimenti direttamente sulla piastra in ceramica.

**NON** utilizzare alcun accessorio in **METALLO**, in quanto ciò potrebbe causare la formazione di un arco voltaico e danneggiare il forno. Per i programmi di cottura combinata, utilizzare gli accessori indicati nelle tabelle del manuale di istruzioni.

# Guida rapida ai recipienti per la cottura

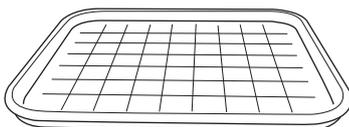
## Microonde

### Contenitori per la cottura

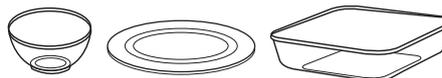
- Utilizzare semplici asciugamani bianchi da cucina solo per tempi di cottura brevi.  
NON utilizzare asciugamani da cucina a disegni.
- NON utilizzare piatti colorati con melamina.  
Utilizzare piatti di plastica solo se consigliati per l'uso con microonde.
- NON cuocere in contenitori di plastica alimenti con un'elevata percentuale di grassi o zuccheri o alimenti che richiedono un lungo tempo di cottura (come riso integrale o budini natalizi).
- Si possono utilizzare canestri di vimini solo per brevi tempi di riscaldamento - verificare che non abbiano impugnature in metallo.
- Fare attenzione ai recipienti in ceramica -  
NON utilizzarli se non sono completamente invetriati.
- Per la cottura NON utilizzare elementi in legno, in quanto si seccano e poi bruciano.



### Accessori del forno



Si possono usare anche piatti, pirofile o ciotole Pyrex® direttamente sulla piastra di ceramica.

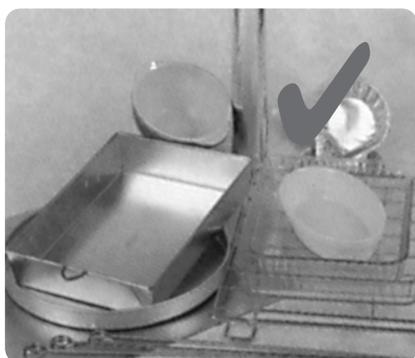


Non appoggiare il cibo direttamente sulla piastra di ceramica.

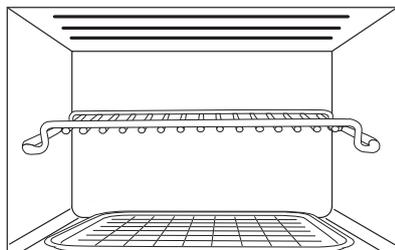
# Guida rapida ai recipienti per la cottura

## Grill

### Contenitori per la cottura



### Accessori del forno



## Guida rapida ai recipienti per la cottura

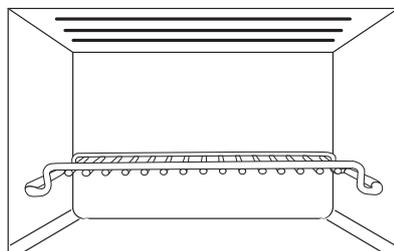
**Combinazione** (cottura a microonde insieme a cottura convenzionale - cottura sul grill o cottura per convezione e sul grill insieme).

### Contenitori per la cottura

- NON appoggiare alcun contenitore metallico direttamente sulla griglia di metallo - Tra i due utilizzare la base antiscintilla.
- Per le torte NON utilizzare contenitori a forma di molla.
- Per la cottura di pasticceria NON utilizzare piastre da torta smaltate.
- Se durante la cottura combinata si forma un arco voltaico, premere due volte il tasto Stop per annullare il programma, quindi continuare la cottura in sola modalità CONVEZIONE.
- NON utilizzare piatti con decorazioni in oro/argento, perché formano archi voltaici e la decorazione viene staccata dal piatto.



### Accessori del forno



Per ulteriori informazioni sulle modalità di cottura combinata, consultare il manuale di istruzioni.

# Guida rapida ai recipienti per la cottura

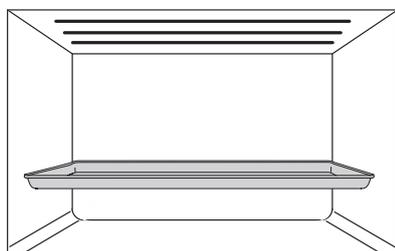
## Convezione

### Contenitori per la cottura



- Non utilizzare dei contenitori di plastica o salameite con la scritta "adatta per cottura" di 250°C.

### Accessori del forno



## Linee guida generali per cottura e riscaldamento a microonde

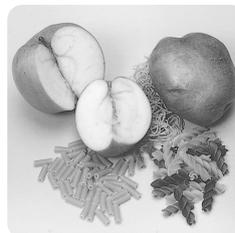
### Foratura

Durante la cottura la pelle o la membrana di alcuni alimenti provocano la formazione di vapore. Prima della cottura questi alimenti devono essere forati oppure è necessario togliere un pezzo della pelle per consentire al vapore di fuoriuscire. Uova, patate, mele, salsicce, ecc. devono essere forate prima della cottura. **NON TENTARE DI CUOCERE LE UOVA NEL GUSCIO.**



### Contenuto di umidità

Molti alimenti freschi, come le verdure e la frutta, hanno un contenuto di umidità diverso a seconda della stagione. Un esempio del genere sono le patate con la buccia. Per questo motivo è necessario variare i tempi di cottura nelle diverse stagioni dell'anno. Gli ingredienti secchi, come riso e pasta, possono diventare più secchi se conservati a lungo e i tempi di cottura possono essere diversi da quelli degli stessi alimenti acquistati di recente.



### Pellicola adesiva

Le pellicole adesive servono per conservare l'umidità degli alimenti e il vapore intrappolato in esse accelera i tempi di cottura. Tuttavia, per consentire la fuoriuscita del vapore in eccesso, prima della cottura è necessario forare tali pellicole. Quando si rimuove la pellicola adesiva da un piatto, è necessario prestare la massima attenzione, perché il vapore formatosi all'interno può essere molto caldo. Acquistare sempre pellicole adesive con la scritta "adatta per la cottura a microonde" e utilizzarle solo come copertura. Non avvolgere i piatti con pellicola adesiva.



Gli alimenti densi, ad esempio la carne, le patate con buccia e le torte, dopo la cottura necessitano di un **TEMPO DI RIPOSO** (dentro o fuori del forno), per consentire al calore di completare la cottura della parte centrale.

### Tempo di riposo

**PEZZI DI CARNE** - Lasciare riposare per 8-10 minuti. Avvolti in carta stagnola.

**PATATE CON BUCCIA** - Lasciare riposare per 5 minuti. Avvolte in carta stagnola.

**TORTE LEGGERE** - Lasciare riposare per 5 minuti prima di rimuoverle dal piatto.

**TORTE MOLTO DENSE** - Lasciare riposare per 15-20 minuti.

**Pesce** - Lasciare riposare per 2-5 minuti.

**Piatti di uova** - Lasciare riposare per 2-3 minuti.

**Alimenti precotti** - Lasciare riposare per 5 minuti.

**Pasti caldi nei piatti** - Lasciare riposare

per 2-5 minuti.

**VERDURE** - Le patate bollite possono essere lasciate riposare per 1-2 minuti, mentre gli altri tipi di vegetali possono essere portati in tavola immediatamente.

**SCONGELAMENTO** - Il tempo di riposo è essenziale per il completamento del processo. Esso può variare da 5 minuti (ad esempio per i lamponi) fino a un'ora per un pezzo di carne.

Se, dopo il **TEMPO DI RIPOSO**, l'alimento non viene cotto, rimetterlo nel forno e cuocerlo per altro tempo.

## Linee guida generali per cottura e riscaldamento a microonde

Microonde		Utilizzo della potenza del forno
Max	1000 W	Riscaldamento di pasti e salse, cottura di pesce, vegetali, salse, marmellate.
Min	270 W	Scongelamento di cibi congelati.
Medio	600 W	Arostitura di uova con salsa, riscaldamento di latte, cottura di pan di Spagna.
Basso	440 W	Pollo in casseruola, torte salate.
Cottura a fuoco lenta	250 W	Cottura di stufati e pasticci di carne o pesce, tortini di riso, torte alla frutta, creme pasticcere all'uovo.
Caldo	100 W	Ammorbidimento di gelati, burro, formaggi cremosi.



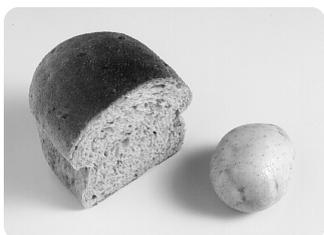
### Dimensioni del piatto

Attenersi alle dimensioni dei piatti fornite nelle ricette, perché esse influiscono sui tempi di cottura e di riscaldamento. Alimenti sparsi in un piatto grande vengono cotti e riscaldati più rapidamente.



### Quantità

Le piccole quantità si cuociono più rapidamente delle grosse quantità; inoltre, i piccoli pasti si riscaldano più velocemente delle grandi porzioni.



### Densità

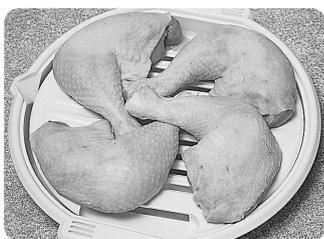
Gli alimenti porosi e arieggiati si riscaldano più rapidamente di quelli densi e pesanti.



### Forma

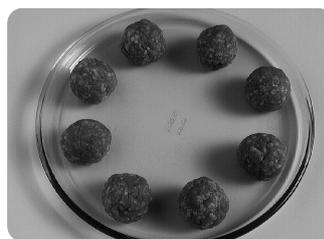
Le forme regolari si cuociono uniformemente. Gli alimenti si cuociono meglio nel microonde se sono inseriti in un contenitore rotondo invece che in uno quadrato.

## Linee guida generali per cottura e riscaldamento a microonde



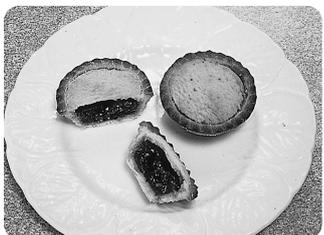
### Disposizione

I singoli alimenti, ad esempio le porzioni di pollo o di spezzatino, devono essere posizionati sul piatto in modo che le parti più spesse si trovino verso l'esterno.



### Spaziatura

Gli alimenti si cuociono più rapidamente e uniformemente se sono distanziati fra loro. **NON** impilare MAI gli alimenti uno sopra l'altro.



### Ingredienti

Gli alimenti contenenti grasso, zucchero o sale si riscaldano molto velocemente. Il ripieno si riscalda di più della crosta. Fare attenzione quando si mangia. Non riscaldare troppo, anche se sembra che la crosta non sia molto calda.



### Temperatura iniziale

Più freddo è l'alimento, più tempo impiega a riscaldarsi. Un alimento appena tolto dal frigorifero impiega più tempo a riscaldarsi di uno a temperatura ambiente.

## Linee guida generali per cottura e riscaldamento a microonde



### Copertura

Coprire gli alimenti con pellicola adesiva per microonde oppure con un coperchio adatto. Coprire pesce, verdure, pasticci, minestre\zuppe. Non coprire torte, salse, patate con buccia, pasticceria.



### Rivoltare e mescolare

Durante la cottura, alcuni alimenti devono essere mescolati. A metà cottura, carne e pollame devono essere rivoltati.



### Liquidi

Tutti i liquidi devono essere mescolati prima e durante il riscaldamento. Soprattutto l'acqua deve essere mescolata prima e durante il riscaldamento, per evitare la fuoriuscita dal recipiente. Non riscaldare liquidi che sono stati bolliti in precedenza. **NON SCALDARE ECCESSIVAMENTE.**



### Pulizia

Poiché le microonde agiscono sulle particelle di alimento, tenere sempre il forno pulito. Le macchie più ostinate di alimenti possono essere rimosse con un prodotto di marca per la pulizia dei forni, spruzzato su un panno morbido. Dopo la pulizia, ricordarsi di asciugare sempre il forno. Evitare le parti in plastica e l'area dello sportello.

## Linee guida per lo scongelamento



Il più grosso problema dello scongelamento di alimenti nel microonde è di scongelare la parte interna prima che quella esterna inizi a cuocere. Per questo motivo, Panasonic ha creato lo **SCONGELAMENTO CICLICO**, basta selezionare l'opzione scongelamento 270 W e impostare il tempo desiderato. Il forno divide il tempo indicato in 8 fasi. Le fasi alternano lo scongelamento (4 in

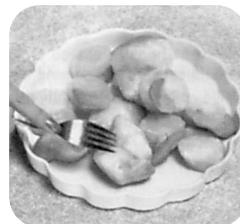
totale) e il riposo (4 in totale).

Durante le fasi di riposo, nel forno non viene immessa nessuna microonda, sebbene la luce rimanga accesa. I tempi di riposo automatico assicurano uno scongelamento più uniforme, e per gli alimenti più piccoli è anche possibile eliminare il normale tempo di riposo.

### Suggerimenti per lo scongelamento

#### **Carne tritata o cubetti di carne e frutti di mare**

Poiché la parte esterna di questi alimenti si scongela rapidamente, è necessario separarli, spezzare frequentemente i blocchi in pezzi durante lo scongelamento e rimuoverli dopo lo scongelamento.



#### **Piccole porzioni di alimenti**

Le porzioni di spezzatino e di pollo devono essere separate prima possibile, in modo che possano scongelarsi uniformemente. Le parti grasse alle estremità si scongelano più rapidamente. Posizionarle vicino al centro del piatto girevole oppure proteggerle.

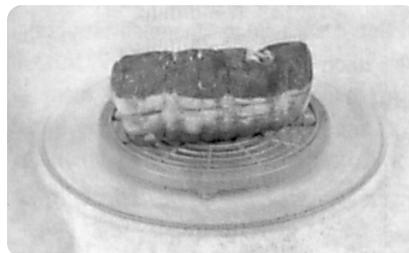


## Suggerimenti per lo scongelamento

Verificare il processo di scongelamento ogni tanto, anche se avete scelto il programma automatico, bispetare i tempi di riposo.

### Tempi di riposo

Le piccole porzioni di alimenti possono essere cotte quasi immediatamente dopo lo scongelamento (5 minuti di tempo di riposo per le bistecche, 15 minuti per frutta e pasticceria). È normale che le porzioni grandi rimangano congelate al centro. Prima della cottura, lasciare riposare per almeno un'ora. Durante il tempo di riposo, la temperatura si distribuisce uniformemente e l'alimento viene scongelato per conduzione. Nota: se non si deve cuocere subito l'alimento, riporlo nel congelatore. Non ricongelare mai un alimento scongelato senza prima averlo cotto.



### Tranci di carne e pollame

È preferibile disporre i tranci su una piastra rialzata o su una griglia in plastica, in modo che non riposino nel loro sugo. È essenziale proteggere le parti delicate o sporgenti di questo alimento con pezzetti di carta stagnola, per impedirne la cottura. Non è pericoloso utilizzare pezzetti di carta stagnola nel microonde, a patto che non entrino in contatto con le pareti del forno.



### Scongelamento automatico a peso

Questa funzione consente di immettere il peso in grammi dell'alimento e di lasciare che il forno selezioni il tempo corretto di scongelamento. Non utilizzare la funzione per alimenti porosi, come pane, torte, prodotti precotti, ecc.

Il sistema di scongelamento a invertitore utilizzato nei programmi di scongelamento automatico a peso usa una sequenza casuale di energia di microonde a impulso.

In questo modo si velocizza il processo di

scongelamento, consentendo uno scongelamento rapido e più uniforme. Per la selezione dei grammi, consultare il manuale di istruzioni. Durante il processo di scongelamento, il forno emette un segnale acustico per ricordare all'utente di controllare l'alimento, ad esempio per rivoltarlo, per proteggerlo o per distanziarne le parti, come mostrato sopra. Verificare lo scongelamento più volte, anche se si utilizzano i tasti automatici. Attenersi ai tempi di riposo.

## Tabella di scongelamento per i latticini

Alimenti	Quantità	Livello di potenza	Tempo di scongelamento	Tempo di riposo	Accessori	Raccomandazioni/ Suggerimenti
Formaggio a fette	125-150 g	** ●●	2 x 5 min.	10-15 min.	Vassoio	Girare una volta, separare le fette durante il tempo di riposo.
	400 g	** ●●	2 x 5 min.	15-20 min.	Vassoio	Girare una volta.
Formaggio fresco	250 g	** ●●	2 x 7 min.	10-15 min.	Ciotola	Rimuovere l'involucro, collocare il formaggio fresco in una ciotola per lo scongelamento.
	500 g	** ●●	2 x 10 min.	15-20 min.		
Burro	125 g	** ●●	2 x 2,5 min.	-	Vassoio	Rimuovere l'involucro, collocare su un piatto posto all'estremità della piaattforma girevole per alimenti.
	250 g	** ●●	2 x 3 min.	-		

## Tabella di scongelamento per frutta

Alimenti	Quantità	Livello di potenza	Tempo di scongelamento	Tempo di riposo	Accessori	Raccomandazioni
Mirtilli	300 g	** ☼☼	2 x 5-7 min.	5-10 min.	Ciotola	Mescolare una volta.
Lamponi	250 g	** ☼☼	2 x 5-7 min.	5-10 min.	Ciotola	Mescolare una volta.
Ribes	300 g	** ☼☼	2 x 7 min.	5-10 min.	Ciotola	Mescolare una volta.
More	300 g	** ☼☼	2 x 7 min.	10-15 min.	Ciotola	Mescolare una volta.
Ciliegie Prugne Albicocche	500 g	** ☼☼	2 x 8 min.	10-15 min.	Ciotola	Mescolare una volta.
Frutta mista	500 g	** ☼☼	2 x 10 min.	10-15 min.	Ciotola	Mescolare una volta.

## Scongelamento e cottura delle verdure

Alimenti	Quantità	Ingredienti	Livello di potenza/Ora
Broccoli	300 g	1 cucchiaino di burro, sale	600 W, 12-15 min.
Cavolini di Bruxelles	300 g	1 cucchiaino di burro, sale	600 W, 10-12 min.
Cavolfiore	600 g	1 cucchiaino di burro, sale, noce moscata	600 W, 12-15 min.
Fagioli	300 g	1 cucchiaino di burro, sale, noce moscata, spezie	600 W, 9-10 min.
Cavolo cappuccio rosso	450 g	1 cucchiaino di burro, sale	600 W, 15-17 min.
Spinaci	600 g	-	600 W, 20-22 min.
Pannocchie di mais	450 g	1 cucchiaino di burro, sale, 125 ml di acqua	600 W, 12-15 min.
Mais	300 g	-	600 W, 5-6 min.
Ratatouille	300 g	-	600 W, 10 min.

I tempi di cottura mostrati sono da considerare validi per le verdure surgelate a -18°C e hanno solo valore indicativo. Le verdure devono essere cotte in un piatto coperto. Si consiglia di rimescolare le verdure dopo la cottura e lasciarle riposare per 5 minuti fuori dal forno.

# Riscaldamento

Nei supermercati sono disponibili molti alimenti precotti. Si può anche desiderare di riscaldare alimenti cucinati a casa o avanzi. Si può farlo con tranquillità nel microonde; tuttavia, prima di servirli a tavola è necessario controllare attentamente gli alimenti, per vedere se non si sono scaldati troppo, come in un forno convenzionale.

È anche necessario conservare correttamente gli alimenti refrigerati da riscaldare.

## Come scegliere il metodo di riscaldamento

Il metodo di riscaldamento, cioè solo a microonde o combinato, dipende dal tipo di alimento da riscaldare. Nel caso di alimenti che non richiedano doratura o gratinatura, riscaldare con sole microonde. Nel caso di alimenti che richiedano doratura e gratinatura, riscaldare con il metodo combinato.

## Tempi di riscaldamento

Ecco le tabelle di riscaldamento per il metodo a sole microonde e per il metodo combinato: le tabelle forniscono tempi SOLO indicativi, perché i tempi corretti dipendono dal peso dell'alimento, dalle dimensioni del piatto utilizzato e dalla temperatura iniziale.

## Che fare se l'alimento da riscaldare non figura nelle tabelle?

Non è possibile testare tutti gli alimenti disponibili per indicarne i tempi nelle tabelle, tuttavia abbiamo selezionato una grande varietà di alimenti e, seguendo le linee guida seguenti, è possibile riscaldare gli alimenti in modo sicuro e corretto.

## Mescolare e rivoltare

Quando è possibile, durante il riscaldamento gli alimenti devono essere mescolati o rivoltati. Questo garantisce che gli alimenti si riscaldino in modo uniforme sulle parti esterne e nel centro.

## Tempo di riposo

Dopo il riscaldamento, molti alimenti necessitano di un TEMPO DI RIPOSO. Il tempo di riposo è quello che consente al calore presente negli alimenti di trasferirsi verso il centro, eliminando così i punti freddi. Se, durante il riscaldamento, l'alimento è stato coperto, nel tempo di riposo occorre lasciare la copertura al suo posto. Il tempo di riposo è particolarmente importante per gli alimenti densi, ad esempio, lasagne, pasta al forno, ecc., e per gli alimenti che non è possibile mescolare durante il riscaldamento.

## Quando l'alimento è riscaldato?

Gli alimenti riscaldati devono essere serviti "caldi fumanti", cioè il vapore deve essere emesso in modo visibile da tutte le parti. Se durante la preparazione e la conservazione dell'alimento si sono seguite le normali indicazioni igieniche, il riscaldamento tramite microonde o con il metodo combinato non presenta alcun rischio aggiuntivo per la sicurezza.

Gli alimenti che non possono essere mescolati devono essere tagliati con un coltello per verificare se si sono riscaldati in modo corretto.

Anche se si sono seguite le istruzioni delle tabelle di riscaldamento fornite dal produttore, è sempre importante verificare che l'alimento sia caldo fumante. Nel dubbio, rimettere di nuovo l'alimento nel forno per un ulteriore periodo di riscaldamento.

## Suggerimenti per la cottura a microonde

### Per ammorbidire il burro al fine di spalmarlo meglio dopo la rimozione dal frigorifero

Ammorbidirlo per 35-40 secondi a 270 W /per 150 g). Prima del riscaldamento, rimuovere l'avvolgimento.

### Idratazione di frutta secca

Aggiungere 4 cucchiaini d'acqua a 200 g di uvetta o di prugne (è anche possibile idratare la frutta con il rum, nel caso serva per dolci). Mescolare e riscaldare a 1000 W per 2 o 3 minuti. Lasciare riposare per 10 minuti.

### Riportare il formaggio a temperatura ambiente

Il formaggio rimosso dal frigorifero deve essere inserito nel forno e "scaldato" per 30 secondi-1 minuti (a seconda delle dimensioni) a 250 W.

### Sbiancamento di mandorle o di nocciole

Coprire con acqua calda e cuocere per 3-6 minuti a 1000 W (rivoltare per la bollitura). Lasciare raffreddare, asciugare e rimuovere le bucce con facilità.

### Essiccamento di erbe

Su un piatto Pyrex ® mettere della carta assorbente. Disporre con cura sulla carta le erbe fresche tagliate fini. Ripetere più volte, se necessario. Riscaldare a 1000 W per alcuni minuti, controllando ogni 30 secondi, fino a quando le erbe iniziano ad essiccarsi. Occorre prestare molta attenzione, per assicurarsi che le erbe non rimangano in forno troppo a lungo;

altrimenti potrebbero disintegrarsi o addirittura incendiarsi. Lasciare le erbe sulla carta assorbente per altre 2 ore a temperatura ambiente, quindi riporle in contenitori sottovuoto.

### Zucchero caramellato

Cuocere 100 g di zucchero con 2 cucchiaini d'acqua in una ciotola per 2-3 minuti a 1000 W, verificando il tutto a metà cottura. Rimuovere lo zucchero caramellato prima che diventi scuro, perché continua a cuocere all'interno. È possibile arrestare la cottura con 2 cucchiaini di acqua bollente (fare attenzione ai bordi appuntiti).

### Liquefazione di miele duro

Rimuovere il coperchio dal vasetto, inserire nel forno e riscaldare a 250 W per 30-50 secondi, a seconda della quantità. Mescolare e ripetere, se necessario.

### Crostini veloci

Tagliare due fette di pane bianco in piccoli cubetti. Stendere i cubetti su un piatto. Riscaldare a 1000 W per 2 minuti, quindi lasciare riposare per 5 minuti. Sulle fette di pane si può sfregare uno spicchio d'aglio prima di tagliarle oppure versare su di esse alcune gocce d'olio d'oliva.

### Come ottenere più succo da un'arancia o un limone

Prima di spremerli, inserire arancia o limone nel microonde per 30-40 secondi a 1000 W, quindi spremerli subito perché così produrranno più succo.

## Suggerimenti per la cottura a microonde

### Fusione del burro

100 g di burro in un piatto per cottura di vivande a bagnomaria coperto con un sottocoppa si fondono in circa 1 minuto a 600 W.

### Fusione del cioccolato

Romperne 100 g di cioccolato a pezzetti in una ciotola e riscaldare a 600 W per 2 minuti/2 minuti e mezzo (il tempo può variare a seconda del contenuto in cacao e zucchero). Durante la cottura, mescolare almeno una volta.

### Lievitamento della pasta

Inserire in forno la pasta coperta e riscaldare per circa 5 minuti a 270 W (per 500 g di pasta). Lasciare la pasta in forno (lontano da correnti d'aria) fino a quando non è raddoppiata di volume.

### Preparazione di vino cotto/vin brulé

In un recipiente in vetro (o in un boccale) adatto al microonde, mescolare 20 cl di vino rosso, la scorza di un limone, un pizzico di cannella, un chiodo di garofano e 2-4 cucchiari di zucchero, in base ai propri gusti. Riscaldare a 1000 W per 1 minuto/1 minuto e mezzo.

### "Deodorare" il forno

Per eliminare il fastidioso "odore di pesce" dal forno, inserire in esso un recipiente di aceto di vino bianco o di acqua con il succo di un limone. Riscaldare a 1000 W per 5 minuti. Asciugare il vapore che si raccoglie sulle pareti del forno.

### Preparazione di una compressa calda

Riscaldare un panno pulito, umido, ripiegato su un piatto per 1-2 minuti a 1000 W. Prima di applicare il panno, verificarne la temperatura.

## Cottura per convezione/tradizionale

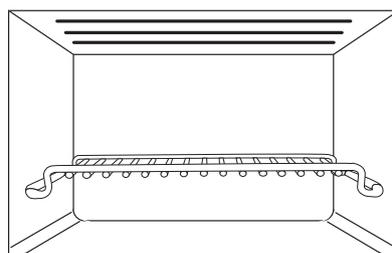
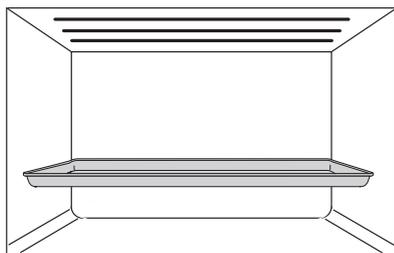


Il forno può essere utilizzato come forno tradizionale grazie alla modalità CONVEZIONE/TRADIZIONALE, che include un elemento posteriore con una ventola per la circolazione dell'aria durante l'uso della modalità citata. I forni dotati di ventola sono molto efficienti perché è possibile cuocerli gli alimenti rapidamente a bassa temperatura, risparmiando tempo ed energia, grazie all'uso della modalità CONVEZIONE/TRADIZIONALE.

Quando si utilizza il forno in modalità

CONVEZIONE/TRADIZIONALE non viene emessa ALCUNA microonda, cioè il forno funziona come un forno tradizionale ed è possibile utilizzare tutti i recipienti di metallo standard per la cottura e tutte le stoviglie da forno.

**IMPORTANTE:** se si utilizza la modalità CONVEZIONE, quando si utilizzano temperature di cottura indicate in libri di cucina, è necessario ridurre tali temperature di 20 °C.

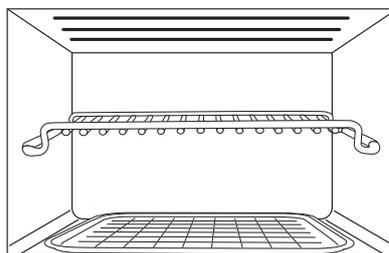


TEMPERATURA	DA UTILIZZARE (FORNO PRERISCALDATO)
100-110°C	Meringhe
120-140°C	Zuppe di carne e pesce, carni in barattoli, erbe a essiccare
150-170°C	Uova in camicia, torte alla frutta
180-190°C	Quiche, sformati, budini, amaretti, carne bianca, carne brasata o stufata
200-220°C	Pan di Spagna, soufflé, pesce intero, ciambelle
230°C	Pollame, pasta sfoglia
240-250°C	Pizze, tartine, biscotti, piccoli bomboloni, tartine alla frutta, biscotti arrotolati, carni rosse
250°C	Manzo con doratura, pizza al forno.

## Cottura sul grill/cottura sul grill per convezione

### Grill:

Sono disponibili 3 impostazioni per il GRILL: 1, 2 e 3. La maggior parte di carni deve essere cotta con l'impostazione a temperatura più elevata, GRILL 1. Le impostazioni GRILL 2 e 3 sono utilizzate per alimenti più delicati o per alimenti che richiedono un tempo di cottura al grill più lungo, ad esempio le porzioni di pollo. Se non è indicato diversamente in una tabella o in una ricetta, utilizzare sempre l'impostazione GRILL 1.



### Grill-convezione

Il GRILL, con l'aria forzata dalla ventola, consente di cuocere e arrostitire correttamente grossi pezzi di carne, ad esempio, carne bianca, costolette di manzo, grossi pezzi di pollame, rifinendone la gratinatura.

Nel programma GRILL/GRILL-CONVEZIONE NON VIENE EMESSA ALCUNA MICROONDA.

### Tabella per grill di carne e pollame

Alimenti	Tempo di cottura		Accessori	
	primo lato	secondo lato		
Bistecca	7-8 min.	5-6 min.	Griglia di metallo al livello più basso.	
Cotolette	14 min.	7 min.		
Kebab	11-12 min.	11-12 min.		
Hamburger	13 min.	15 min.		
Salsicce alla griglia	7 min.	5 min.		
Cosce di pollo	25 min.	10 min.		
Bastoncini di pollo	25 min.	10 min.		
Alimento	Peso o quantità	Livello utilizzato	Modalità di cottura TB: turbogrill	Tempo di cottura (forno preriscaldato)
Cosce di pollo	500 g (2 pezzi)	Elevato	TB 250°	da 15 a 16 min.
Costoletta di maiale	400 g (2 pezzi)	Elevato	TB 250°	da 15 a 18 min.
Costoletta di manzo	900 g	Elevato	TB 250°	da 20 a 22 min.
Costoletta di vitello	250 g (1 pezzo)	Elevato	TB 230°	da 16 a 18 min.
Pesce brasato	500 g (1 pezzo)	Elevato	TB 230°	circa 18 min.
Arrostito di manzo	1000 g	Basso	TB 250°	env. 25 min
Carré d'agnello	450 g	Basso	TB 250°	circa 25 min.
Spalla d'agnello	700 g	Basso	TB 230°	circa 30 min.
Galletto	740 g	Basso	TB 240°	circa 20 min.

## Cottura combinata - Convezione e Micro Power

---

La cottura combinata è ideale per molti alimenti. La potenza delle microonde li cuoce rapidamente, mentre il forno aggiunge la doratura e la croccantezza tradizionali. Tutto avviene simultaneamente, con la conseguenza che gli alimenti vengono cotti in  $\frac{1}{2}$ - $\frac{1}{3}$  del tempo di cottura tradizionale.

Non tutti gli alimenti sono adatti per una cottura di questo tipo e in molti casi piccoli alimenti che cuociono rapidamente per CONVEZIONE non guadagnano nulla dalla cottura combinata.

### Alimenti non adatti per la cottura combinata

Biscotti  
Pezzi di carne senza ossa precotti  
Meringhe  
Torte con molta frutta  
Soufflé

Piccoli pasticcini con un ripieno molto umido  
Prosciutto affumicato non bollito  
Pan di Spagna montato

## Cottura combinata - Convezione e Micro Power

La tabella seguente riporta la temperatura del forno e la potenza delle microonde che consentono di adattare le ricette preferite alla cottura combinata e anche quando utilizzate i molti libri disponibili sulla cottura combinata.

Temperatura del forno	Potenza delle microonde	Utilizzo
230°C	100 W	<b>Cottura:</b> porzioni e petti di pollo, patate croccanti, spezzatino <b>Riscaldamento:</b> pizza, pane con aglio, stuzzichini
220°C	250 W	<b>Cottura:</b> torte salate, pizza, pane, porzioni di pollo impanate <b>Riscaldamento:</b> lasagne, cannelloni, cavolfiore, formaggio
190°C	100 W	<b>Cottura:</b> quiche, tartine alla crema pasticceria, torte basate su pan di Spagna
190°C	250 W	<b>Arrostimento:</b> pollo, anatra, tacchino <b>Cottura:</b> lasagne, gratin
170°C	440 W	<b>Arrostimento:</b> pezzi d'agnello, manzo, maiale
160°C	100 W	<b>Cottura:</b> Torte (ad esempio maderia, ai frutti, ecc.) sfornati, tortini di riso, pasticci di carne.

Gli alimenti da cuocere in modalità Combinata + Microonde sono le ricette di carne e i piatti di uova, perché questa cottura riduce il restringimento degli alimenti stessi.

**Tabella dei tempi di cottura dei contorni e dei piatti a base di cereali**

Alimenti	Quantità	Quantità di acqua aggiunta	Livello di potenza/Ora	Preparazione
Patate lesse	800 g	8 cucchiaini di acqua	600 W, 15 min.	Pelare e tagliare in modo uniforme. Coprire e cuocere con acqua e sale. Asciugare immediatamente dopo la cottura.
	400 g	4 cucchiaini di acqua	600 W, 9 min.	
Patate cotte nella propria buccia	800 g	acqua	600 W, 15 min.	Sciogliere accuratamente e praticare uniformemente dei fori. Coprire e cuocere senza acqua. Asciugare immediatamente dopo la cottura.
	400 g	acqua	600 W, 8-10 min.	
Pasta, es. maccheroni	250 g	1 l d'acqua	600 W, 9-11 min. e	Mettere acqua e sale in un'ampia ciotola e portare a bollitura. Aggiungere la pasta, mescolare e bollire, senza coprire. Mescolare e cuocere a fuoco lento.
			600 W, 3-5 min. e	
	125 g	500 ml d'acqua	600 W, 5-7 min. e	
			600 W, 2-4 min. e	
Riso parzialmente bollito	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e	Coprire e cuocere con acqua e sale.
			250 W, 15-17 min.	
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e	
			250 W, 10-12 min.	
Riso integrale	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e	Tenere nel acqua durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
			250 W, 16-18 min.	
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e	
			250 W, 13-15 min.	
Riso grezzo	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 5-6 min. e	Coprire e cuocere con acqua e sale.
			250 W, 25 min.	
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e	
			250 W, 25 min.	
Frumento/Orzo	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e	Tenere nel acqua durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
			250 W, 10-15 min.	
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 3 min. e	
			250 W, 10-15 min.	

**Tabella dei tempi di cottura dei contorni e dei piatti a base di cereali**

Alimenti	Quantità	Quantità di acqua aggiunta	Livello di potenza/Ora	Preparazione
Grano duro Farro Avena	200 g	300 ml d'acqua	600 W, 5-7 min.	Ammolare durante la notte.
	100 g	150 ml d'acqua	600 W, 3-5 min.	
Ceci	200 g	600 ml d'acqua	600 W, 10 min. e 250 W, 40-43 min.	Ammolare durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
	100 g	300 ml d'acqua	600 W, 5-6 min. e 250 W, 20 min.	
Segale	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e 250 W, 20-25 min.	Ammolare durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e 250 W, 20-25 min.	
Lenticchie verdi	250 g	500 ml d'acqua	600 W, 6-7 min. e 250 W, 27-29 min.	Coprire e cuccinare con il liquido.
	125 g	250 ml d'acqua	600 W, 3 min. e 250 W, 27-29 min.	
Lenticchie rosse	250 g	500 ml d'acqua	600 W, 8-9 min. e 250 W, 12-14 min.	Coprire e cuccinare con il liquido.
	125 g	250 ml d'acqua	600 W, 5 min. e 250 W, 6-7 min.	
Avena da porridge (farinata)	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 3 min. e 600 W, 4-5 min.	Ammolare durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 1-2 min. e 600 W, 3 min.	

**Tabella dei tempi di cottura dei contorni e dei piatti a base di cereali**

Alimenti	Quantità	Quantità di acqua aggiunta	Livello di potenza/Ora	Preparazione
Grano saraceno	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e 250 W, 10 min.	Coprire e cuocere cal liquido.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e 250 W, 10 min.	
Porridge (farinata) di grano saraceno	250 g	750 ml d'acqua	600 W, 3 min. e 600 W, 8-10 min.	Collocare in un piatto di vetro e riscaldare senza coprire. Aggiungere acqua e cuocere.
	125 g	375 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e 600 W, 4-5 min.	
Orzo con buccia	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 4-5 min. e 250 W, 5-7 min.	Ammollare durante la notte e cuocere in quella stessa acqua.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 2-3 min. e 250 W, 5-7 min.	
Orzo perlato	125 g	500 ml d'acqua	600 W, 5-6 min. e 250 W, 25-30 min.	Coprire e cuocere con il liquido.
	65 g	250 ml d'acqua	600 W, 3 min. e 250 W, 20-25 min.	
Quinoa	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 6-7 min. e 250 W, 25-30 min.	Coprire e cuocere con il liquido.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 5 min. e 250 W, 18 min.	
Porridge (farinata) di frumento	200 g	400 ml d'acqua	600 W, 8-10 min.	Coprire e cuocere con il liquido.
	100 g	200 ml d'acqua	600 W, 4-6 min.	
Miglio	250 g	500 ml d'acqua	600 W, 6-7 min. e 250 W, 20 min.	Coprire e cuocere con il liquido.
	125 g	250 ml d'acqua	600 W, 3 min. e 250 W, 20 min.	

### **Tabella dei metodi di riscaldamento degli alimenti per bambini**

Riscaldare gli alimenti per bambini nel microonde è un'operazione semplice e rapida. Nella seguente tabella vengono forniti alcuni esempi. Le cifre sono approssimative e possono variare. Si ricorda di utilizzare esclusivamente biberon resistenti al calore e ciotole di vetro. Collocare i contenitori sulla base di ceramica. Rimuovere la tettarella del biberon e coprire prima di riscaldare. Mescolare gli alimenti o agitare il biberon riscaldato per un'uniforme distribuzione della temperatura.

Alimenti	Quantità	Livello di potenza	Tempo	Raccomandazioni/Suggerimenti
Alimenti per bambini di preparazione istantanea	1 bicchiere (190 g)	600 W	40-50 sec.	Tutti i tempi di cottura si riferiscono ad alimenti freddi. Temperatura di servizio (per bambini) circa 30-40°C.
Biberon	60 g/ml	250 W	40-50 sec.	
Biberon	120 g/ml	250 W	1 min. 20 sec.	
Biberon	180 g/ml	250 W	2 min.	

### **Scongelamento e riscaldamento dei piatti precotti**

Alimenti	Quantità	Livello di potenza	Tempo	Raccomandazioni/Suggerimenti
Stufati	600 g	600 W	17-20 min.	Congelare in un contenitore appropriato. Scongelare in un piatto di vetro coperto. Rimescolare di tanto in tanto.
	1.200 g	600 W	25-30 min.	
Carne con salsa	400 g	600 W	10-15 min.	Congelare in un contenitore appropriato. Scongelare in un piatto di vetro coperto. Regolare il tempo di scongelamento in base allo spessore.
Goulish	300 g	600 W	10-12 min.	Congelare in un contenitore appropriato. Scongelare in un piatto di vetro coperto. Rimescolare di tanto in tanto.
Verdure	300-450 g	600 W	10-13 min.	Congelare in un contenitore appropriato. Scongelare in un piatto di vetro coperto. Rimescolare di tanto in tanto.
	600-900 g	600 W	17-22 min.	

## Tablelle di cottura

I tempi di cottura riportati di seguito sono solo un'indicazione, basata su alimenti presi dal congelatore (18° C) o direttamente dal frigo (+5°C).

Alimenti	Peso	Preparazione
Pizza. Bruschetta precotta, surgelata	300-400 g 550 g	Grill 3 e 250 W + 230°C, ca. 7-10 min. Rimuovere l'involucro. Collocare la pizza sulla griglia di metallo al livello più alto. Rimuovere la confezione e collocare sulla griglia di metallo al livello più basso. Combinazione 230°C + grill 3 + 250 W per circa 10 min.
Dolce surgelato	300 g	Rimuovere la confezione e collocare direttamente sulla griglia di metallo al livello più basso. Combinazione grill + 250 W per circa 7 min.
Dolce cotto, decongelato	300 g	Combinazione grill + 100 W per circa 5 min. sulla griglia di metallo al livello più basso.
Involentini primavera	5 x 70 g 16 (mini) pezzi, 20 g	Collocare sulla griglia di metallo al livello alto. 230°C + grill 2 + 250 W per circa 7 min. Collocare sulla griglia di metallo al livello alto. 230°C + grill 2 + 250 W per circa 11 min.
Pollame Pezzi di pollo, congelati	500 g 1 Kg	Rimuovere la confezione e collocare sulla griglia di metallo al livello basso. Collocare il piatto in Pyrex® sulla base del forno per raccogliere i liquidi della carne. Microonde 1000 W, 10 min., Combinazione grill + 100 W per circa 18 min. Microonde 1000 W, 25 min., Combinazione grill + 100 W per circa 25 min.
Surgelato precotto. Ad esempio: - Piatti a base di patate - es. rōsti, patate fritte tagliate a tocchetti - crocchette	200-500 g	Rimuovere l'involucro e cuocere fino a doratura nel vassoio di Pyrex® sulla griglia di metallo al livello più alto, 250°C + 440 W + grill 1, 12-16 min.
Croissant, surgelati 40 g/croissant.	4 croissant	Combinazione grill + 250 W per circa 10 min.
Muffin 40 g/muffin.	2 muffin. 10 muffin.	Collocare i muffin direttamente sul vassoio di Pyrex® sulla piastra di ceramica. Combinazione grill +100 W per circa 4 min. Combinazione grill + 250 W per circa 6 min.
Metà farcite di pane francese surgelate	250-300 g	Preriscaldare il forno. Rimuovere l'involucro e cuocere sulla griglia di metallo al livello più basso. 250°C e 250 W, 13-15 min.

# Minestre\zuppe e primi piatti

## Linee guida

### Suggerimenti generali - Minestre\zuppe preparate in casa

#### LIVELLO DI POTENZA

Utilizzare ☞ 1000 W per portare a ebollizione la minestra\zuppa, quindi ☞ 440 W o ☞ 250 W per la cottura (oppure vedere le singole ricette).

#### SCONGELAMENTO DI MINESTRE\ZUPPE CONGELATE

Poiché le minestre\zuppe possono essere mescolate facilmente non appena iniziano a scongelarsi, è più rapido e in genere più conveniente scongelare le minestre\zuppe scongelate utilizzando ☞ 1000 W. Nel processo di scongelamento, mescolare di frequente per garantire uno scongelamento uniforme e totale.

#### DIMENSIONI DEL PIATTO

Utilizzare sempre un piatto grande o una ciotola - almeno del doppio della capacità della minestra\zuppa.

#### RISCALDAMENTO DI MINESTRE\ZUPPE

Per le minestre\zuppe in scatola, o le minestre\zuppe congelate, trasferirle in un contenitore adatto per le microonde, coprirle e riscaldarle con ☞ 1000 W mescolandole di frequente.

#### COPERTURA

Coprire sempre le minestre\zuppe con pellicola aderente per microonde o con un coperchio adatto al piatto.

#### MINESTRE\ZUPPE DI CARNE

Quando si convertono le ricette delle minestre\zuppe di carne preferite in cottura a microonde, utilizzare una programmazione multifase per portare la minestra\zuppa a ebollizione a ☞ 1000 W per 10 min, seguiti da 40-60 min, a ☞ 250 W.

### Suggerimenti generali - Primi piatti

#### TEMPERATURA INIZIALE

Gli alimenti appena estratti dal frigorifero impiegano più tempo a riscaldarsi di quelli già a temperatura ambiente.

#### COPERTURA

Tenere gli alimenti coperti con pellicola aderente, o con un coperchio adatto, tranne per i pasticcini.

#### PASTICCERIA

È possibile riscaldare bene a microonde piccola pasticceria, solo se i pasticcini sono molto croccanti e posizionati su carta assorbente. Durante il riscaldamento, i pasticcini assorbono umidità dal ripieno. I pasticcini più grandi necessitano di riscaldamento combinato. Utilizzare una bassa potenza a microonde con convezione.

## Uova, burro e stuzzichini

Le uova sono prodotti delicati che richiedono la massima attenzione. Se inseriti direttamente nel forno, essi esplodono a causa della pressione creata all'interno del guscio. Se vengono rotte, il tuorlo esplose se non si fora la pellicola che lo ricopre. Inserire la punta di uno stuzzicadenti nel centro del tuorlo, se l'uovo è fresco, il tuorlo non fuoriuscirà. Il tuorlo e l'albume reagiscono diversamente alle microonde e sfortunatamente il tuorlo cuoce più rapidamente. Quando le uova vengono sbattute (omelette), durante la cottura i bordi devono essere portati a metà distanza dal centro.



### Uova in camicia

Riscaldare 50 ml di acqua con sale e un goccio d'aceto per 1 minuto a 1000 W. Rompere l'uovo nell'acqua bollente e forare con attenzione tuorlo e albume con uno stuzzicadenti; cuocere a 600 W per 30-40 secondi (in base alle dimensioni dell'uovo). Lasciare riposare per 1 minuto, poi togliere l'acqua e servire.

### Uova strapazzate

Mescolare due uova in una ciotola con un po' di crema o di latte, un pizzico di burro, sale e pepe. Cuocere per 40 secondi a 1000 W. Rimuovere e sbattere rapidamente con una forchetta. Riprendere la cottura a 1000 W per altri 30-40 secondi. Le uova dovrebbero rimanere cremose.

### Uova cotte a fuoco lento

Rompe l'uovo in un piatto per cottura a bagnomaria unto con burro, condire con sale e pepe; forare il tuorlo e l'albume con uno stuzzicadenti. Aggiungere gli ingredienti desiderati (panna, funghi, uova di lompo, ecc.). Cuocere da 1 minuto e 30 secondi a 2 minuti per uovo a 250 W, a seconda delle dimensioni dell'uovo e della quantità del contorno.

**I formaggi** reagiscono diversamente, a seconda del tipo: più grassi sono, più rapidamente si fondono. Se vengono cotti per troppo tempo, si induriscono. Quando è possibile, è preferibile aggiungere il formaggio grattugiato all'ultimo momento (per pasta, gratin, ecc.).

## Riso, pasta, verdure secche e patate con buccia

Il tempo di cottura a microonde delle verdure secche e più o meno lo stesso di quello della cottura tradizionale. D'altra parte, questi alimenti si riscaldano molto rapidamente, senza acquistare il sapore del cibo riscaldato, se contenuti in recipienti chiusi, mescolati con burro o salsa. Per la cottura, utilizzare un recipiente grande (per evitare versamenti di liquido). Coprire completamente con acqua o brodo ristretto. Dopo la cottura, lasciare riposare per almeno da 5 a 8 minuti.

### Riso

Quando il liquido raggiunge il punto di ebollizione, cuocere per circa 20 minuti a 250 W, indipendentemente dalla quantità del riso. Per il riso, utilizzare il programma automatico.

### Semolino

Il semolino cuoce perfettamente nel forno a microonde, senza rischi di bruciature. Aggiungere semplicemente un volume di acqua uguale a quello del semolino, portare a ebollizione il tutto coperto a 1000 W per 2 minuti e 30 secondi (per 200 grammi di semolino a grano medio in 0,2 l d'acqua), quindi cuocere a 250 W per circa 3 minuti mentre cresce.

### Pasta

Ricordarsi di salare l'acqua di cottura e di mescolare una volta durante la cottura.

Quando il liquido bolle, cuocere da 7 a 8 minuti a 1000 W per 250 g di pasta (per 1 litro d'acqua) e 10 minuti per 250 g di ravioli.

### Verdure secche

Coprire completamente con acqua e lasciare in ammollo per una notte. Il giorno seguente, sciacquare e asciugare.

Coprire con acqua. Non salare prima della cottura (ciò indurirebbe le verdure secche). Cuocere per 10 minuti a 1000 W e poi da 15 a 30 minuti a 250 W. Sorvegliare la cottura ed'aggiungere acqua, se necessario; le verdure secche devono sempre essere coperte d'acqua.

### Patate con buccia

I vari tipi di patate sono più o meno adatti alla cottura a microonde. La dimensione ideale di una patata da cuocere a microonde o in modalità combinata è di 175-225 g. La cottura di patate con buccia a microonde è più rapida della cottura combinata, ma produce un risultato più blando. La cottura combinata produce un alimento più secco e più croccante. Se si desidera migliorare ancora la doratura alla fine della cottura, utilizzare la funzione GRILL (vedere la tabella seguente). Prima della cottura, lavare le patate e forarne la buccia diverse volte. Dopo la cottura, rimuovere dal forno e avvolgere le patate in carta stagnola, per conservarne il calore. Lasciare riposare per 5 minuti.

### Patate con buccia - Tabella della cottura manuale

Qtà	Min. a 1000 W	Min. di grill per rendere croccanti
1	4-5	8-10
2	6-8	10-12
4	10-13	11-13

# Antipasti



# Risotto allo zafferano

**Tempo di cottura: circa 20 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola**

## Ingredienti

1 cipolla tritata  
1 spicchio di aglio tritato  
1 cucchiaino di burro  
150 g di riso per risotti  
100 ml di vino bianco  
400 ml di brodo di pollo  
Pepe, noce moscata  
1 bustina di zafferano  
Un po' di formaggio grattugiato

## Preparazione

Mettere la cipolla, l'aglio e il burro in una casseruola, coprire e cuocere alla potenza MAX per 2 minuti. Aggiungere il riso, il vino, il brodo di pollo e le spezie. Mescolare, coprire e cuocere alla potenza MAX per 5 minuti, quindi ridurre il livello di potenza a 440W e continuare la cottura per altri 15 minuti.

Lasciare riposare per alcuni minuti prima di servire. Se lo si desidera, spolverare il risotto con formaggio grattugiato.

# Frutti Di Mare Gratinati

**Tempo di cottura: circa 25 minuti - Per 4 persone -  
MICROONDE e COMBINAZIONE  
Contenitore: 1 ciotola + 1 piccola pirofila**

## Ingredienti

500 g di frutti di mare misti surgelati  
3 scalogni  
1 cucchiaino di aneto  
30 g di emmenthal grattugiato  
1 carota  
150 g di funghi  
30 g di burro  
farina  
250 ml di latte  
vino bianco  
sale, pepe

## Preparazione

Scongela i frutti di mare per 6 minuti a 600W, mescolandoli spesso. Scolare i frutti di mare, conservando il liquido, al quale vanno aggiunti 250 ml di latte. Tritare gli scalogni, la carota e i funghi e cuocerli in una ciotola coperta assieme a 40 g di burro per 5 minuti alla potenza MAX. Aggiungere 2 o 3 cucchiaini colmi di farina, cuocere nuovamente per 40 secondi alla potenza MAX, quindi aggiungere il latte unito al liquido dei frutti di mare. Cuocere la besciamella per 5-7 minuti alla potenza MAX. (Se la besciamella non risulta sufficientemente densa, è possibile aggiungere un cucchiaino di farina di mais al vino bianco). Aggiungere l'aneto e un cucchiaino di vino bianco fruttato, regolare il condimento e unire ai frutti di mare. Trasferire il composto in una piccola pirofila. Spolverare con l'emmenthal grattugiato; riscaldare il forno con la combinazione FORNO VENTILATO a 210°C + GRILL 1 + 250W e il livello del grill alto. Cuocere in forno per 11-13 minuti.

## Quiche Lorraine

**Tempo di cottura: circa 30 minuti - Per 6 persone - COMBINAZIONE**  
**Contenitore: tortiera in metallo con diametro di Ø 25 cm.**

### Ingredienti

1 rotolo di pasta frolla

**Ripieno:**

100 g di pancetta affumicata

100 g di groviera grattugiato

150 ml di latte

3 uova

150 ml di panna da cucina

sal, pepe

noce moscata grattugiata

### Preparazione

Bordare la tortiera con un foglio di carta da forno. Foderare la tortiera con la pasta frolla. Tagliare la pancetta in piccoli dadi. Cuocere la pancetta alla potenza MAX per 1 minuto, quindi scolare il grasso in eccesso. Riscaldare il forno a 250°C con il livello del grill basso. Distribuire sulla base di pasta frolla la pancetta, il groviera grattugiato e le uova salate e sbattute assieme al latte, alla panna, al pepe e alla noce moscata. Quando il forno sarà caldo, posizionare la base antiscintilla, mettere la quiche nel forno e cuocere per circa 25-30 minuti con la combinazione FORNO VENTILATO a 220°C + 100W. Rimuovere dalla tortiera e lasciar freddare su una griglia prima di servire.

# Pizza

**Tempo di cottura: circa 30 minuti - Per 4 persone -  
MICROONDE e FORNO VENTILATO  
Contenitore: piatto smaltato + 1 ciotola**

## Ingredienti

1 blocco di pasta di pane o impasto per pizza

**Condimento:**

1 spicchio di aglio schiacciato

sale, pepe

1 cipolla grande

1 barattolo di passata di pomodoro

1 cucchiaino di erbe aromatiche freschi o essiccati

300 g di mozzarella

olive

## Preparazione

Affettare la cipolla, metterla in una ciotola con 1 cucchiaino di olio di oliva e cuocerla per 1 1/2-2 minuti alla potenza MAX, coperta. Riscaldare il forno a 250°C in modalità FORNO VENTILATO con il livello del grill alto. Ungere il piatto smaltato. Stendere la pasta con un matterello fino a creare un disco della dimensione del piatto smaltato e posarla sul piatto stesso. Distribuire la salsa sulla pasta, cuocere nel forno precedentemente riscaldato per 15 minuti, quindi aggiungere le cipolle, la mozzarella tagliata a fette e gli altri ingredienti. Cuocere per altri 20-23 minuti a 250°C. Nota: è possibile variare il condimento con prosciutto tagliato a piccoli dadi, peperone, un uovo, pancetta o funghi precotti per pochi minuti alla potenza MAX. Aggiungere le olive 5 minuti prima del termine della cottura.

## Crema di Zucchine

**Tempo di cottura: 20 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: una ciotola da 2 litri con coperchio**

### Ingredienti

3 zucchine (circa 600 g)  
1 patata di dimensioni medie  
1 dado per brodo  
3 porzioni di formaggio da fonduta  
latte, sale, pepe

### Preparazione

Pelare una delle zucchine e la patata e tagliare tutte le verdure a cubetti grandi. Nella ciotola unire il dado e mezza tazza di acqua calda, coprire e cuocere per 20 minuti alla potenza MAX. Aggiungere 1/2 litro di acqua calda, 1/2 litro di latte caldo e il formaggio prima di passare tutto al mixer, regolare di sale e pepe e servire. Se necessario, se le zucchine sono troppo amare, è possibile aggiungere del latte. È inoltre possibile pelare tutte le zucchine, invece di una soltanto, per ridurre l'eventuale gusto amaro della buccia.

# Verdure



# Asparagi

**Tempo di cottura: circa 12 minuti - Per 6 persone -  
VAPORE + MICROONDE**  
**Contenitore: piatto in pyrex® lungo**

## Ingredienti

500-600 g di asparagi  
1/8 l di acqua  
Sale, pepe  
1 presa di zucchero  
Burro

## Preparazione

Pulire accuratamente gli asparagi e posarli su un piatto in pyrex lungo. Aggiungere l'acqua, il sale e il pepe, coprire e cuocere con il programma di pesatura automatico per le verdure fresche. Coprire con riccioli di burro e servire.

## Mix di zucchine e peperoni

**Tempo di cottura: circa 12 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE + MICROONDE**  
**Contenitore: piatto in pyrex®**

### Ingredienti

2 cucchiaini di olio  
1 cipolla tritata  
600 g di zucchine  
250 g di peperoni rossi  
Sale, pepe bianco  
1 presa di zucchero  
1 spicchio di aglio schiacciato  
1 cucchiaio di prezzemolo tritato

### Preparazione

Lavare le zucchine e tagliarle a rondelle dello spessore di  $\frac{1}{2}$  cm. Lavare i peperoni e tagliarli a fettine sottili. Mettere l'olio e le cipolle in un piatto di vetro e cuocerle per 2 minuti alla potenza MAX. Aggiungere le zucchine e i peperoni assieme a sale, pepe, zucchero e aglio. Mescolare e cuocere con il programma di pesatura automatico per le verdure fresche. Cospargere di prezzemolo.

## Piselli dolci con semi di sesamo tostati

**Tempo di cottura: circa 12 1/2 minuti - Per 4 persone -  
CONVEZIONE quindi VAPORE + MICROONDE  
Contenitore: piatto smaltato + ciotola in pyrex®**

### Ingredienti

500 g di piselli dolci  
1 cucchiaio di semi di sesamo  
1 cucchiaio di olio di sesamo  
Sale, pepe

### Preparazione

Riscaldare il forno a 250°C in modalità CONVEZIONE. Posizionare i semi di sesamo sul piatto smaltato e tostarli per 10 minuti. Metterli da parte.  
Posizionare i piselli in una ciotola, aggiungere 1 cucchiaio di acqua e coprire. Cuocere con il programma di pesatura automatico per le verdure fresche. Scolare e trasferire i piselli in una zuppiera di servizio, aggiungere i semi di sesamo tostati, l'olio, il sale e il pepe.

# Patate al forno

**Tempo di cottura: 47 minuti - Per 4 persone -  
COMBINAZIONE quindi CONVEZIONE  
Contenitore: casseruola da 1,7 litri adatta al microonde**

## Ingredienti

700 g di patate  
1 cipolla grande a fette  
Sale, pepe  
1 spicchio di aglio tritato finemente  
300 ml di panna da montare  
50 g di emmenthal grattugiato

## Preparazione

Pelare e tagliare le patate in fette sottili. Posizionare le patate e le cipolle a strati alterni in una casseruola bassa da 1,7 litri ben imburrata, assicurandosi che le fette siano leggermente sovrapposte.

Condire con sale e pepe e cospargere con l'aglio tritato. Versare la panna sopra le patate e spolverare con il formaggio grattugiato.

Riempire il serbatoio dell'acqua e mettere la casseruola nel forno. Cuocere a 180°C + VAPORE + 600W per 17 minuti quindi a 180°C per 30 minuti fino a quando la superficie non assume un colore dorato.

# Cavolfiore gratinato

**Tempo di cottura: circa 25 minuti - Per 4 persone -  
PROGRAMMA DI PESATURA AUTOMATICO PER LE VERDURE,  
VAPORE e COMBINAZIONE**

**Contenitori: 1 ciotola + 1 casseruola in pyrex® con diametro  
di Ø 22 cm**

## Ingredienti

1 cavolfiore  
1/4 litro di latte  
20 g di burro  
20 g di farina per il roux  
70 g di groviera grattugiato  
noce moscata, sale, pepe

## Preparazione

Dividere il cavolfiore in pezzi di uguale dimensione. Posizionare i pezzi nella casseruola con 3 cucchiari di acqua. Coprire e cuocere con il programma di pesatura automatico per le verdure fresche. Nel frattempo mescolare gli ingredienti per la besciamella. Rimuovere, scolare e condire con sale e pepe il cavolfiore, quindi rimetterlo nella casseruola. Preparare la besciamella (vedere la ricetta nel capitolo delle salse a pagina 91), aggiungendo metà del groviera. Versare la besciamella sul cavolfiore e spolverare con il resto del groviera. Posizionare nel forno con il livello del grill alto e cuocere con la combinazione GRILL 2 + 250W per 8 - 10 minuti.

# Pesce



## filetti di pesce

**Tempo di cottura: circa 8-9 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE AUTOMATICO PESCE quindi MICROONDE  
Contenitore: casseruola**

### Ingredienti

400 g di filetti di pesce  
Sale, pepe bianco  
Prezzemolo, aneto e dragoncello tritati  
1 cipolla tritata  
100 ml di panna da cucina  
1 cucchiaio di passata di pomodoro  
1 spicchio di aglio schiacciato  
1 cucchiaino di farina di mais  
1 cucchiaio di burro

### Preparazione

Spolverare i filetti con il sale, il pepe e le erbe. Lasciar marinare per un po'. Mettere il burro, la cipolla, il pesce e del vino in una casseruola, coprire e cuocere con il programma automatico per la cottura del pesce fresco. Versare il liquido di cottura in una ciotola, aggiungere la panna, la passata di pomodoro, l'aglio e la farina di mais. Cuocere alla potenza MAX per 2-3 minuti, quindi versare la salsa sopra i filetti.

# Gamberetti con aneto e salsa di Pernod

**Tempo di cottura: circa 10 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE AUTOMATICO PESCE quindi MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola**

## Ingredienti

500 g di gamberetti  
Sale, pepe, succo di limone  
1/2 cucchiaino di salsa Worcester  
1 cucchiaio di aneto  
2 cucchiari di burro  
1 cipolla tritata  
100 ml di vino bianco  
2 cucchiari di Pernod  
100 ml di panna da cucina  
2 cucchiaini di farina di mais

## Preparazione

Condire i gamberetti con sale, pepe e aggiungere il succo di limone, la salsa Worcester e l'aneto. Lasciar marinare per un po'. Mettere il burro e la cipolla in una casseruola, coprire e cuocere alla potenza MAX per 3 minuti. Aggiungere i gamberetti, versare il vino e il Pernod, coprire e cuocere con il programma di pesatura automatico per il pesce fresco. Quindi rimuovere i gamberetti dal liquido di cottura. Aggiungere la panna e la farina di mais e cuocere alla potenza MAX per 3 minuti.

# Salmone in crosta di olive ed erba cipollina

**Tempo di cottura: 21-24 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE quindi CONVEZIONE  
Contenitore: piatto in pyrex®, griglia metallica**

## Ingredienti

50 g di pangrattato di pane bianco  
12 olive nere snocciolate e tritate finemente  
15 g di erba cipollina fresca tritata  
1 spicchio di aglio schiacciato  
25 g di burro fuso  
4 cipolline tritate finemente  
Sale, pepe  
4 filetti di salmone da 150 g senza lische e senza pelle  
Condimento  
Succo di 1/2 limone  
15 ml di olio di oliva  
5 ml di senape in grani  
1 presa di zucchero

## Preparazione

Posizionare il pangrattato, le olive, l'erba cipollina, l'aglio, il burro e le cipolline in una ciotola e amalgamare gli ingredienti. Dividere in 4 porzioni e ricoprire ogni filetto di salmone con una parte del composto. Posizionare i filetti sul piatto in pyrex e poggiare il piatto sulla griglia al livello inferiore. Cuocere a 600W + VAPORE per 6 minuti, quindi a 190°C per 15-18 minuti fino a cottura ultimata.

Per preparare il condimento, miscelare tutti gli ingredienti e versare la salsa ottenuta sui filetti di salmone appena prima di servirli.

# Trota con Arancia e Dragoncello

**Tempo di cottura: circa 15 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE e COMBINAZIONE  
Contenitore: 1 ciotola**

## Ingredienti

4 filetti di trota  
50 g di burro  
succo e scorze di 2 arance  
1/2 cucchiaino di farina di mais  
3 foglie di dragoncello  
1 arancia  
sale, pepe

## Preparazione

Versare il succo di arancia nella ciotola in cui si saranno precedentemente mescolati la farina di mais, le scorze di arancia e il dragoncello tritato. Cuocere per 2-3 minuti alla potenza MAX, quindi aggiungere le noci di burro, lasciarle fondere e mescolare. Sistemare le trote con le teste in direzione alternata sul treppiedi di plastica. Cuocere con il programma automatico per il pesce fresco. Condire e decorare con l'arancia rimasta, tagliata a fette, e alcune foglie di dragoncello. Servire con la salsa.

# Bastoncini di Rana Pescatrice con fonduta di Zafferano e finocchio

**Tempo di cottura: circa 30 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitori: 1 casseruola in pyrex® con diametro di 22 cm**  
**+ 1 ciotola**

## Ingredienti

3 bulbi di finocchio (circa 900 g)  
800 g di filetto di rana pescatrice  
succo di 1 limone  
1 peperone  
2 scalogni  
3 cucchiaini di olio di oliva  
100 ml di vino bianco  
100 ml di panna da cucina  
1/2 g di zafferano

## Preparazione

Tagliare in 2 o 3 pezzi i bulbi di finocchio nel senso della lunghezza. Tritare finemente il finocchio con un mixer elettrico. Cuocere il finocchio nella casseruola, coperto, assieme a 6 cucchiaini di acqua per 15 minuti alla potenza MAX, mescolandolo a metà cottura. Regolare di sale e pepe il finocchio, rimuoverlo dal forno e metterlo da una parte. Cuocere in una ciotola gli scalogni e il peperone tritati assieme all'olio di oliva per 5 minuti alla potenza MAX. Posizionare su un piatto il letto di scalogno e peperone, i filetti di rana pescatrice tagliati in 8 bastoncini, il succo di limone e il vino bianco. Coprire e cuocere per 11-13 minuti alla potenza MAX. Scolare e mettere da parte i pezzi di rana pescatrice. Ungere lo zafferano e la panna e cuocere la salsa, coperta, per 8 minuti alla potenza MAX per farla ritirare. Regolare di sale prima di aggiungere i bastoncini di rana pescatrice e servire con la fonduta di finocchio.

# Carne



## Maiale speziato con mele

**Tempo di cottura: 35-40 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola in pyrex® con diametro di 20 cm, ciotola in pyrex®**

### Ingredienti

1 kg di lombo di maiale  
1 cucchiaio di miele  
2 cucchiaini di senape di Digione  
2 cucchiaini di coriandolo in polvere  
2 cucchiaini di curry  
1/2 cucchiaino di chiodi di garofano in polvere  
2 cipolle  
1/4 l di sidro  
500 g di mele da cuocere  
2 cucchiaini di addensante  
60 g di pinoli  
10 g di burro

### Preparazione

Posizionare la carne in un piatto in pyrex, con il lato grasso rivolto verso il basso e rosolarla alla potenza MAX per 7 minuti. Preparare un impasto con il miele, la senape e le spezie e applicarlo con il pennello sulla parte grassa delle cotolette. Tagliare a cubetti le cipolle e aggiungerle alla carne con metà del sidro. Coprire e cuocere a 600W per 20-22 minuti. A cottura ultimata mantenere la carne al caldo coprendola con un foglio di alluminio. Lavare le mele e tagliarle in otto parti. Metterle nel piatto con il resto del sidro e cuocere alla potenza MAX per 4-6 minuti. Rimuovere le fette di mela, amalgamare l'addensante al sugo di cottura e riscaldare alla potenza MAX per 1 minuto. Tostare i pinoli nel burro in una ciotola alla potenza MAX per 3-4 minuti. Aggiungere le fette di mela e i pinoli alla salsa e servire il tutto con le fette di carne.

# filetti di pollo con salsa di panna acida al limone

**Tempo di cottura: 9-10 minuti - Per 4 persone -  
VAPORE + MICROONDE**

**Contenitore: piatto in pyrex® e treppiedi di plastica, ciotola**

## Ingredienti

4 filetti di pollo  
2 cucchiaini di salsa di soia  
Sale, pepe  
1 cucchiaino di farina  
1 cucchiaino di olio  
1 cucchiaino di succo di limone  
4 cucchiaini di vino bianco  
100 ml di panna da cucina  
1/2 mazzetto di erba cipollina

## Preparazione

Asciugare i filetti con carta assorbente. Condirli con sale e pepe e cospargerli con la salsa di soia e l'olio. Posizionare i filetti di pollo nel piatto in pyrex sul treppiedi di plastica e cuocere con il programma di pesatura automatico per i filetti di pollo.

Coprire i filetti con un foglio di alluminio e mantenerli caldi. In una ciotola mescolare il succo di limone, la panna e il vino bianco e cuocere alla potenza MAX per 2-3 minuti.

Insaporire con sale e pepe. Posizionare i filetti di pollo su un piatto, versare sopra la salsa e guarnire con l'erba cipollina.

# Pollo al curry

**Tempo di cottura: 10-13 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola, ciotola**

## Ingredienti

30 g di burro  
1 cipolla tritata  
2 cucchiaini di curry  
600 g di filetti di pollo tagliati a strisce  
Sale, pepe  
3/8 - 1/2 l di brodo di pollo  
3 cucchiaini di mango chutney (mostarda di mango)

### **Beurre manie (burro maneggiato):**

2 cucchiaini di farina  
20 g di burro  
1 cucchiaino di salsa di soia  
2 cucchiaini di panna acida

## Preparazione

Mettere il burro e la cipolla in una casseruola e cuocere alla potenza MAX per 3 minuti. Condire le strisce di pollo con sale e pepe e aggiungerle alle cipolle. Coprire e cuocere alla potenza MAX per 4 minuti. Mescolare una o due volte durante la cottura. Per la beurre manie, lavorare assieme la farina e il burro. Aggiungere il brodo al pollo. Aggiungere anche il mango chutney e la beurre manie e mescolare fino a ottenere una salsa omogenea. Cuocere alla potenza MAX per 3-5 minuti. Aggiungere la panna acida e la salsa di soia.

# Blanquette di Pollo con Dragoncello

**Tempo di cottura: circa 25 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: 1 casseruola in pyrex® con diametro di 25 cm**

## Ingredienti

Un pollo da 1,2 kg tagliato in 8 parti  
1 cipolla  
30 g di burro  
1/2 litro di brodo di pollo  
30 g di farina  
5 foglie di dragoncello  
sale, pepe  
3 cucchiaini di panna da cucina

## Preparazione

Infarinare i pezzi di pollo. Appassire la cipolla a pezzetti nel burro, coperta, per 3 minuti alla potenza MAX. Aggiungere i pezzi di pollo infarinati e il brodo, salare leggermente e aggiungere quattro foglie di dragoncello tritate. Coprire e cuocere per 16-20 minuti alla potenza MAX. Assicurarsi che i pezzi di pollo siano completamente coperti dal liquido. Girare i pezzi di pollo a metà cottura. Togliere i pezzi di pollo dalla casseruola e cuocere la salsa per farla ritirare, coperta, alla potenza MAX per alcuni minuti. Regolare di sale e pepe, aggiungere la panna e diverse foglie di dragoncello fresco.

# Moussaka

**Tempo di cottura: circa 45 minuti - Per 6 persone -  
VAPORE e COMBINAZIONE**

**Contenitori: 1 vassoio in pyrex® con diametro di 25 cm + 1 ciotola**

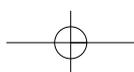
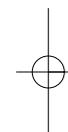
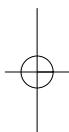
## Ingredienti

3 melanzane (circa 1 kg)  
400 g carne d'agnello tritata  
60 g di groviera grattugiato  
1 cipolla  
1 spicchio di aglio  
timo  
400 g di passata di pomodoro  
olio di oliva  
prezzemolo  
sale, pepe

## Preparazione

Tagliare le melanzane a fette sottili nel senso della lunghezza. Posizionare alcune delle fette sul vassoio in pyrex. Coprire con un foglio di pellicola. Riempire il serbatoio dell'acqua e cuocere a vapore a 600W per circa 12 minuti, girando il vassoio a metà cottura. Le fette dovranno risultare morbide al tatto. Ripetere l'operazione fino a quando tutte le melanzane saranno cotte. Mettere le melanzane da una parte. Cuocere la cipolla a pezzetti nella ciotola con 3 cucchiai di olio di oliva per 3 minuti alla potenza MAX. Aggiungere l'aglio, la carne a pezzetti, il timo, il prezzemolo tritato e la passata di pomodoro. Regolare di sale e pepe. Alternare a strati le melanzane e la salsa con la carne. Completare con uno strato di melanzane e versare 4 cucchiari di olio di oliva sul piatto prima di spolverare il tutto con il groviera grattugiato. Posizionare il piatto sul livello inferiore del grill e cuocere al gratin per circa 20 minuti con la combinazione FORNO VENTILATO a 200°C + GRILL 3 + 440W.

# Salse



# Ragù alla bolognese

**Tempo di cottura: 10-12 minuti - MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola in pyrex®**

## Ingredienti

30 g di margarina  
1 piccola cipolla tritata  
1 spicchio di aglio  
500 g di manzo tritato  
Sale, pepe  
1 barattolo di passata di pomodoro (140 g)  
1 barattolo di pomodori pelati (240 g sgocciolati)

## Preparazione

Mettere la margarina, la cipolla tritata e l'aglio in una casseruola in pyrex e cuocere alla potenza MAX per 3-4 minuti. Aggiungere la carne tritata, sale e pepe, la passata di pomodoro e i pomodori a pezzi con il loro succo.  
Mescolare bene e cuocere senza coprire alla potenza MAX per 9-11 minuti. Servire con la pasta, ad esempio gli spaghetti.

# Salsa Besciamella

**Tempo di cottura: circa 8 minuti - MICROONDE**

**Contenitore: una ciotola da 1 litro**

## Ingredienti

**Per  $\frac{1}{4}$  l di latte:**

40 g di farina

40 g di burro

sale, pepe, noce moscata grattugiata.

**Per  $\frac{1}{2}$  l di latte:**

20 g di farina (2 cucchiaini colmi)

20 g di burro (1 noce)

sale, pepe, noce moscata grattugiata

## Preparazione

Mettere il burro ammorbidito a pezzetti nella ciotola. Lasciarlo fondere per 20 secondi alla potenza MAX. Aggiungere la farina, mescolare e cuocere per 20 secondi alla potenza MAX. Mettere da una parte. Riscaldare il latte in un pentolino alto alla potenza MAX per 3-4 minuti (2-3 minuti per  $\frac{1}{4}$  l). Versare il burro e la farina amalgamati e nel frattempo sbattere il composto con la frusta. Cuocere nuovamente per 3-4 minuti (2 minuti e 30 secondi per  $\frac{1}{4}$  l) alla potenza MAX, sbattendo energicamente il composto con la frusta a metà cottura. Regolare di sale e aggiungere una presa di noce moscata grattugiata.

Variante: se si aggiungono 2 tuorli di uovo e 80 g di groviera grattugiato (per  $\frac{1}{2}$  litro di salsa) alla besciamella, si otterrà la salsa Mornay.

## Salsa di vino

**Tempo di cottura: 20-25 minuti - Per 8 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: una ciotola da 2 litri**

### Ingredienti

300-400 g di teste e code di pesce magro  
1 mazzetto di erbe aromatiche  
200 ml di vino bianco  
1 cipolla  
1/2 peperone  
3 scalogni  
100 ml di panna da cucina  
150 g di burro  
sale, pepe

### Preparazione

Schiacciare e lavare le teste e le code di pesce. In una ciotola mescolare il pesce con la cipolla, gli scalogni e il peperone a pezzetti e il mazzetto di erbe aromatiche. Bagnare con il vino bianco. Riempire di acqua fino all'orlo. Cuocere alla potenza MAX per 15 minuti. Scolare, rimuovere le lisce e il mazzetto di erbe. Far ritirare il liquido, coperto, alla potenza MAX per circa 8 minuti. Quando rimangono circa 10 ml di liquido, aggiungere la panna. Portare nuovamente a ebollizione il liquido, coperto, alla potenza MAX per 6-8 minuti. Mescolando, aggiungere i pezzetti di burro ammorbidito. Regolare di sale e pepe. Se lo si desidera, aggiungere un goccio di vino bianco fruttato prima di servire. Questa salsa è l'accompagnamento perfetto di molti piatti di pesce.

# Salsa al curry

**Tempo di cottura: circa 20 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: una ciotola da 1 litro**

## Ingredienti

1 cipolla  
1 cucchiaio di farina  
1 mela  
2 cucchiaini di curry  
1 banana  
1/2 l di brodo di pollo  
30 g di cocco tritato  
1 noce di burro

## Preparazione

Nella ciotola far appassire la cipolla a pezzetti con il burro, coperta, per 2 minuti alla potenza MAX. Aggiungere la frutta sbucciata e tagliata a cubetti. Cuocere nuovamente alla potenza MAX per 3 minuti, coperta. Aggiungere la farina, il curry e il cocco. Mescolare e aggiungere il brodo. Coprire e cuocere alla potenza MAX per 5 minuti, quindi ridurre a 440W e continuare la cottura per altri 10 minuti (programmare i 2 tempi di cottura). Passare la salsa al mixer e regolare di sale. Questa salsa è l'accompagnamento perfetto per piatti di agnello, maiale e pollo, ma anche per molti tipi di pesce.

# Salsa di Pomodoro

**Tempo di cottura: circa 25 minuti - Per 4 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: una ciotola da 2 litri**

## Ingredienti

1 cipolla  
1 gambo di sedano  
1 carota  
2 spicchi di aglio  
1 barattolo grande di pomodori pelati  
150 ml di vino bianco  
origano, basilico, sale, pepe, olio di oliva

## Preparazione

Far appassire la cipolla a pezzetti nella ciotola, coperta, con il sedano e la carota tritati per 5 minuti alla potenza MAX. Aggiungere l'aglio, il vino bianco, i pomodori schiacciati e una presa di origano e di basilico. Cuocere la salsa, coperta, alla potenza MAX per 5 minuti quindi a 600W per circa 15 minuti. Mettere la salsa nel mixer e regolare di sale e pepe.

# Dessert



# Crema di Rabarbaro e fragole

**Tempo di cottura: 10-12 minuti - Per 3 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: piatto in pyrex®**

## Ingredienti

rabarbaro, circa 750 g  
500 g di fragole surgelate  
4 cucchiaini di farina di mais  
 $\frac{1}{8}$  l di vino bianco  
4 cucchiaini di zucchero  
4 cucchiaini di Cointreau

## Preparazione

Pulire e lavare il rabarbaro. Tagliarlo in pezzetti di 1 cm. Mettere il rabarbaro in un piatto in pyrex con le fragole e cuocere con il programma di pesatura automatico per le verdure fresche. Miscelare il composto. Mescolare la farina di mais, il vino e lo zucchero e aggiungerli alla frutta. Cuocere alla potenza MAX per 3 minuti. Mescolare una volta durante la cottura. A cottura ultimata lasciare riposare per 5 minuti. Insaporire con il Cointreau.

## Dolcetti di Vaniglia al Vapore

**Tempo di cottura: 17 minuti - Per 6 persone - VAPORE + MICROONDE**

**Contenitore: 6 stampini, piatto in pyrex®**

### Ingredienti

180 g di farina  
90 g di burro  
90 g di zucchero  
1 cucchiaino di vaniglia  
1 uovo  
2 cucchiaini di lievito in polvere

### Preparazione

Imburrare i 6 stampini e metterli da una parte. Montare il burro con lo zucchero e l'uovo. Aggiungere la farina e il lievito passandoli al setaccio e alternandoli con latte e vaniglia. Mettere il composto nei 6 stampini imburrati e posizionarli sul piatto in pyrex. Riempire il serbatoio dell'acqua. Cuocere i dolcetti a VAPORE + 600W per 17 minuti. Lasciar riposare i dolcetti per 5 minuti prima di capovolgerli su un piatto da portata.

## Budino di Riso con frutta

**Tempo di cottura: 10-12 minuti - Per 2 persone - MICROONDE**  
**Contenitore: casseruola e vassoio per dolci**

### Ingredienti

1/2 l di latte  
20 g di zucchero  
1 presa di sale  
Scorza di un limone  
90 g di riso per budini  
5 fogli di colla di pesce  
1 bustina di zucchero vanigliato  
2 cucchiai di rum  
1/8 l di panna  
250 g di frutti di bosco

### Preparazione

Mettere il latte, lo zucchero, il sale, la scorza di limone e il riso nella casseruola, coprire e cuocere alla potenza MAX per 5 minuti, quindi ridurre il livello di potenza a 440W e continuare la cottura per altri 5-7 minuti. Mescolare durante la cottura. Lasciare riposare coperto per alcuni minuti.

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda, strizzarla e unirla al riso caldo assieme allo zucchero vanigliato e al rum. Montare la panna e aggiungerla al riso raffreddato. Mettere il riso in una tortiera sciacquata con acqua e refrigerarlo. Rovesciare lo stampo e servire con i frutti di bosco.

# Torta Marmorizzata al Cioccolato

**Tempo di cottura: 23 minuti - Per 6 persone - COMBINAZIONE**  
**Contenitore: stampo metallico rettangolare di 24 cm di lunghezza**

## Ingredienti

150 g di burro  
3 uova  
130 g di zucchero  
1 bustina di zucchero vanigliato  
1/2 bustina di lievito in polvere  
150 g di farina  
5 cucchiaini di cacao in polvere per l'effetto marmorizzato

## Preparazione

Mescolare tutti gli ingredienti con il burro fuso. Per ottenere l'effetto marmorizzato, separare il composto in 2 contenitori e aggiungere il cacao in polvere a una delle due parti. Mettere il composto nello stampo foderato di carta da forno imburata (alternando i colori, se si desidera ottenere l'effetto marmorizzato). Mettere lo stampo sulla griglia, con la base antiscintilla e un livello di potenza basso, e cuocere per 22-24 minuti con la combinazione FORNO VENTILATO a 240°C + 100W. Rimuovere dallo stampo e lasciar freddare su una griglia.

# Agrumi Gratinati

**Tempo di cottura: 2-4 minuti - Per 4 persone -  
MICROONDE e GRILL**  
**Contenitore: 1 stampo in pyrex® con diametro di 30 cm**

## Ingredienti

3 arance  
2 pompelmi  
**Zabaione:**  
100 ml di panna da montare  
50 g di zucchero  
2 cucchiaini di succo di arancia  
2 tuorli d'uovo  
20 ml di Cointreau

## Preparazione

Sbucciare gli agrumi. Se possibile, rimuovere i pezzetti di buccia bianca. Mettere nello stampo vuoto gli agrumi divisi in quattro parti, alternando pompelmo e arancia. Mantenere i frutti refrigerati. Montare la panna e mantenerla in frigorifero. In una ciotola unire lo zucchero, diluito nel succo di arancia, ai tuorli d'uovo. Scaldare alla potenza MAX per 5-10 secondi. Sbattere energicamente il composto fino a farlo montare. Scaldare nuovamente il composto alla potenza MAX per 5-10 secondi e sbatterlo di nuovo con la frusta. Ripetere il processo, se necessario. Quando il composto è sufficientemente compatto, aggiungere con delicatezza il Cointreau e poi la panna montata. Mettere lo zabaione nello stampo con l'aiuto di un cucchiaino, distribuendolo con cura (non deve assumere una forma a cupola). Posizionare nel forno sulla griglia con il livello di potenza alto e cuocere per 2-4 minuti con la modalità GRILL 2.

## Indice Delle Ricette

### Antipasti

Risotto allo zafferano .....	76
Frutti Di Mare Gratinati .....	77
Quiche Lorraine .....	78
Pizza .....	79
Crema di Zucchine .....	80

### Verdure

Asparagi .....	82
Mix di zucchine e peperoni .....	83
Piselli dolci con semi di sesamo tostati .....	84
Patate al forno .....	85
Cavolfiore gratinato .....	86

### Pesce

Filetti di pesce .....	88
Gamberetti con aneto e salsa di Pernod .....	89
Salmone in crosta di olive ed erba cipollina .....	90
Trota con Arancia e Dragoncello .....	91
Bastoncini di Rana Pescatrice con Fonduta di Zafferano e Finocchio .....	92

### Carne

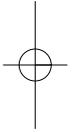
Maiale speziato con mele .....	94
Filetti di pollo con salsa di panna acida al limone .....	95
Pollo al curry .....	96
Blanquette di Pollo con Dragoncello .....	97
Moussaka .....	98

### Salse

Ragù alla bolognese .....	100
Salsa Besciamella .....	101
Salsa di vino .....	102
Salso al curry .....	103
Salsa di Pomodoro .....	104

### Dessert

Crema di Rabarbaro e Fragole .....	106
Dolcetti di Vaniglia al Vapore .....	107
Budino di Riso con Frutta .....	108
Torta Marmorizzata al Cioccolato .....	109
Agrumi Gratinati .....	110



F00039A58WP2  
HL0908-070312  
Printed in China

