

Panasonic®



Dansk

Norsk

Suomi

Svenska

Brugsanvisning og Kogebog til Mikroovn
Brugsanvisning og Kokebok til Mikrobølgeovn
Käyttöohjeet ja Mikroaaltouunin Keittokirja
Bruksanvisning och Kokbok för Mikrovågsugnar

VIGTIGE SIKKERHEDSFORSKRIFTER.

Læses omhyggeligt, og opbevares til senere brug.

VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER.

Les nøye, og oppbevar på et trygt sted slik at du kan slå opp ved behov.

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSTIETOJA.

Lue nämä ohjeet huolellisesti ja säilytä ne myöhempää tarvetta varten.

VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR.

Läs igenom anvisningarna noga och spara dem för framtida referens.

NN-SD459W



Inverterteknologi er nøglen.

Inverterteknologi til mikrobølgeovne er blevet udviklet gennem et Panasonic-initiativ i løbet af en periode på mere end 10 år. Dette er nøgleteknologien til at fremstille en meget anderledes type mikrobølgeovn, der har en række særlige egenskaber.

- Teknologien gør det muligt at fremstille den første ovn i industrien, der kan styre mængden af mikrobølgeenergi lineært. Det nye distributionssystem giver mulighed for at tilberede og optø mad, uden at den mister smagen.
- Den sørger for effektiv omformning af elektrisk energi til mikrobølgeenergi, hvilket minimerer strømbehovet uden at gå på kompromis med mikrobølgenyttetvirkningen.
- Den giver mulighed for en væsentligt større ovnhulrumsstørrelse selv i en ellers kompakt ovnstørrelse takket være størrelsen på inverterkredsløbet, der erstatter den pladskrævende transformere, som anvendes i øjeblikket.
- Endelig opnås en miljøvenlig proces til genbrug af kasserede ovne ved slutningen af deres levetid, fordi der ikke anvendes pladskrævende transformere af jern.

Indholdsfortegnelse

Installation	2	Tekniske specifikationer	13
Sikker brug af ovnen	3	Skåle - Fade - Låg	14
Tips og gode råd	4	Opvarmning i mikrobølgeovn	14-15
Ovnens betjeningspanel	5	Fakts om mikrobølgeovn	16
Beskrivelse af ovnen	6	Tilberednings tips	16-17
Elektronisk guide på dansk	6	Opvarmning af mad	18
Betjening af kontrolpanel	7	Optøning af mad	18
Manuel tilberedning og optøning med mikrobølger	8	Grønsager	19
Optøning efter vægt	9	Fisk	20
Sådan bruges vægt programmer	9-10	Kød	21-22
Forsinket start	11	Supper og Sauce	23
Tidsur	11	Ris og gryn	24
Spørgsmål og svar	12	Desserter og Bagning	24-25
Vedligeholdelse af ovnen	13	Babymad	26

Læs brugsanvisningen omhyggeligt inden ovnen tages i brug. Læs brugsanvisningen igen hvis der er noget du er i tvivl om.

Installation

Installering af ovnen

Pak ovnen ud, fjern alle indpakningsmaterialer og undersøg om ovnen er intakt uden revner i døren, intakte dørlåse eller buler i kabinettet. I tilfælde af skade må ovnen ikke installeres. Kontakt i stedet den butik hvor ovnen er købt.

Jordforbindelse

Vigtigt: Ovnen skal være forsvarligt tilsluttet.

Såfremt ovnen ikke er jordforbundet eller tilsluttet et HFI-relæ er det ejerens personlige ansvar at få dette ordnet.

Netspænding

Den anvendte netspænding skal være den der er specificeret for denne ovn. En højere spænding end den specificeret kan starte en brand eller forvolde andre skader.

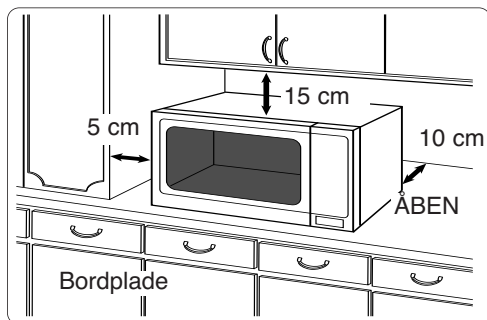
Opstilling af ovnen

Denne ovn er udelukkende beregnet til fritstående brug. Den er ikke beregnet til brug som indbygningsovn eller inden i et skab.

1. Anbring ovnen på en plan stabil flade mindst 85 cm over gulvet.
2. Tilslut stikket til en let tilgængelig stikkontakt.
3. For at ovnen kan fungerer, skal der være mulighed for luftcirkulation omkring ovnen.

På køkkenbord

- a. stil ovnen et sted, hvor den står så frit, at der er et mellemrum på ca. 15 cm over ovnen og et mellemrum på ca. 10 cm bag ovnen samt 5 cm luft til siderne.
- b. Er den ene side af ovnen placeret tæt op af en væg, skal den anden side og top være fri.



4. Ovnen bør ikke anbringes lige ved siden af et gas- eller elkomfur.
5. Fødderne må ikke fjernes.
6. Ovnen er fremstillet til husholdningsbrug og må ikke bruges udendørs.
7. Ovnen bør ikke bruges ved høj luftfugtighed.
8. Stikkontakten må ikke røre kabinettet. Ledningen må ikke ligge på en varm overflade eller hænge ud over kanten på en bordplade. Ovn, ledning og stik må ikke ligge i vand.
9. Luftventilationen må ikke være tildækket når ovnen er i funktion da ovnen ellers vil blive overophedet. Såfremt ovnen bliver overophedet vil en termo sikring afbryde ovnen og ovnen kan først bruges igen når den er kølet af.
10. Dette apparat er ikke beregnet til at blive styret af en ekstern timer eller et separat fjernbetjeningssystem.

FORSIGTIG: Varme overflader



Advarsel

1. Dørens tætningslister og tætningsflader skal holdes rene. Efterse regelmæssigt dørens tætnings- og tætningsflader. I tilfælde af skade må oven ikke bruges før den er repareret af en kvalificeret tekniker.
2. Foretag ikke justeringer, reparationer af dør, sikkerhedslåse, betjeningspanel eller nogen anden del af ovnen. **Det kan være farligt og må kun udføres af en kvalificeret tekniker. Reparationer må kun udføres af en kvalificeret tekniker.**
3. Er ovnens ledning eller stik beskadiget, fungerer ovnen ikke som den skal. Har ovnen været tabt eller på anden måde blevet beskadiget, må den ikke tændes.
4. Hvis netledningen er beskadiget, skal den udskiftes med en original ledning, der leveres af forhandleren.
5. Børn bør kun bruge ovnen, når de er blevet omhyggelig instrueret og er i stand til at bruge ovnen sikkert og forstår risikoen ved forkert brug.
6. Væsker og andre madvarer må ikke opvarmes i lukkede beholdere, da de kan eksplodere.
7. Dette apparat må ikke anvendes af personer (inklusive børn) med mentale handicaps eller reducerede sensoriske evner eller personer, som mangler erfaring og viden, medmindre de har været under opsyn eller modtaget instruktioner vedrørende brugen af dette apparat af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed. Børn bør være under opsyn for at sikre, at de ikke leger med apparatet.

Sikker brug af ovnen

Sådan bruges ovnen

1. Denne ovn er udviklet til tilberedning af mad. Må derfor ikke bruges til opvarmning af kemikalier eller andre non-food produkter.
2. Brug kun skåle og fade der er egnet til brug i en ovn med mikrobølger.
3. Brug ikke ovnen til tørring af aviser, tøj eller andet non-food materiale, da der kan gå ild i det.
4. Når ovnen ikke er i brug, bør der ikke stilles andet ind i den end ovnens tilbehør, i tilfælde af at ovnen tændes ved et uheld.
5. Start ikke ovnen på mikrobølger uden der er mad i ovnen.
6. Opstår der røg eller ild i ovnen, tryk på stop/annullerings knappen og åben ikke ovndøren. Træk stikket ud af stikkontakten eller afbryd for strømmen ved at slukke på stikkontakten.

Afkøling

Når ovnen har været i brug er den varm. For at afkøle elektro-nikken vil ventilatoren derfor arbejde 1 min. efter ovnen er stoppet. Det er normalt og maden kan tages ud af ovnen selvom ventilatoren arbejder.

Ovnlys

Bliver det nødvendigt at udskifte lys pæren, skal den skiftes af en kvalificeret tekniker.

Tilbehør

Ovnen har forskellige tilbehør der bruges i henhold til følgende vejledninger.

Glastallerken

1. Glastallerken og rullering skal altid være i ovnen når den er i brug.
2. Der må ikke bruges anden glastallerken end den medfølgende.
3. En varm glastallerken skal afkøles før der bruges koldt vand.
4. Glastallerkenen kan roterer i begge retninger. Såfremt en skål/fad støder på ovnvæggen og tallerkenen ikke kan dreje rundt, vil tallerkenen automatisk skifte og køre i den modsatte retning.
5. Tilbered ikke mad direkte på glastallerkenen.
6. Stil ikke frosne eller kolde skåle/fade på en varm tallerken.

Rullering

1. Rengør ovnbund og rullering regelmæssigt.
2. Rulleringen skal altid ligge under glastallerkenen.

Tips og gode råd

1) Tilberedningstid

- De opgivte tilberedningstider i kokebogen er omtrentlige. Madens starttemperatur, mængde, facon samt skålens størrelse og facon kan have indflydelse på det færdige resultat.
- Efter endt tilberedning stiger madens temperatur 5-10 °C. Tilberedningen bør derfor stoppes når maden er knap mør, og derefter trække 2-5 min. før der bedømmes om maden er færdig. Maden kan i trækketiden holdes varm på Minimum.
- Bliver den anbefalet tilberedningstid overskredet kan maden bliver forkogt og i yderste tilfælde kan der opstå ild i maden.

2) Små portioner mad

- Små portioner mad med et lavt indhold af fugtighed, blive tørt og brændt og der kan opstå ild i maden ved for lang tilberedningstid.
- Er uheldet ude og der opstår ild i maden, skal ovndøren holdes lukket og slukkes for ovnen enten ved at trykke på stopknappen eller stikken takten.

3) Æg

- Æg i skal eller hele hårdkogte æg må ikke koges eller opvarmes med MIKROBØLGER. Der kan dannes tryk, og æg kan eksplodere, selv efter at mikrobølgeopvarmningen er stoppet.

4) Prik overfladen

- Kartofler, æbler, pølser og æggeblommer og andet med en sej overflade, snittes med en kniv eller prikkes med en gaffel før tilberedning for at hindre, at hinden revner eller sprænger.

5) Stegetermometer

- Når maden er færdigstegt kan temperaturen i stege og fjerkræ kontrolleres ved hjælp af et stegetermometer. Et metal stegetermometer kan ikke bruges fordi der opstår gnister.

6) Vand m.m.

- Suppe, sauce, vand eller mælk m.m. kan blive overophedet uden at det bobler, og det kan give et pludseligt overkog af den varme væske. For at undgå det bør man
 - a) ikke bruge høje slanke beholdere med en smal hals
 - b) ikke overophede
 - c) røre i væsken inden den stilles i ovnen og igen efter halvdelen af kogetiden.
 - d) lade den varme væsken stå i ovnen i kort tid og rør igen før den tages ud.

7) Papir og plastic

- Brug ikke papir eller plastic materialer ved grill eller kombinationsfunktioner.
- Hold øje med maden når der bruges plastic eller papir beholdere til opvarmning fordi noget materiale kan give gnistdannelse ved overophedning.
- Brug ikke genbrugspapir, som f.eks. køkkenrulle, med mindre der står skrevet det kan bruges i en mikrobølgeovn. Genbrugspapir kan indeholde urenheder og metaller der kan antændes.
- Brug ikke metalclips i ovnen.

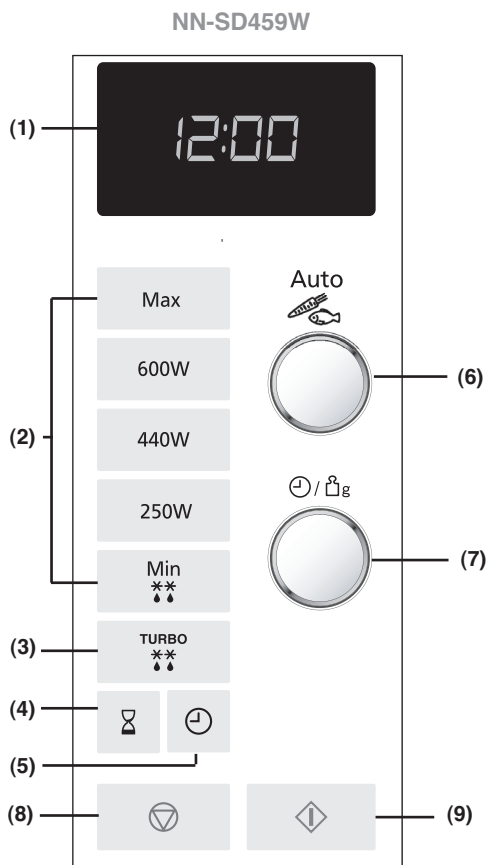
8) Flasker og metal

- Flasker og konserverglas med låg må ikke bruges da de kan eksplodere.
- Brug ikke metalskåle eller metalfade samt porcelæn med guld eller sølvkanter.

9) Sutteflasker og glas med babymad

- Flaskesutter tages af sutteflasker og låg tages af glas med babymad før opvarmning.
- Sutteflasker skal efter opvarmning rystes så varmen kan fordele sig og mælkens temperatur kontrolleres på indersiden af håndledet. Mælken skal føles tilpas varm (37°C), inden den gives til barnet.
- Rør i babymaden og kontroller madens temperatur inden barnet skal spise den.

Ovnens betjeningspanel



- (1) Display vindue
- (2) Mikrobølgeeffekt
- (3) Optøning efter vægt
- (4) Forsinket start/hvile
- (5) Ur-knap
- (6) Drejeknap til programvalg
- (7) Tid/vægt drejeknap
- (8) Stop og annullerings knap

Før start: Et tryk nulstiller ovnen.

Når ovnen er i gang:

Et tryk stopper ovnen. To tryknulstiller ovnen og den aktuelle tid kommer tilbage i displayet.

- (9) **Start knap:** Ovnen starter ved et tryk på start. Åbnes døren eller trykkes på stop/annullerings mens ovnen er i gang, stopper ovnen. Tryk på start når døren er lukket for at starte ovnen igen.

Bip lyd

Når der trykkes korrekt på et felt lyder der et bip. Trykkes der på et felt uden der høres en bip lyd, har ovnen ikke accepteret eller kan ikke acceptere kommandoen.

Når der skiftes programtrin bipper ovnen to gange. Efter afslutningen af et komplet program vil ovnen udsende 5 bip lyde.

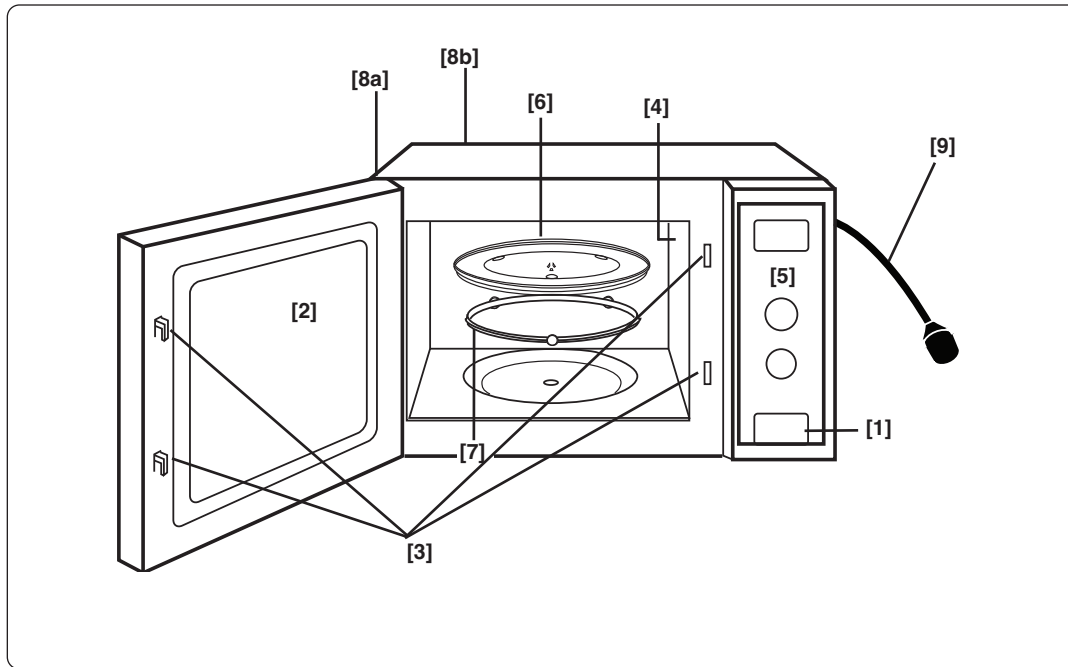
Denne ovn har en energibesparende funktion.

Vær venligst opmærksom på følgende:

- 1. Når ovnen er i standby modus dæmpes displayets lys.
- 2. Ovnen går i standby modus, når den forsynes med strøm første gang, og umiddelbart efter den sidste opgave er udført.

BEMÆRK: Hvis man programmerer en funktion, og der ikke trykkes på startknappen, annullerer ovnen automatisk den programmerede funktion efter 6 minutter. Displayet vender derefter tilbage til urfunktionen.

Beskrivelse af ovnen



1. Døråbneknap

Åbning af ovndøren under kogningen vil standse tilberedningsprocessen uden at annullere program meringen. Kogningen genoptages, så snart døren er lukket, og De har trykket på START knap. Lyset i ovnen vil for blive tændt eller tændes, når ovndøren åbnes.

2. Ovnvindue

3. Sikkerhedslåsesystem for døren

4. Ventilationsåbning

5. Betjeningspanel

6. Glastallerken

7. Rullering

8a. Udvendig ventilationsåbning

8b. Udvendig ventilationsåbning

9. Trømledning

Elektronisk guide på dansk

Tænd for strømmen "88:88"

elektronisk guide



Den elektroniske guide er helt unique fordi den på dansk guider dig igennem betjening af ovns funktioner.

Efter at der er tændt for ovns ström, kommer der DANSK tekst i den elektroniske guide ved at trykke på START knappen, indtil der står DANSK i displayet. Når der derefter trykkes på en knap vil displayet på dansk skrive hvor der dernæst skal trykkes. Såfremt der ønskes et af de andre sprog, slukkes for strømmen og ovennævnte procedure gentages.

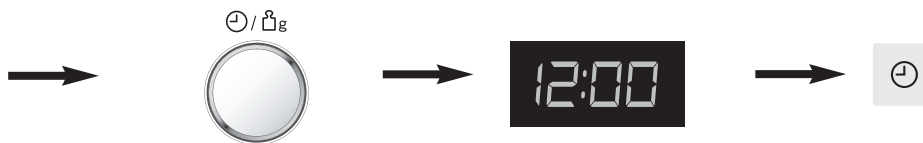
N.B.

I tilfælde af strømafbrydelse skal denne procedure gentages.

Betjening af kontrolpanel

Indstilling af uret

Eksempel: uret stilles til kl. 12:00



- **Tryk én gang på Ur-knappen.**

- * To prikker blinker.

- **Indstil tiden ved at dreje på tid/vægt knappen.**

- * Tiden kommer frem i displayet og 2 prikker blinker.

- **Tryk på Ur-knappen.**

- * Prikkerne stopper med at blinke og uret er i gang.

Bemærk

1. For at stille uret igen gentages ovennævnte trin.
2. Den aktuelle tid bliver i urets hukommelsen medmindre strømmen er afbrudt.
3. Uret har et 24 timers display.

Børnesikring

Når ovnen er børnesikret kan den ikke bruges, men døren kan åbnes. Børnesikring kan tilsluttes når displayet viser 2 prikker eller klokken.

Indstilling



- **Tryk på start 3 gange.**

- * Den aktuelle tid forsvinder fra displayet.
Et 24 kommer frem i displayet.

Annullering



- **Tryk på stop/annullering 3 gange.**

- * Den aktuelle tid kommer frem i displayet igen.

OBS: For at aktivere børnesikringen skal startknappen trykkes ind 3 gange inden for 10 sekunder.

Demonstrationsfunktion

Ovnen har en demonstrationsfunktion. Det vil sige, at det er muligt "at øve sig på" at trykke på ovnens betjeningspanel uden at tilkoble mikrobølger.

Indstilling



- **Tryk på Ur-knappen tre gange.**

Annullering



- **Tryk på Ur-knappen tre gange.**

Manuel tilberedning og optøning med mikrobølger

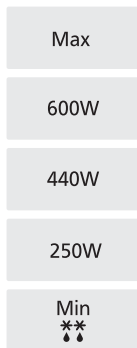
Der kan vælges mellem 5 forskellige mikrobølgeeffekter. Hvilke ca. effekter fremgår af nedenstående skema.

Her bruges



Mikrobølgeeffekter	
MAX	1000 W
MEDIUM	600 W
LAV	440 W
SIMRE	250 W
MIN (OPTØNING)*	270 W

* MIN effekt kan også bruges til til at holde maden varm med.



- Indstil tilberedningstiden på tid/vægt knappen (1000 Watt: op til 30 min; Andre effekter op til 90 min).

- Tryk på start.

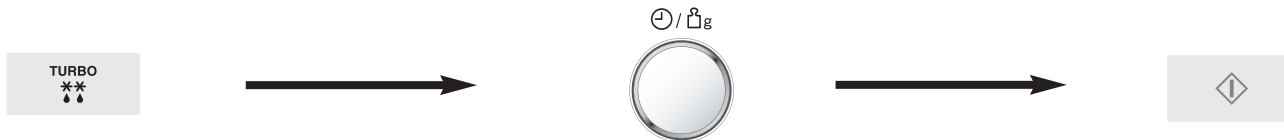
- Vælg den ønskede mikrobølgeeffekt

Bemærk

1. Ved tilberedning i 2 eller 3 faser skal mikrobølgeeffekten og tilberedningstiden indstilles igen, før der trykkes på Start-knappen.
F.eks. Gryderet - Lad gryderetten stå i ovnen i 10 minutter ved 1000 W for at bringe den i kog. Lad den simre i 60 minutter for at blive gennemkogt. Lad den varme i 10 minutter, så smagen kan få tid til at udvikle sig.
2. Hviletiden kan programmeres efter indstillingen af mikrobølgeeffekt og tid.
3. Ovnen kører automatisk med 1000 W, hvis tilberedningstiden indtastes, før der er valgt en mikrobølgeeffekt.
4. Tilberedningstiden kan ændres, mens ovnen er i gang. Drej tid/vægt knappen for at enten forhøje eller formindske tiden. Tiden kan forhøjes/formindskes med 1 min. op til 10 min.

Optøning efter vægt

Et program til optøning efter vægt. Vælg program 1 eller 2 og indstil madens vægt. Vægten starter fra den mest anvendte vægtangivelse indenfor hver fødevarer.



- **Vælg det ønskede på tid/vægt knappen.**
1 tryk for små stykker
2 tryk for store stykker.
- **Stil madens vægt ved at dreje program.**
Når knappen drejes langsomt, ændres vægten i trin på 10 g. Når knappen drejes hurtigt, ændres vægten i trin på 100 g.
- **Tryk på start.**

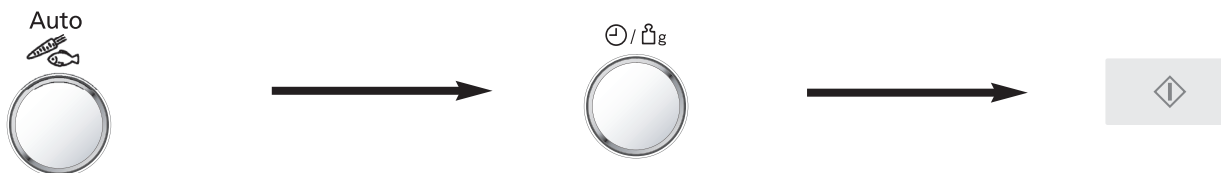
Program	Elektronisk guide	Anbefalet vægt	Vejledning
1 Små stykker	SMAA STYKKER ** KOED	150 - 1600g	Hakket kød, koteletter, fjerkræstykker, fisk. Læg maden i et lag. Læg kødet på en omvendt tallerken. Del eventuelt skiverne fra hinanden når ovnen bipper. Vend kødet når ovnen bipper.
2 Store stykker	STORE STYKKER ** KOED	400 - 2400g	Steg og helt fjerkræ. Læg kødet på en omvendt tallerken. Vend kødet når ovnen bipper. For at kødet også er optøet i midten, anbefales det at lade det hvile den tiden det har brugt til optøning i ovnen.

Bemærk

1. Ved optøningstider på mere end 60 min. vises tiden i timer og minutter.
2. Madens størrelse og facon begrænser den maksimale vægt der kan optøs i ovnen.

Sådan bruges vægt programmer

Når et af disse programmer bruges, vælges program hvorefter madens vægt stilles. Når ovnen startes, udregnes den mikrobølgeeffekt, og tid der passer til den portion mad der skal tilberedes. Vægten starter fra den mest anvendte vægtangivelse indenfor hver fødevarer.



- **Vælg det ønskede vægtprogram ved at dreje drejeknappen til programvalg.**
Displayet ruller gennem vægtprogrammerne.
- **Indstil madens vægt ved at dreje på tid/vægt knappen.**
Når knappen drejes langsomt, ændres vægten i trin på 10 g. Når knappen drejes hurtigt, ændres vægten i trin på 100 g.
- **Tryk på start.**

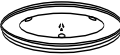
Bemærk

1. Såfremt maden vejer mere eller mindre end den anbefalte vægt i skemaet, bør effekt og tid stilles manuelt.
2. Ved tilberedningstider på mere end 60 min. vises tiden i timer og minutter.
3. Læs venligst tipsene til de enkelte programmer i skemaerne.

Sådan bruges vægt programmer

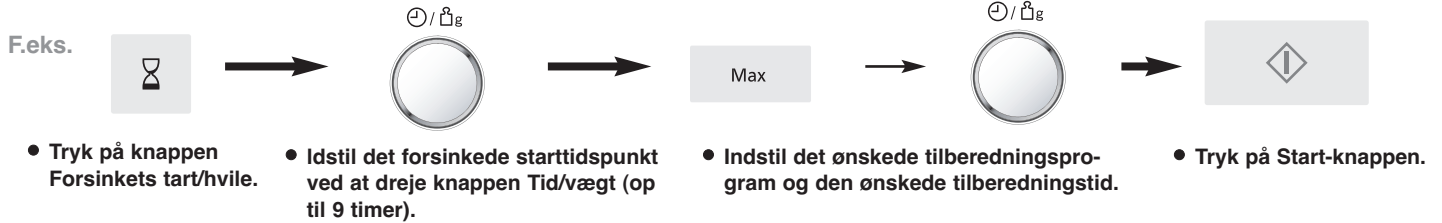
NN-SD459W

Dansk

Program	Elektronisk guide	Anbefalet vægt	Tilbehør	Gode råd til brug af programmerne
1 Opvarmning af mad	FERSK MAALTID	200 - 1500g		Opvarmning af mad på tallerken eller i skål Al maden skal have stue- eller køleskabstemperatur. Rør rundt, når ovnen bipper. Lad maden stå i nogle få minutter.
2 Opvarmning af frossen mad	FROSSEN MAD ** 💧	200 - 1200g		Opvarmning af frossen mad på tallerken eller i skål Al maden skal være færdiglavet og frossen. Rør rundt, når ovnen bipper. Rør rundt, når maden er varm, og lad den stå i 2-3 minutter.
3 Kogning af grønsager	FERSKE GROENT-SAGER	250 - 1500g		Kogning af friske grønsager Kom de tilberedte grønsager i en beholder af passende størrelse. Tilsæt 6 spsk. (90 ml.) vand. Tildæk let med perforeret film eller låg. Store portioner kræver omrøring, når ovnen bipper.
4 Kogning af frosne grønsager	FROSSEN GROENTS AGER ** 💧	300 - 1000g		Kogning af frosne grønsager Kom dem i en beholder af passende størrelse. Tilsæt 2 spiseskefulde (30 ml.) vand. Tildæk let med perforeret film eller låg. Rør rundt i grønsagerne, når ovnen bipper.
5 Kogning af frisk fisk	FERSK FISK	150 - 1000g		Kogning af frisk fisk (hel, fileter, skiver) Tildæk tynde fiskestykker. Anbring fisken i en beholder af passende størrelse. Tilsæt 2 spsk. (30 ml.) vand. Tildæk med perforeret film eller låg.
6 Kogning af frossen fisk	FROSSEN FISK ** 💧	200 - 900g		Kogning af frosne fiskeskiver og -fileter Kom fisken i en beholder af passende størrelse. Tilsæt to spiseskefulde (30 ml.) vand. Tildæk let med perforeret film eller låg.
7 Kop	1 KOP	150g		Opvarmning af en kop med f.eks. te, kaffe, mælk eller suppe Vælg kop, vælg vægten (150 ml.), og tryk på start.
8 Opvarmning af 1 krus	1 SKAAL	300g		Opvarmning af et krus Vælg opvarmning af krus, vælg vægten (300 ml.), og tryk på start.
9 Opvarmning af 2 krus	2 SKAAL	600g		Opvarmning af to krus Vælg opvarmning af 2 krus, vælg vægten (600 ml.), og tryk på start.

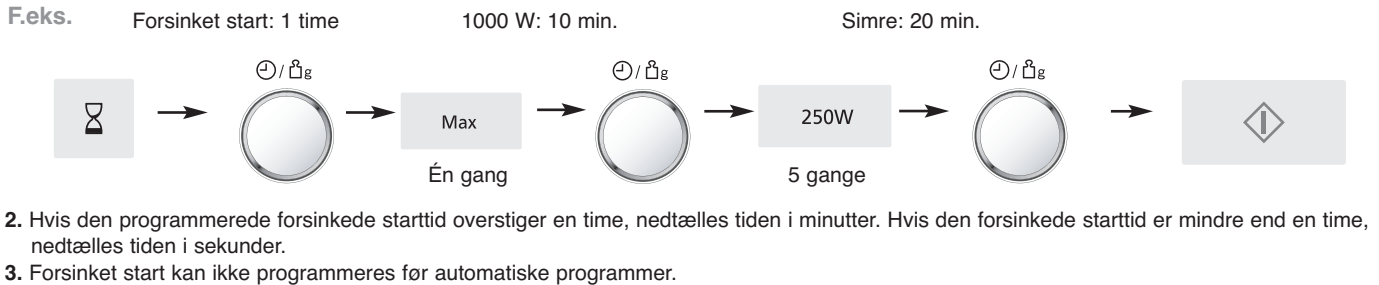
Forsinket start

Ved hjælp af knappen Forsinket start/hvile kan der programmeres et forsinket starttidspunkt.



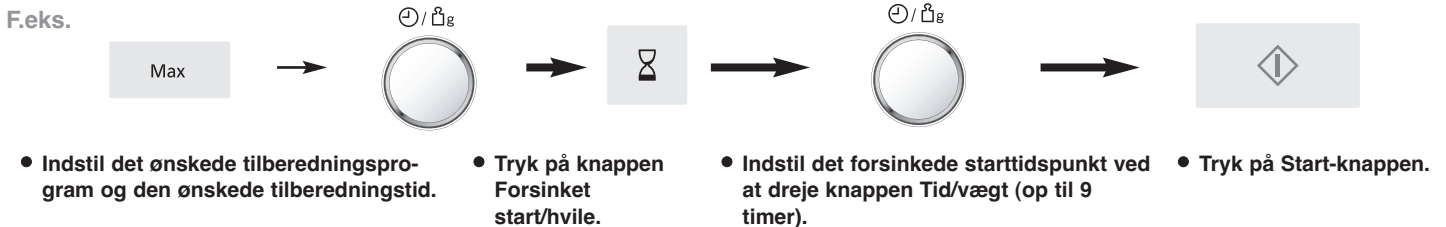
BEMÆRK:

1. Der kan foretages programmering af tilberedning i tre faser herunder tilberedning med forsinket start.



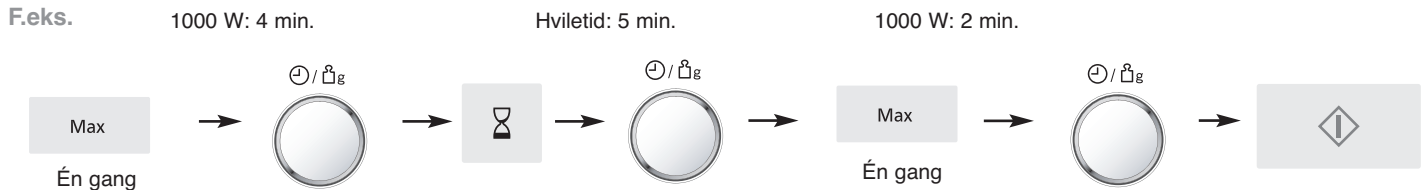
Hviletid

Knappen Forsinket start/hvile kan bruges til at programmere en hviletid, efter at maden er færdig, eller til at indstille ovnen som et minutur.



BEMÆRK:

1. Der kan foretages programmering af tilberedning i tre faser herunder hviletid.



2. Hvis ovndøren åbnes under hviletiden, eller mens ovnen bruges som minutur, vil der fortsat blive talt ned i displayet.
3. Denne funktion kan også bruges som minutur. Tryk på knappen Forsinket start/hvile, indstil tiden, og tryk derefter på Start-knappen.

Spørgsmål og svar

Spørgsmål: Hvorfor tænder ovnen ikke?

Svar: Når ovnen ikke tænder check følgende:

1. Er ovnen tilsluttet lysnettet? Sluk for stikkontakten i 10 sekunder for at nulstille ovnen og tænd så igen.
2. Kontrollér om sikringen er sprunget.
3. Hvis sikringen er i orden, prøv da at tilslutte den samme stikkontakt til et andet apparat. Fungerer dette, er der noget galt med ovnen. Fungerer det ikke, er der noget galt med stikkontakten. Såfremt der er noget galt med ovnen, kontaktes forhandleren, der kan oplyse om tlf. til det nærmeste servicecenter.

Spørgsmål: Når jeg tænder ovnen kommer der forstyrrelser i fjernsynet. Er det normalt?

Svar: Der kan opstå radio- og fjernsynsforstyrrelser, når ovnen er tændt. Denne forstyrrelse svarer til den støj som f.eks. støvsugere og hårtørrer giver. Det betyder ikke, at der er noget i vejen med ovnen.

Spørgsmål: Ovnens vil ikke acceptere mit programvalg.

Svar: Ovnens er sikret så den kun tager imod et rigtigt programvalg. Ovnens vil for eksempel ikke tillade en fjerde fase, og den vil ikke tillade et vægtprogram efter forsinket start.

Spørgsmål: Hvorfor kommer der varm luft ud af ventilationsåbningen?

Svar: Når der tilberedes mad afgiver maden varme. Denne varme bliver ført ud af ovnens ventilationsåbning ved hjælp af luftstrømningerne i ovnen. Ventilationsåbningen må derfor aldrig være tildækket, når ovnen er i brug. Der er ingen fare for mikrobølgeudslib.

Spørgsmål: Der vises et "D" i displayet, og ovnen fungerer ikke. Hvorfor?

Svar: Ovnens er sat til DEMONSTRATION. Dette er til øve- og demonstrationsbrug display. Slås fra ved at trykke på Ur/Tidknappen fire gange.

Spørgsmål: Mig bageovn stopper koge af microwave og "H97" og "H98" ser ud i den display rude.

Svar: Den display viser en opgave hos den microwave led ordning. Behage henvende sig til en bemyndiget Service Center.

Vedligeholdelse af ovnen

1. Sluk for ovnen når den skal rengøres.
2. Det er vigtigt at ovnrum og dørkam holdes helt rene. Vask ovnrum og ovnkarm af med en klud vredet op i varmt vand med sulfo.
3. Det udvendige af ovnen og ovnens betjeningspanel rengøres med en klud der er vredet op i varmt vand med lidt sulfo. Lad ovndøren stå åben under rengøring af betjeningspanelet, for at undgå ovnen starter tom. Tryk på annulleringsknappen efter rengøring for at nulstille ovnen.
4. Damp på indersiden af ovndøren tørres af med en tør klud eller et stykke køkkenrulle. Dampen kan opstå under meget fugtige forhold, og det beskadiger ikke ovnen.
5. Glastallerkenen rengøres i varmt vand med lidt sulfo eller i opvaskemaskinen.
6. Rulleringen og ovnens bund rengøres regelmæssigt for at undgå støj. Rengør med varmt vand med sulfo hvorefter der eftertørres med en tør klud eller et stykke køkkenrulle. Check efter at rullering og glastallerken ligger rigtig på plads efter rengøring.
7. Brug ikke damprenser til rengøring.
8. Når funktionen GRILL, VARMLUFT eller KOMBINATION bruges, kan det ikke undgås, at nogle fødevarer sprøjter fedt på ovnvæggene. Hvis ovnen ikke rengøres ind i mellem, begynder den at "ryge" under brug.
9. Der må ikke bruges en damprenser til rengøring.
10. Hold altid lufthullerne frie. Kontroller, at støv eller andet materiale ikke blokerer lufthullerne ovenpå, i bunden eller på siden af ovnen. Hvis lufthullerne blokeres, kan dette forårsage overophedning, hvilket kan have indflydelse på ovnens drift.
11. Hvis ovnen ikke holdes ren, kan det medføre nedbrydning af overfladerne, hvilket kan reducere ovnens holdbarhed væsentligt, og i værste fald medføre en farlig situation.

Tekniske specifikationer

Strømkilde:	230 V, 50 HZ	
Strømforbrug:	Mikrobølger	1260 W
Udgangseffekt:	mikrobølger	1000 W (IEC-60705)
Ydre mål:	510 (B) x 380 (D) x 304 (H) mm	
Ovnrummets mål:	359 (B) x 352 (D) x 217 (H) mm	
Vægt:	11.5 kg	
Støjniveau:	50 dB	

De angivne mål og vægt er omtrentlige.

Start aldrig en tom ovn

Det er vigtigt at bruge det rigtige køkkengrej.

- * Det må ikke være lavet af materialer som hindrer mikrobølger i at opvarme maden.
- * Det må heller ikke afgive skadelige stoffer til maden.

Skåle og fade af glas, porcelæn eller plastic uden metal og kan tåle madens høje temperatur, er velegnet.

Sådan undersøges om der er metal dit køkkengrej

Det der skal testes for metal, fx en tallerken, stilles tom på glastallerkenen. Stil også en mikroegnet skål med 1 dl vand ind i ovnen. Mikrobølg ved 1000 watt i 30 sek.

Såfremt tallerkenen er blevet varm er der metal i, og den er derfor ikke egnet til brug i mikroovne.

Papir og plastic

Plastbakker og plastbelagt papkasser af PET (polyethylenter-ephthalat) samt mikrobølgefilm.

Bortset fra bagepapir bør der ikke bruges køkkenrulle i mikroovnen. Se side DK-4.

Hvornår skal maden dækkes til?

Som regel skal der bruges låg eller film under tilberedningen for at holde på fugtigheden. Brug et låg en tallerken eller mikrobølgefilm.

Opvarmning i mikrobølgeovn

Mad	Vægt eller kvantitet	Afkølet	Frossen
Hovedretter			
Quenelles (mousse af fars el. fisk) (1, 2 & 3) + 2 store skefulde vand	320 g - 4 stk.	MAKS 1 min dernæst 250 W 5 min	-
Farserede tomater (1 & 3)	300 g 2 stk. 1000 g 8 stk.	MAKS 3 min 30 sek, dernæst 2 minutters hvile MAKS 10-11 min	- -
Kålruller (1, 2 & 3)	1050 g 6 stk.	-	MAKS 24 - 25 mins
Pasta & bælgrugter	-	600 W 1 min 30 sek - 2 mins	-
Grøntsager (1, 2 & 3)	100 g 200 g	MAKS 1 min - 1 min 10 sek MAKS 1 min 20 - 1 min 40 sek	- -
Puré/mos (1, 2 & 3) - Kartoffelmos - Grøntsagspuré	200 g 200 g 380 g 1000 g	MAKS 1 min 30 sek MAKS 1 - 2 mins MAKS 2 mins 30 sek -	MAKS 3 mins MAKS 3 mins 30 sek MAKS 8 mins MAKS 12 - 13 mins
Ris (1, 2 & 3)	200 g 500 g	MAKS 1 min 30 sek MAKS 3 min 30 sek - 4 mins	MAKS 2 mins 30 sek MAKS 6 - 7 mins
Spaghetti med sauce (1, 2 & 3)	200 g 500 g 1000 g	MAKS 2 mins MAKS 4 mins MAKS 7 - 8 mins	- - MAKS 13 - 14 mins

Opvarmning i mikrobølgeovn

Mad	Vægt eller kvantitet	Afkolet	Frossen
Kød og fisk			
Kallun (1, 2 & 3)	500 g	MAKS 4 min - 4 mins 30 sek	MAKS 7 - 8 mins
Cocktailpølser (1, 2 & 3)	120 g	440 W 1 min - 2 mins	-
Tilberedt kød (1, 2 & 3)			
- Oksekødsburger	100 g	600 W 30 - 40 sek	-
- Lyst kød	100 g 2 stk.	600 W 50 - 60 sek	-
- Mørkt kød	120 g 3 stk.	440 W 50 - 60 sek	-
- Kyllingelår	200 g	MAKS 1 min 50 sek.	-
Diverse			
Skysauce/sauce (1 & 2)	250 g 300 g 500 g	MAKS 2 mins MAKS 2 - 3 mins MAKS 3 - 4 mins	MAKS 3 mins 30 sek - MAKS 6 mins
Drikkevarer (1 & 2)			
- 1 kop	240 ml	MAKS 1 min 50 sek	-
- 2 kopper	480 ml	MAKS 3 mins 20 sek	-
- 3 kopper	700 ml	MAKS 4 mins 30 sek	-
Mælk (1, 2 & 3)			
- skål	250 ml	600 W 2 min eller autoprogram skål	-
- kande	600 ml	600 W 4 min 30 sek	-
Babymad (lille glas uden låg) (1)			
- Stuetemperatur	130 g 200 g	600 W 50 sek. test før brug 600 W 60 - 70 sek. test før brug	- -
- Fra køleskab	130 g 200 g	600 W 60 - 70 sek. test før brug 600 W 1 min 20 - 1 min 30 sek. test før brug	- -
Desserter			
Kokosnøddekugler (1 & 2)	6 stk.	250 W 2 - 3 mins	440 W 3 - 4 mins
Pandekager (1 & 3)	50 g 1 stk. 100 g 2 stk.	MAKS 20 - 30 sek. MAKS 35 - 40 sek.	MAKS 40 sek. MAKS 80 sek.
Makroner (3)	16 stk. 190 g	-	250 W 1 min-1 min 20 sek, dernæst 5 minutters hvile
Popcorn med sukker (3)	1 x 100 g	-	MAKS 2 min 30 sek. - 3 mins

Lad maden stå og hvile bagefter; 10 minutter for store portioner, 3-6 minutter for individuelle portioner.(1) Dæk maden til (2) Omrør, når den halve tid er gået (3) Fjern eventuel aluminiumsemballage og anbring maden i en mikrobølgesikker skål/tallerken.

Fakts om mikrobølger

Mikrobølger er elektromagnetiske energibølger som er naturligt til stede i atmosfæren og som ligner den slags bølger, der anvendes til overføring af radio- og tv-bølger, langdistance-telefonsamtaler og radar. Det antal gange mikrobølgerne svinger pr. sekund, kaldes frekvens og beregnes i megahertz, MHz.

Maden består af forskellige molekyler, bl.a. fedt, vand og sukker. I de fleste former for mad udgør vandet en stor del heraf. Mikrobølger opvarmer maden lynhurtigt, idet netop er vand der tiltrækker mikrobølgerne.

De elektromagnetiske bølger trænger 1-5 cm ind i maden og sætter madmolekylerne i svingninger. De svingende molekyler gnidder mod hinanden, 2,4 milliarder gange i sekundet og derved opstår varme, præcis som når man gnidder hænderne mod hinanden en kold vinterdag.

Mikrobølgerne trænger ind i en portion mad som opvarmes. Fordobles mængden, ja - så fordobles tiden også. Det er fordi den mængde mikrobølger der sendes ind i ovnrummet skal deles imellem den mængde mad der er i ovnen. Derfor er tilberedning med mikrobølger sjældent egnet ved større gæstebud, men en fortrinlig hjælp til almindelige husholdninger i dagligdagen.

Tilberednings tips

Din ovn er udstyret med den sidste nye teknologi indenfor mikrobølgeovn kaldet inverter. Denne teknologi giver et bedre og mere ensartet resultat end vi sædvanligvis kender fra mikrobølge tilberedning. Følgende tips sikre et godt resultat og giver en bedre forståelse for mikrobølge-madlavning.



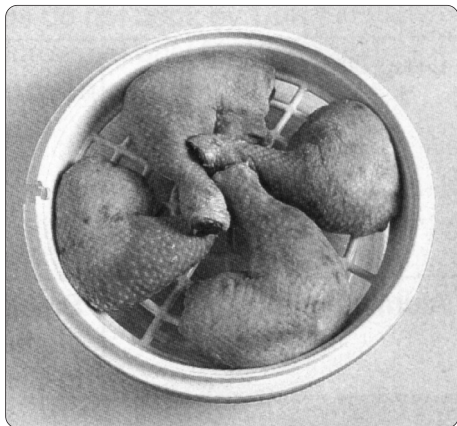
Madens temperatur.

Mad fra fryser (-18 °C) og køleskab (5 °C) er længere om at blive opvarmet end mad med rum temperatur (20 °C).



Skåle og fades størrelse

Brug en skål der passer til mængden af mad. Jo større overflade, desto hurtigere koger maden. Maden bliver mere ensartet tilberedt i en rund eller oval skål med lodrette sider.



Placering af maden

Placer maden så den tykkeste del ligger yderst og den tyndeste ind mod midten. Maden koger eller optør hurtigere når den ligger i et ensartet lag.



Snit eller prik overfladen

Bagekartofler, rødbeder og tomater krydses med en kniv. Pølser prikkes med en gaffel.



Madens størrelse

Madens skal ikke nødvendigvis deles i små stykker men blot have en ensartet størrelse.



Rør og vend

Større stykker kød fx en kylling eller steg, skal vendes efter halvdelen af tilberedningstiden. Rør i væsker før og under opvarmning for at indgå stød kogning.



Hviletid og udligningstid

Maden skal ikke være helt gennemkogt, optøet eller gennemstegt når den tages ud af mikroovnen. En hviletid på 2-10 min. er en del af selve tilberedningstiden og vigtig for et godt resultat. Madens temperatur kan stige op til 10 °C efter at mikrobølgeingen er stoppet. Såfremt maden ikke er mør efter hviletiden, gives lidt længere tid i mikroovnen.

Madens indhold af fedt

Kød der indeholder fedt tilberedes hurtigere end fx grønsager, kartofler og frugter.

Opvarmning af mad

Frossen og køleskabskold

Sammenkogte retter

Dæk maden til med et låg eller mikrobølgefilm.

* Brug program opvarmning efter vægt.

Tallerken retter

* Placer pasta, ris og kartofler yderst og kød, fisk og grønsager i midten.

* Kom eventuelt saucen i en lille skål ved siden af.

* Dæk maden til med et låg eller mikrobølgefilm.

* Brug program opvarmning efter vægt.

Opvarmning af baby mad

Se afsnit om Babymad side DK-26

Supper og Sauce

Opvarm suppe ved 1000 watt mikrobølger. Dæk suppen til med låg eller mikrobølgefilm.

2 dl 2-2½ min.

3 dl 2½-3 min.

4 dl 3-3½ min.

5 dl 3½-4 min.

10 dl 8 min.

Kaffe, the, m.m.

Brug program opvarmning af kop eller krus. Opvarm uden låg.

Slut temperaturen ligger omkring 55-85 °C, afhængig af start temperaturen.

Optøning af mad

Frossen mad der er færdig tilberedt og klar til at spise, skal ikke optøs først, men opvarmes direkte. Se side og programmer side DK-10.

Frossen mad der skal bruges kold, optøs nemt og hurtigt på ovnens optøningsprogram.

Optøningsprogrammet er til stykker af kød og fisk eller hakket samt til optøning af hele store stykker kød og fisk , fx stege eller fjerkræ såsom kylling, and m.m. Se programmer side DK-9.

* Læg maden på en omvendt tallerken. Det giver en mere ensartet optøning.

* Når ovnen stopper vil maden stadig være lidt frossen i midten. I den efterfølgende hviletid (optøningstid) vil maden tø færdig.

Optøning ved Min **

Fødevarer	Vægt	Tid	Hviletid
Kød		Brug program efter vægt	Samme tid som optøning
Indmad	500 g	15 min.	10 min.
Fisk		Brug program efter vægt	Samme tid som optøning
Rejer	200 g	7 min.	5-10 min.
Krabber	500 g	9-10 min.	10-15 min.
Frugt			
Bløde frugter (hindbær, jordbær)	250 g	5 min.	5-10 min.
Hårde frugter (Blommer, kirsebær)	500 g	8-10 min	15-20 min.
Brød og kager			
Franskbrød	500 g	5 min.	Ca. 5 min.
Rugbrød	500 g	8 min.	Ca. 10 min.
Formkager	400 g	8 min.	5-10 min.
Tærter	700 g	12-14 min.	5-10 min.

Grønsager

Grønsager koges hurtigt og nemt på ovnens automatiske programmer (se DK- 10)

Såfremt der ønskes en kortere eller længere tilberedningstid kan der i ovnen med

* vægt programmer indtaste 10% mere eller mindre i vægt.

Grønsagsgratin 4-6 portioner

Program grønsager

Ca. 600 g rensede gulerødder,

blomkål og broccoli

4 hele æg

2 1/2 dl fløde 13%

1 tsk salt

1 knivspids peber

1/2 tsk stødt muskat

2 spsk revet ost

24/25 cm glasrandform

eller en 24 cm glasskål med en 5-6 cm skål i

1. Del grønsagerne i ensartede stykker.
2. Læg grønsagerne i fad og tilsæt 1/2 dl vand. Dæk med låg.
3. Mikrobølg grønsagerne på program "Grønsager".
4. Pisk fløde, krydderier og æg sammen med et piskeris eller en gaffel.
5. Fordel den revne ost og æggemassen over de varme kogte grønsager. Der skal ikke dækkes med låg.
6. Mikrobølg ved 600 Watt mikrobølger i ca. 8 min.

Blomkål med rejer og stenbiderrogn 4 portioner

Program grønsager

1 blomkålshoved, 300 g

150 g rejer,

1 lille glas lys kaviar eller

stenbiderrogn

1 salat hoved,

1 citron eller lime i både

Dild eller brøndkarse

Sauce:

50 g mayonnaise,

2 1/2 dl creme fraiche 18%

1/2 tsk Dijon sennep,

1 tsk salt, Lidt peber

1. Rens blomkålshovedet.
 2. Skær et kegleformet snit i blomkålshovedets stok.
 3. Læg blomkålshovedet i en skål med hovedet opad.
 4. Tilsæt 1/2 dl vand. Dæk med låg.
 5. Mikrobølg på program grønsager efterfulgt af 5 min. trækkeid.
 6. Mærk efter om kålen er mør, og stil den herefter til afkøling.
- Sauce:**
Rør alle ingredienserne godt sammen og stil det derefter til afkøling.

Servering:

1. Vask salathovedet og tør bladene godt.
2. Læg salatbladene på et rundt serveringsfad.
3. Læg blomkålshovedet over.
4. Fordel saucen over og pynt med rejer, kaviar, citronbåde og dild eller brøndkarse.

Tips: Serveres som frokostret eller forret med sprød flute til.

Fisk

Grøn fiskegryde 2 portioner Program grønsager

200 g kartofler i tern
200 g squash i tern
100 g gulerødder i tern
1 dl vand
200 g fiskefilet

sauce:

1 dl creme fraiche 18%, $\frac{1}{2}$ dl frosne ærter
1 spsk maizenamel, 1 tsk salt
1 tsk karry

1. Kom grøntsagerne i en $1\frac{1}{2}$ liters skål med vandet.
2. Dæk til og kog grøntsagerne på program grønsager.
3. Rør creme fraiche med maizenamel, salt og karry. Tilsæt vandet fra grøntsagerne. Giv sovsen et opkog ved 1000 Watt i 1 min.
4. Tilsæt de frosne ærter.
5. Fordel fisken over grøntsagerne - pres dem lidt ned mellem grøntsagerne.
6. Hæld saucen over. Dæk skålen til og mikrobølg ved 600 Watt i 5 min dernæst 2 minutters hviletid.

Fiskefileter med grønsager 2-3 portioner

Program grønsager

400g fiskefileter
1 tsk salt
1 spsk smør
150 g fint snittet porre
50 g gulerod, tænd stik tykke strimler
125 g selleri, tænd stik tykke strimler
1 dl vand
2 spsk hakket persille
1 spsk citronsaft
1 dl creme fraiche

1. Drys fisken med salt og lad den trække mens grøntsagerne gøres i stand.
2. Kom smør, porre, gulerod, selleri og vand i et halvdylbt fad.
3. Dæk med låg eller mikrofilm og kog grøntsagerne på program grønsager.
4. Mærk efter om grøntsagerne er tilpas. Smag til med salt, persille, citronsaft og creme fraiche.
5. Skær fisken i ensartet stykker. Læg dem over grøntsagerne, dæk med låg og mikrobølg ved 600 Watt i 6-7 min. efterfulgt af 2 min. hviletid.
6. Se efter om fisken er mør, den skal være helt hvid og fast.
7. Server fisken med citronbåde og enten flute, ris eller pillekartofler til.

Kød

Chili con carne 4 portioner

500 g hakket okse-småkød
150 g løg
150 g grøn peber
150 g rød peber
1 fed hvidløg
400 g flåede dåsetomater
2 spsk tomatpuré
1 tsk chilipulver
1 knsp. cayennepeber
1 knsp. sort peber
1 ds baked beans

1. Kom kødet i en stor fladbundet skål og smuldre det med en gaffel. Dæk med låg og mikrobølge ved 1000 Watt mikrobølger i 4 min.
2. Rør rundt i kødet med en gaffel og smuldre det. Tilsæt hakket løg, peber i tern, hvidløg, flåede tomater, tomatpure, chilipulver, cayennepeber og sort peber og bland det godt sammen. Dæk med låg eller mikrofilm.
3. Mikrobølge ved 1000 Watt i 10 min. Rør efter halvdelen af tiden.
4. Tilsæt dåsebønnerne, rør rundt, dæk med låg eller mikrofilm og mikrobølge yderligere ved 600 Watt mikrobølger i 10 min. Smag retten til og server den med brød til.

Svinegryde med paprika

15 ml. (1 spsk.) solsikkeolie
450 g svinekød i tern
1 løg, skåret i skiver
1 fed knust hvidløg
1 grøn peber, uden frø og skåret i strimler
15 ml. (1 spsk.) paprika
3 ml. ($\frac{1}{2}$ tsk.) stødt kommen
1 ds. hakkede tomater (396 g)
15 ml. (1 spsk.) tomatpure
150 ml. varm kød- eller kyllingebouillon
175 g små champignoner
sort peber
10 ml. (2 tsk.) majsmelet
30 ml. (2 spsk.) cremefraiche

1. Kom alle ingredienserne, bortset fra majsmelet og cremefraiche, i en stor skål. Tildæk det, og varm det ved 1000 W i 10 min.
2. Rør rundt, tildæk det, og varm det ved 250 W i 50 min., eller til kødet er mørt. Rør rundt én gang under tilberedningen.
3. Bland majsmelet med lidt vand, og rør det i gryderetten. Tildæk retten, og varm det i yderligere 5 min. ved 250 W, eller indtil retten er jævnet.
4. Rør cremefraichen i, og server straks.

Kyllingebryst med broccolifyld

250 g frossen broccoli, optøet
 2 finthakkede forårsløg
 115 g mild revet cheddarost
 6 store kyllingebryster, banket ud til en tykkelse på 5 mm
 3 x 25 g skiver kogt skinke, skåret i halve
 60 g friske brødkrummer
 30 ml. (1 spsk.) finthakket frisk persille
 3 ml. ($\frac{1}{2}$ tsk.) paprika
 45 ml. (3 spsk.) smeltet smør eller margarine
 15 ml. (1 spsk.) hvedemel
 salt og peber
 250 ml. mælk

1. Hak den optøede broccoli, og afdryp den omhyggeligt. Kom den i en skål sammen med løgene og halvdelen af osten.
2. Læg 1 skinkestykke på hvert kyllingebryst, og fordel broccoliblandingen ovenpå.
3. Fold kyllingen dobbelt hen over broccolien. Fold omhyggeligt enderne ind.
4. Bland brødkrummerne, paprikaen og persillen på en tallerken. Pensl kyllingen med ca. 1 spsk. af smørret. Drys kyllingestykkerne med brødblandingen.
5. Kom kyllingen i et ildfast fad, tildæk med bagepapir, og varm det ved 1000 W i 15–16 min. Vend stykkerne én gang under tilberedningen.
6. Kom resten af smørret/margarinen i en mellemstor skål. Tilsæt mel, salt og peber, og bland det godt. Tilsæt mælken gradvist, og varm det ved 1000 W i 3–4 min., eller til det begynder at koge. Rør rundt to gange under opvarmningen. Tilsæt resten af osten, og rør rundt, til den smelter. Serveres sammen med kyllingen.

Peberbøf 4 portioner

750 g oksefilet, skåret i tynde skiver
 5 ml. (1 tsk.) kværnet sort peber
 1 rød peber i skiver
 1 finthakket grøn peber
 6 hakkede forårsløg
 25 ml. (1 $\frac{1}{2}$ spsk.) majsmeel
 125 ml. vand
 15 ml. (3 tsk.) frisk ingefær, revet
 3 fed hvidløg, knuste
 30 ml. (2 spsk.) soyasauce
 5 ml. (1 tsk.) sesamolie

1. Kom alle ingredienserne i en stor skål, og bland dem godt. Tildæk skålen, og varm det ved 1000 W i 8 min. Rør rundt én gang under tilberedningen.
2. Tag låget af, rør rundt to gange, og varm retten ved 600 W i 10 min.

Supper og Sauce

Champignonsuppe 4 portioner

50 g finthakket løg
2 spsk smør
400 g rensede markchampignon i kvarte
1 dl hvidvin
8 dl vand
2 hønsebouillon tern
2 dl creme fraiche
2 spsk maizenamel
salt, hvid peber
2 spsk fint klippet purløg

1. Kom smør, løg og champignon i en stor skål. Dæk med låg og mikrobølge ved 1000 Watt i 5 min.
2. Tilsæt vand, hønsebouillon tern, hvidvin, cremefraiche og maizenamel og bland det godt. Dæk med låg og mikrobølge 1000 Watt i 5 min.
3. Pisk i suppen og mikrobølge yderligere ved 1000 Watt i 6-8 min. eller til suppen kommer i kog.
4. Pisk suppen godt igennem.
5. Smag evt. til med salt og peber. Pynt med fint klippet purløg og server suppen rygende varm med sprød flute til.

Indisk karry ærtesuppe 2-3 portioner

1 finthakket løg, 100 g
1 spsk smør, 2 spsk karry
250 g frosne ærter
1-2 spsk karry
4 dl vand
1 stk. hønsebouillon tern
1 dl piskefløde
1 spsk mandelflager

1. Kom løg, smør og karry i en stor skål og dæk med låg.
2. Mikrobølge ved 1000 Watt i 11/2 min. Rør rundt.
3. Tilsæt frosne ærter, vand og hønsebouillon tern.
4. Dæk med låg. Mikrobølge ved 1000 Watt i 6 min. eller til suppen begynder at koge.
5. Purér suppen med en håndmikser, stavblender eller i en blender. Tilsæt fløde.
6. Kom mandelflager på en tallerken og mikrobølge ved 1000 Watt i 1-2 min.
7. Drys mandlerne over suppen ved servering.

Brun sauce 2-4 portioner

3¹/₂ dl stegesky eller bouillon
1¹/₂ dl mælk
1¹/₂ dl fløde
2 spsk hvedemel
1¹/₂ tsk kulør
salt og peber

1. Kom stegesky, mælk, fløde og kulør i en mikroegnet skål.
2. Drys melet over og pisk godt til der ikke er nogle klumper.
3. Mikrobølge sauceen ved 1000 Watt i 4 min. eller til sauceen koger. Pisk en enkelt gang undervejs.
4. Sauceen skal koges godt igennem for at den jævner og melsmagen forsvinder, men hold øje med at sauceen ikke koger over.
5. Smag til med salt og peber.

Ris og gryn

Osterisotto

1 finthakket løg
 1 fed hvidløg, finthakket
 2 spsk. olivenolie
 250 g arborioris
 175 ml. hvidvin
 450 ml. grønsagsbouillon
 60 g Taleggio, i tern
 60 g gorgonzola, i tern
 125 ml. kaffeløde
 50 g groftrevet parmesan. Gem en håndfuld til pynt
 En håndfuld friske basilikumblade, revet i stykker

1. Varm løg, olie og hvidløg i en tildækket skål i 3 min. ved 1000 W.
2. Tilsæt risen, og varm det uden låg ved 1000 W i 1 min.
3. Tilsæt hvidvin, og varm det med låg i 5 min. ved 1000 W.
4. Rør rundt, og tilsæt grønsagsbouillon. Varm det i 5 min. ved 1000 W.
 Rør rundt, og varm det derefter i 5 min. ved 600 W og dernæst ved 440 W i 5 min. (med låg).
5. Tilsæt Taleggio, gorgonzola, parmesan, basilikum og kaffeløde. Rør rundt, og lad det stå i 2 min. (med låg).
6. Serveres straks med revet parmesan som pynt.

Havregrød 1 person

1 dl havregryn
 2½ dl vand
 1 nip salt

1. Kom ingredienserne i en mikroegnet tallerken.
2. Mikrobølg ved 1000 Watt i 2 min. efterfulgt af 1-2 min. hviletid.
3. Rør rundt og tilsæt eventuelt lidt salt.

Tips: Bliver grøden for stiv røres den lind med lidt koldt vand.

Desserter og Bagning

Varme bananer med rom og rosiner

40 g stenfri rosiner
 75 ml. mørk rom
 50 g usaltet smør
 60 ml. blød, lys farin
 4 modne bananer, skrællede og delt i to på langs
 1,5 ml. (1/4 tsk.) revet muskatnød
 1,5 ml. (1/4 tsk.) stødt kanel
 30 ml. (2 spsk.) ristede mandelflager

1. Kom rosinerne i en skål sammen med rommen, og lad dem stå i blød i 30 min.
2. Kom smørret i en fladbundet skål, og smelt det ved 1000 W i 1 min., eller indtil det er smeltet.
3. Rør sukkeret i, og varm ved 1000 W i 1 min. Kom bananerne i tallerkenen, og vend dem i sukkerblandingen. Varm det derefter ved 1000 W i 3–4 min. Vend bananerne én gang.
4. Drys krydderierne over bananerne.
5. Kom rom og rosiner i en lille kop, og varm det ved 1000 W i 30–45 sek. Hæld det over bananerne. Drys mandelflagerne over, og server straks med creme eller is.

Gulerodskage

Form: 18 cm souffleform

150 g fuldkornsmel iblandet bagepulver
100 g blød, lys farin
10 ml. (2 tsk.) kanel
100 g revne gulerødder
75 g rosiner
150 ml. vegetabilisk olie eller majsolie
2 sammenpiskede æg
Glasur:
50 g flødeost
50 g smør
100 g flormelis
15 ml. (1 spsk.) citronsaft
50 g valnødder, hakkede

1. Bland æggene med olien.
2. Kom mel, sukker, kanel, rosiner og gulerødder i en skål. Hæld æggeblandingen i melet, og bland det godt.
3. Hæld blandingen i formen, og varm det ved 600 W i mikrobølgeovnen i 7–8 min., eller til blandingen er fast. Lad det stå i 5 min., før du tager kagen ud.
4. Pisk flødeost og smør til en jævn blanding. Tilsæt gradvist flormelis og citronsaft, mens du pisker. Smør glasuren på kagens sider og top, og drys med de hakkede valnødder.

Chokoladefromage 4 portioner

2 hele æg (økologiske)
2 spsk sukker
50 g mørk chokolade
3/4 dl stærk kaffe
3 blade husblas
2 dl piskefløde

1 ds små mandarinbåde
1 dl piskefløde til flødeskum til pynt

1. Bræk chokoladen i mindre stykker i en stor rundbundet skål (1½ - 2 liter). Tilsæt kaffen.
2. Mikrobølg ved 600 Watt i 1-3 min. eller til chokoladen er smeltet. Pisk chokolade og kaffe sammen til en ensartet masse.
3. Læg husblas i blød i koldt vand i en lille kop eller skål.
4. Pisk æggeblommerne og sukker til en god æggesnaps.
5. Bland æggesnap og chokolade sammen.
6. Hæld vandet fra husblasen og smelt det i mikroovne ved 1000 Watt mikrobølger i 20-30 sekunder.
7. Hæld husblas i en tynd stråle i chokolademassen imens der røres godt.
8. Lad blandingen stivne let.
9. Pisk fløden og bland den i.
10. Pisk hviderne til hård skum og vend dem forsigtig i formagen. Hæld fromagen i en serveringsskål og lad den stivne helt i køleskab.
11. Pynt med syltede mandarin både og eventuelt flødeskum.

Kagecreme

2½ dl mælk
1 spsk maizenamel eller hvedemel
2 spsk sukker
½ tsk vanillesukker
2 hele æg

1. Kom mælken i en skål, tilsæt maizenamel og pisk det ud.
2. Tilsæt resten af ingredienserne og pisk det godt sammen.
3. Mikrobølg cremen ved 1000 Watt først i 2½ min., pisk og mikrobølg dernæst i 1-2 til cremen er kommet i kog.
4. Pisk den godt igennem og stil den dernæst til afkøling.

Babymad

Når der er en baby i huset er en mikroovn en stor hjælp. Sutteflasken opvarmes hurtigt og når babyen begynder på skemad tilberedes såvel vælling, grød, frugtmos og grønsagsmos hurtigt i mikroovnen.

Opvarmning af sutteflaske

Fra køleskab + 5 °C.

Sutten eller låget tages af inden flasken opvarmes i mikroovnen ved 1000 Watt mikrobølger

50 ml 15 sek.
100 ml 20-25 sek.
150 ml 25-30 sek.
200 ml 30-35 sek.
250 ml 35-40 sek.

Ryst flasken godt og mærk efter på indersiden af håndledet, mælken skal føles tilpas varm (37 °C).

Opvarmning af modermælk

Der har været usikkerhed om modermælk kunne opvarmes i mikroovne uden at ødelægge modermælks antistoffer. Undersøgelser som det danske levnedsmiddelinstitut har lavet viser at ændringer i antistofferne ikke er afhængig af opvarmingsmetode - mikrobølgeovn eller vandbad - men kun af temperaturen.

Hirsegrød

1½ dl mælk eller vand
2 spsk hirseflager
1 tsk smør

Bland ingredienserne sammen i en dyb tallerken. Mikrobølg ved 1000 Watt i 1 min. 30 sek. Eller til grøden begynder at koge. Rør i grøden til en passende konsistens. Tilsæt smør og til sidst 3-4 ml modermælk erstatningspulver når grøden er lidt afkølet 40-50 °C (afhængig af mærke, se på doserings anvisningen). Grøden kan tilsættes lidt frugtmos.

Majsgør

Som Hirsegrød. Hirseflager erstattes med majsmel. Rør i grøden 1 min. Rør godt i grøden efter endt kogetid.

Opvarmning af færdiglavet babymad

Kom babymaden ud på en tallerken. Dæk med et låg. Før servering er det vigtigt at røre i maden og kontrollere, at den ikke er for varm.

1000 Watt mikrobølger
100 g ca. 20-30 sekunder
150 g ca. 40-50 sekunder
200 g ca. 50-60 sekunder

Kartoffel-grønsagsmos

100 g kartofler
50 g gulerod
1½ dl vand
1-2 små stilke broccoli, blomkål eller porre
1 tsk smør

Del grønsagerne i mindre stykker og læg dem i en skål eller dyb tallerken. Tilsæt vand og dæk med låg eller mikrofilm.

Mikrobølg ved 1000 Watt mikrobølger i ca. 5 min. eller brug program Grønsager. Tilsæt smør og mos grønsagerne med en gaffel eller en stav blender. Rør mosen lind med modermælk/modermælk erstatning.

Efterhånden som barnet bliver større og efter aftale med sundhedsplejersken kan mosen tilsættes kød, fisk og andre grønsager.

Dette produkt opfylder den europæiske standard EN 55011 for EMC forstyrrelser (EMC = Elektromagnetisk Kompatibilitet). I henhold til denne standard er dette produkt et apparat i gruppe 2, klasse B og opfylder kravene for dette. Gruppe 2 betyder, at radio-frekevent energi danes i form af elektromagnetiske bølger, med henblik på opvarmning af føde. Klasse B betyder, at dette produkt, må anvendes i almindelige husholdninger.



Oplysninger til brugerne om afhændelse af elektriske apparater og elektronisk udstyr (private husholdninger)

Når produkter og/eller medfølgende dokumenter indeholder dette symbol, betyder det, at elektriske apparater og elektronisk udstyr ikke må smides ud sammen med det almindelige husholdningsaffald.

For at sikre en korrekt behandling, indsamling og genbrug, skal du aflevere disse produkter på dertil indrettede indsamlingssteder, hvor de vil blive modtaget uden ekstra omkostninger. I nogle lande er der også mulighed for, at du kan indlevere dine produkter hos den lokale forhandler, hvis du køber et nyt og tilsvarende produkt.

Hvis du afhænder dette produkt på korrekt vis, vil det være med at spare på de værdifulde naturlige råstoffer og forhindre eventuelle negative påvirkninger på folkesundheden og miljøet, hvilket ellers kunne blive følgerne af en forkert håndtering af affaldet. Kontakt de lokale myndigheder for at få yderligere oplysninger om, hvor du kan finde det nærmeste indsamlingssted.

I visse lande vil en forkert afhændelse af affaldet medføre en bødestraf i henhold til de gældende bestemmelser på området.

Professionelle brugere i EU

Hvis du ønsker at smide elektriske apparater eller elektronisk udstyr ud, skal du kontakte din forhandler eller leverandør for at få yderligere oplysninger.

Oplysninger om afhændelse i lande uden for EU

Dette symbol er kun gyldigt i EU.

Hvis du ønsker at afhænde dette produkt, skal du rette henvendelse til de lokale myndigheder eller din forhandler. Her kan du få oplysninger om, hvordan du bedst kommer af med produktet.

I henhold til direktiv 2004/108/EC, artikel 9(2)

Panasonic Test Center

Panasonic Service Europe, en afdeling af Panasonic Marketing Europe GmbH

Winsbergring 15, 22525 Hamborg, Tyskland

Fremstillet af Panasonic Home Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd, 898 Longdong Road, Pudong, Shanghai, 201203, Kina.

Panasonic Manufacturing U.K Ltd (PMUK)
Wyncliffe Road
Pentwyn Industrial Estate
Cardiff
CF23 7XB
UK

F00039G00EP