

## Návod na obsluhu

Kombinovaná mikrovlnná rúra

Model č. NN-DF38PB  
NN-DF37PW

Určené len pre použitie v  
domácnostiach



**INVERTER**



Naskenujte QR kód pre ďalšie recepty a úplnú verziu návodu na obsluhu.

<https://www.panasonic.com/nn-df38p-df37p/>



**Jablkový koláč**



**Slaný koláč  
„Quiche lorraine“**



# Slovensky

## **DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY**

Pred uvedením tejto rúry do prevádzky si pozorne prečítajte tieto pokyny a odložte si ich pre budúce použitie.

# OBSAH

Ďakujeme za kúpu tohto spotrebiča značky Panasonic.

Bezpečnostné pokyny.....	4
Likvidácia starého zariadenia.....	10
Inštalácia a pripojenie.....	10
Umiestnenie rúry.....	11
Dôležité bezpečnostné pokyny.....	12
Starostlivosť a čistenie vašej rúry.....	18
Dodatočné odporúčania.....	20
Príslušenstvo rúry.....	21
Jednotlivé časti rúry.....	22
Princípy mikrovlnnej rúry.....	23
Ovládací panel.....	25
Voľba hore/dole.....	26
Displej.....	26
Všeobecné usmernenia.....	27
Rýchla kontrola nádob na varenie.....	30
Nádoby vhodné na použitie.....	31
Režimy pečenia.....	33
Začnite používať svoju rúru.....	35
Voľba pípnutia.....	36
Detská poistka.....	37
Osvetlenie rúry.....	37
Mikrovlnné varenie a rozmrazovanie.....	38
Pokyny pre rozmrazovanie.....	40
Tabuľky rozmrazovania.....	41
Grilovanie.....	43

Pečenie v rúre.....	45
Režim „Eco Combi“.....	48
Viacstupňové varenie.....	50
Použitie časovača.....	53
Použitie funkcie pridania času.....	57
Rozmrazovanie.....	58
Programy automatického snímača.....	61
Programy automatického varenia.....	66
Nastavenie čistenia.....	71
Pokyny pre varenie a ohrievanie.....	72
Tabuľky pre ohrev.....	74
Tabuľky pre varenie/pečenie.....	80
Tabuľky programu „Eco Combi“.....	85
Otázky a odpovede.....	89
Recepty.....	91
Technické údaje.....	101

## Bezpečnostné pokyny

- Dôležité bezpečnostné pokyny. Pred použitím tejto rúry si pozorne prečítajte tieto pokyny a uschovajte si ich pre použitie v budúcnosti.
- Tento spotrebič môžu používať deti od 8 rokov a staršie a osoby s obmedzenými fyzickými, zmyslovými a mentálnymi schopnosťami a bez dostatočných skúseností a znalostí, ak sú pod dohľadom alebo boli poučené o bezpečnom použití spotrebiča osobou zodpovednou za ich bezpečnosť a porozumeli možnému nebezpečenstvu, vrátane unikajúcej pary. Nedovoľte deťom hrať sa so spotrebičom. Čistenie a údržbu nesmú vykonávať deti bez dozoru. Držte spotrebič a jeho napájací kábel mimo dosah detí mladších ako 8 rokov.
- Pri inštalácii tejto rúry musí byť možné jednoducho odpojiť spotrebič od elektrickej siete odpojením zástrčky alebo vypnutím ističa.
- Ak je poškodený napájací kábel, musí ho vymeniť výrobca, servisný technik alebo podobne kvalifikovaná osoba, aby sa zabránilo nebezpečenstvu.
- **VAROVANIE!** Pre kohokoľvek iného ako kompetentnú osobu je nebezpečné vykonávať akýkoľvek servis alebo opravu, ktorá zahŕňa odstránenie krytu, ktorý poskytuje ochranu pred vystavením mikrovlňnej energii. Spotrebič je potrebné skontrolovať, či nie je poškodené tesnenie dvierok a oblasti tesnenia dvierok a Ak sú dvierka alebo tesnenie dvierok poškodené, rúra sa nesmie prevádzkovať, kým ju neopraví kompetentná osoba.

## Bezpečnostné pokyny

- **VAROVANIE!** Nemanipulujte so spotrebičom ani nevykonávajte žiadne nastavenia a opravy dvierok, krytu ovládacieho panela, bezpečnostných spínačov ani žiadnych dielov rúry. Nedemontujte vonkajší kryt rúry, ktorý zaisťuje ochranu proti pôsobeniu mikrovlnnej energie. Opravy môže vykonávať len kvalifikovaný servisný technik.
- **VAROVANIE!** Tekutiny a iné pokrmy nesmiete ohrievať v uzatvorených nádobách, pretože môžu explodovať.
- **VAROVANIE!** Neumiestňujte rúru do blízkosti elektrického alebo plynového sporáku.
- **VAROVANIE!** Deti môžu používať spotrebič len ak boli poučené o použití a sú schopné spotrebič používať bezpečným spôsobom a porozumeli možným rizikám pri nesprávnom použití. Zabezpečte, aby sa deti po použití rúry nedotýkali horúceho vonkajšieho krytu.
- Táto rúra je určená len pre použitie na pracovnej ploche. Nie je určená pre zabudovanie alebo v uzatvorenej skrinke. Spotrebič nesmie byť umiestnený v skrinke.

### Pri použití na pracovnej ploche:

- Rúru musíte postaviť na rovný, stabilný povrch, 85 cm nad podlahou, do zadnou stranou umiestnenou proti zadnej stene. Pre správnu prevádzku rúry musíte zabezpečiť dostatočný priestor, 5 cm z jednej a druhej strany, 15 cm zhora; 10 cm zozadu.
- Pri ohreve pokrmu v plastovej alebo papierovej nádobe pokrmy často kontrolujte, pretože tieto typy obalov sa môžu pri prehriatí vznietiť.

## Bezpečnostné pokyny

- Ak sa v rúre objaví dym alebo plameň, stlačte tlačidlo **Stop/Cancel** a nechajte dvierka zatvorené pre udusenie plameňa. Odpojte napájací kábel alebo odskrutkujte príslušnú poistku alebo vypnite istič.
- Tento spotrebič je určený len pre použitie v domácnosti.
- Pri ohrievaní tekutín, napr. polievky, omáčky a nápojov vo vašej rúre, môže dôjsť k prehriatiu tekutiny nad bod varu bez náznaku bublania. Mohlo by to viesť k náhlemu vykypeniu horúcej tekutiny.
- Mikrovlnný ohrev nápojov môže vyvolať oneskorený náhly var, preto treba byť pri manipulácii s nádobou opatrný.
- Obsah detských fliaš musíte dobre premiešať alebo pretrepať. Pred podávaním skontrolujte teplotu, aby ste zabránili popáleniu.
- Nevarte vajíčka v škrupine a celé natvrdo uvarené vajcia pomocou mikrovln. Môže dôjsť k zvýšeniu tlaku a následnej explózii aj po skončení ohrevu a vybratí pokrmu z rúry.
- Pravidelne čistite vnútro rúry, tesnenie dvierok a oblasť tesnenia dvierok. Pri postriekaní pokrmu a tekutín na steny rúry, dno, tesnenie alebo oblasť tesnenia utrite ihneď tieto nečistoty vlhkou utierkou. Pri odolnejšom znečistení môžete použiť jemný čistiaci prostriedok. Neodporúčame použitie drsných a agresívnych čistiacich prostriedkov.

## Bezpečnostné pokyny

- **Nepoužívajte komerčne dostupné čističe na rúry.**
- Niektoré potraviny môžu pri varení nevyhnutne postriekať steny rúry masťou. Ak rúru občas nečistíte, môže počas používania začať „dymiť“.
- Ak nebudete rúru udržiavať čistú, môže to viesť k znehodnoteniu povrchu, čo môže mať negatívny vplyv na životnosť spotrebiča a môže to viesť k nebezpečným situáciám.
- **VAROVANIE!** Pri použití režimu **grilu, rúry a kombinovaných eko** režimov sa môžu prístupné časti mikrovlnnej rúry veľmi zohriať. Malé deti mladšie ako 8 rokov by sa mali držať mimo dosahu rúry. Deti by mali rúru používať len pod dohľadom dospelých.
- **VAROVANIE!** Keď je spotrebič v prevádzke v kombinovanom režime, deti by mali rúru používať iba pod dohľadom dospeléj osoby z dôvodu vznikajúcich teplôt.
- Na čistenie spotrebiča nepoužívajte parný čistič.
- Na čistenie skla dvierok rúry nepoužívajte drsné, agresívne čističe ani ostré kovové škrabky, pretože môžu poškodiť povrch, čo môže viesť k oslabeniu skla.
- Vonkajší povrch rúry, vrátane vetracích otvorov na skrinke rúry a dvierkach sú horúce v priebehu režimu **grilu, rúry a kombinovaných eko** režimov, zvýšte pozornosť pri otváraní alebo zatváraní dvierok a pri vkladaní a vyberaní potravín a príslušenstva.

## Bezpečnostné pokyny

- Tento spotrebič nie je určený pre ovládanie pomocou externého časovača alebo systému samostatného diaľkového ovládania.
- V prípade poruchy elektroniky je možné rúru vypnúť iba z elektrickej zásuvky.
- Používajte len riad vhodný pre použitie v mikrovlnnej rúre.
- Rúra má výhrevné telesá umiestnené v jej hornej časti a na dne rúry. Po používaní funkcie **grilu**, **rúry** a **kombinovaných eko** režimov, sú povrchy vo vnútri rúry veľmi horúce. Dávajte pozor, aby ste sa nedotkli výhrevných prvkov vo vnútri rúry. **Poznámka: Po varení pomocou týchto funkcií bude príslušenstvo rúry veľmi horúce.**
- Kovové nádoby alebo riad s kovovým lemom by sa nemali používať počas mikrovlnného varenia. Vyskytnú sa iskrenia.
- Táto mikrovlnná rúra je určená výhradne pre ohrev potravín a nápojov. Pri ohreve potravín s nízkym obsahom vlhkosti, ako je napríklad pečivo, čokoláda, sušienky a cukrovinky, buďte opatrní. Pri veľmi dlhom ohreve sa môžu rýchlo spáliť, vyschnúť alebo vznietiť. Neodporúčame zahrievať potraviny s nízkym obsahom vlhkosti, ako je popcorn alebo krekry. Sušenie potravín, novín alebo odevov a ohrev ohrievacích vložiek, obuvi, húb, vlhkých utierok, vreciek, vriec, ohrievacích fliaš a podobných predmetov môže spôsobiť poranenie alebo vznik požiaru.
- Osvetlenie rúry musí meniť len kvalifikovaný servisný technik školený výrobcou. **Nepokúšajte** sa demontovať vonkajší kryt rúry.

## Bezpečnostné pokyny

- **Upozornenie!** Aby ste zabránili nebezpečenstvu z dôvodu nechceného resetovania tepelnej poistky, nesmiete tento spotrebič napájať cez externé spínacie zariadenie, ako je časovač alebo pripájať k obvodu, ktorý sa pravidelne vypína dodávateľskou službou.
- Spotrebič nesmie byť inštalovaný za ozdobnými dvierkami, aby sa predišlo prehriatiu.
- Rúru by ste mali pravidelne čistiť a odstraňovať všetky zvyšky jedla.

## Likvidácia starého zariadenia



**Len pre Európsku úniu a štáty s  
recyklačnými systémami**

Tento symbol na výrobku a/alebo v sprievodnej dokumentácii znamená, že použité elektrické a elektronické zariadenia sa nesmú kombinovať s bežným komunálnym odpadom.

Pre správne zaobchádzanie, obnovu a recykláciu odnesť tieto produkty na príslušné zberné miesta, v súlade s vašou národnou legislatívou.

Ich správnu likvidáciu pomôžete šetriť cenné zdroje a predchádzať možným negatívnym vplyvom na ľudské zdravie a životné prostredie.

Podrobnejšie informácie o zbere a recyklácii odpadu získate od miestnej samosprávy.

Za nesprávnu likvidáciu tohto odpadu môžu byť v súlade s národnou legislatívou uvalené sankcie.

## Inštalácia a pripojenie

### Skontrolujte svoju rúru

Rozbaľte rúru, odstráňte všetok baliaci materiál a skontrolujte rúru, či nie je poškodená, ako sú priehlbiny, zlomené západky dvierok alebo praskliny na dvierkach. Ak zistíte akékoľvek poškodenie, ihneď informujte svojho predajcu. Neinštalujte poškodenú rúru.



### **Dôležité!**

Z dôvodu osobnej bezpečnosti musí byť tento spotrebič správne uzemnený.

### Pokyny k uzemneniu

Ak nie je vaša elektrická zásuvka uzemnená, je na vašej osobnej zodpovednosti nahradiť ju za správne uzemnenú elektrickú zásuvku.

### Prevádzkové napätie

Napätie musí zodpovedať hodnotám uvedeným na výrobnom štítku rúry. Ak použijete vyššie ako uvedené napätie, môže to spôsobiť požiar alebo iné nebezpečenstvo.

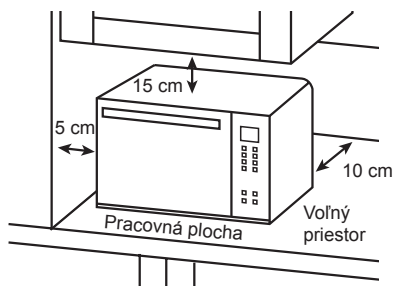
# Umiestnenie rúry

Táto rúra je určená pre použitie len na pracovnej ploche. Nie je určený na vstavané použitie ani na použitie vo vnútri skrine. Spotrebič nesmie byť umiestnený v skrinke.

## Použitie na pracovnej ploche

Rúra musí byť umiestnená na rovnom, stabilnom povrchu 85 cm nad podlahou, pričom zadná časť rúry musí byť umiestnená oproti zadnej stene. Pre správnu funkciu musí mať rúra dostatočný prítok vzduchu, t.j. 5 cm na jednej strane, pričom druhá musí byť otvorená; 15 cm priestoru hore; 10 cm vzadu.

1. Rúru umiestnite na rovný a stabilný povrch viac ako 85 cm nad podlahu.
2. Keď sa dvierka rúry otvoria, nepreťahujte nádobu cez okno dvierok a zaťaženie dvierok by nemalo presiahnuť 3,5 kg.
3. Keď je táto rúra nainštalovaná, musí byť možné jednoducho ju odpojiť od elektrickej siete vytiahnutím zástrčky alebo vypnutím ističa.
4. Pre správnu prevádzku ponechajte dostatočný voľný priestor pre cirkuláciu vzduchu okolo rúry.
5. Neumiestňujte túto rúru do blízkosti elektrického alebo plynového sporáka.
6. Nepoužívajte rúru vonku.
7. Neodstraňujte nožičky spotrebiča.
8. Spotrebič nepoužívajte v prostredí s vysokou vlhkosťou.
9. Napájací kábel sa nesmie dotýkať vonkajšieho povrchu rúry. Udržujte kábel mimo horúce plochy. Nenechávajte napájací kábel visieť cez okraj pracovnej dosky alebo stola. Neponárajte napájací kábel, zástrčku ani rúru do vody.
10. Neblokujte vetracie otvory na bokoch a zadnej strane rúry. Ak tieto otvory zablokujete, rúra by sa mohla v priebehu prevádzky prehrievať. V tomto prípade je rúra chránená tepelnou bezpečnostnou poistkou a prevádzka sa obnoví až po ochladení.
11. Tento spotrebič je určený len na použitie v domácnostiach.



# Dôležité bezpečnostné pokyny

## POZORNE SI PREČÍTAJTE A UCHOVAJTE PRE BUDÚCE POUŽITIE.



### Varovanie!

Dôležité bezpečnostné pokyny.

1. Tesnenie dvierok a oblasť tesnenia je potrebné čistiť vlhkou utierkou. Spotrebič skontrolujte z hľadiska poškodenia tesnenia dvierok a oblasti tesnenia a ak sú poškodené, spotrebič nesmiete používať, pokiaľ ho neopraví servisný technik vyškolený výrobcom.
2. Nepokúšajte sa manipulovať ani neupravujte a neopravujte dvierka, kryt ovládacieho panela, bezpečnostné spínače ani iné diely rúry. Nedemontujte vonkajší panel rúry, ktorý poskytuje ochranu pred mikrovlnným žiarením. **Opravy môže vykonávať len kvalifikovaný servisný technik.**
3. Spotrebič nepoužívajte, ak má poškodený **kábel alebo zástrčku**, ak nefunguje správne alebo ak je inak poškodený a po páde. Je nebezpečné vykonávať opravy spotrebiča pre kohokoľvek iného ako je kvalifikovaný servisný technik.
4. Ak je poškodený napájací kábel, musí ho vymeniť výrobca, servisný technik alebo podobne kvalifikovaná osoba, aby sa zabránilo nebezpečenstvu.
5. Deti môžu spotrebič používať len ak boli poučené o bezpečnom použití spotrebiča a porozumeli

prípadným nebezpečenstvám pri nesprávnom použití.

6. Tekutiny a ostatné potraviny nesmiete ohrievať v utesnených nádobách, pretože môžu explodovať.



### Varovanie!

Tento spotrebič vytvára horúcu paru.

7. Tento spotrebič môžu používať deti od 8 rokov a staršie a osoby s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami alebo bez dostatočných skúseností a znalostí, ak sú pod dozorom alebo boli poučené o správnom a bezpečnom použití spotrebiča osobou zodpovednou za ich bezpečnosť a porozumeli prípadnému nebezpečenstvu, vrátane unikajúcej pary. Nedovoľte deťom hrať sa so spotrebičom. Čistenie a údržbu nesmú vykonávať deti bez dozoru. Držte spotrebič a jeho napájací kábel mimo dosah detí mladších ako 8 rokov.

# Dôležité bezpečnostné pokyny

## Použitie vašej rúry

1. Rúru nepoužívajte na iný účel ako je príprava pokrmov. Táto rúra je špeciálne navrhnutá pre ohrev a varenie pokrmov. Nepoužívajte túto rúru na ohrev chemikálií alebo iných nejedlých produktov.
2. Pred používaním sa uistite, či sú varné nádoby/nádoby vhodné pre použitie do mikrovlnnej rúry. Pozrite si strany 31-32.
3. Zvýšte pozornosť pri ohreve pokrmov s nízkym obsahom tekutín, napr. pečiva, čokolády, sušienok a cestovín. Tieto sa môžu ľahko spáliť, vysušiť alebo spôsobiť požiar, ak sa ohrievajú veľmi dlho. Neodporúčame ohrievať potraviny s nízkym obsahom vlhkosti ako je popcorn alebo pečivo. Sušenie potravín, novín alebo odevov a ohrev ohrevných podušiek, papúč, špongií, vlhkých utierok, vreciek na pečivo, nádob na tekutiny a podobných predmetov môže viesť k zraneniu, vznieteniu alebo požiaru.
4. Ak rúru nepoužívate, neskladujte v nej žiadne predmety pre prípad náhodného nechceného zapnutia.

5. Spotrebič nesmie byť používaný v režime **mikrovlnného ohrevu** ani v **kombinovaných eko režimoch, ak v ňom nie sú žiadne potraviny**. V opačnom prípade môže dôjsť k poškodeniu spotrebiča. Okrem prípadu v bode 1 v kapitole „Použitie ohrevu“.
6. Ak sa v rúre objaví dym alebo plamene, stlačte tlačidlo **Stop/Cancel** a nechajte dvierka zatvorené pre udusenie plameňov. Odpojte napájací kábel alebo vypnite napájanie na poistke alebo paneli ističa.

## Použitie ohrevu

1. Pred prvým použitím funkcie **grilu, kombinovaného eko režimu** alebo **rúry** nechajte rúru v prevádzke bez pokrmu a bez príslušenstva na **220 °C** na **10 minút**. To umožní vypálenie ochrannej vrstvy oleja. Toto je jediný prípad, keď sa používa prázdna rúra (s výnimkou predhrievania).



### **Upozornenie!** **Horúce povrchy!**

Vonkajšie povrchy rúry vrátane vetracích otvorov na skrini a dvierka rúry sa počas **kombinovaného eko režimu/ režimu gril/rúra** zohrejú. Po varení v týchto režimoch bude príslušenstvo rúry veľmi horúce.

# Dôležité bezpečnostné pokyny

2. Vonkajší povrch rúry vrátane dvierok rúry je horúci pri použití funkcie **kombinovaného eko režimu/režimu gril/rúra**, zvýšte pozornosť pri otváraní alebo zatváraní dvierok a pri vkladaní a vyberaní príslušenstva.
3. Rúra má výhrevné telesá umiestnené v hornej a spodnej časti rúry. Po použití funkcie **režimu gril, rúra a kombinovaného eko režimu** je vnútorný povrch rúry veľmi horúci. Je potrebné dávať pozor, aby ste sa nedotkli žiadneho z vnútorných povrchov v blízkosti výhrevného telesa vo vnútri rúry. Po varení pomocou týchto funkcií bude príslušenstvo rúry veľmi horúce.



## Upozornenie! Horúce povrchy!

Po varení s týmito režimami bude príslušenstvo rúry veľmi horúce.

4. Prístupné časti budú horúce v **kombinovanom eko režime/režime gril/rúra**. Deti mladšie ako 8 rokov držte mimo dosah a deti môžu rúru používať len pod dozorom dospelšej osoby z dôvodu vysokej teploty.

## Prevádzka ventilátora

Po použití rúry môže ventilátor ešte chvíľu fungovať pre chladenie elektronických komponentov. Toto je normálne a pokrm môžete vybrať, aj keď je ventilátor v prevádzke. Počas tohto intervalu môžete rúru používať.

## Osvetlenie rúry

Ak je nevyhnutné vymeniť osvetlenie rúry, kontaktujte vášho predajcu.

## Časy varenia

Časy pečenia uvedené v recepte sú približné. Čas varenia závisí od stavu, teploty, množstva pokrmu a typu varného riadu.

Začnite s najkratším časom varenia, aby ste zabránili pripáleniu. Ak pokrm ešte nie je dostatočne uvarený, vždy ho ešte môžete piecť o niečo dlhšie.



## Dôležité

Ak prekročíte odporúčané časy varenia, pokrm sa nadmerne prevarí a v extrémnych prípadoch môže dôjsť k vznieteniu a následnému poškodeniu vnútorného priestoru rúry.

# Dôležité bezpečnostné pokyny

## Teplomer na mäso

Použite teplomer na mäso na kontrolu stupňa upečenia mäsa a hydiny len vtedy, keď mäso vyberiete z rúry. Ak je mäso nedopečené, vráťte ho do rúry a pečte ešte niekoľko minút pri odporúčanom výkone. Nepoužívajte bežný teplomer na mäso v mikrovlnnej rúre, pretože môže spôsobiť iskrenie.

## Malé množstvá potravín

Malé množstvá potravín s malým obsahom tekutín môžu vyschnúť, spáliť sa alebo spôsobiť požiar, ak sa pečú nadmerne dlho. Ak sa predmety v rúre vznietia, nechajte dvierka zatvorené, rúru vypnite a odpojte zástrčku od elektrickej zásuvky.

## Vajíčka

Nevarte vajíčka v škrupine ani celé natvrdo uvarené vajcia mikrovlnným ohrevom. Môže sa nahromadiť tlak a vajíčka môžu explodovať, aj po skončení mikrovlnného ohrevu.

## Potraviny so šupkou

Zemiaky, jablká, vaječný žĺtok, celá zelenina a údeniny sú príkladmi potravín s neporéznou šupkou. Pred varením ich treba prepichnúť vidličkou, aby nepraskli.



### Varovanie!

Tekutiny a iné potraviny sa nesmú ohrievať v uzavretých nádobách, pretože môžu explodovať.

## Tekutiny

Pri ohreve tekutín, napr. polievok, omáčok a nápojov v mikrovlnnej rúre, môže dôjsť k ich prehriatiu a tekutiny môžu byť uvedené do varu bez vzniku vzduchových bublín. Horúce tekutiny môžu nečakane vykipieť. Aby ste tomu zabránili, vykonajte nasledujúce kroky:

- Vyhňte sa použitiu nádob s rovnými stenami a úzkymi hrdlami.
- Pokrmy nadmerne neprehrievajte.
- Tekutiny premiešajte pred vložením nádoby do rúry a v polovici času ohrevu.
- Po ohreve nechajte tekutinu chvíľu odstáť v rúre, opäť zamiešajte pred opatrným vybratím nádoby.

Mikrovlnný ohrev nápojov môže viesť k oneskorenému erupčnému varu, preto buďte opatrní pri manipulácii s nádobou.

## Papier/plast

Pri ohreve pokrmov v plastovej alebo papierovej nádobe potraviny často kontrolujte, pretože tieto typy obalov a môžu pri nadmernom prehriatí vznietiť. Ak režim varenia zahŕňa mikrovlnný výkon, nepoužívajte drôtené spony s vreckami na pečenie, pretože by mohlo dôjsť k iskreniu. Nepoužívajte výrobky z recyklovaného papiera, napr. kuchynské utierky, pokiaľ nie sú špeciálne navrhnuté na použitie v mikrovlnnej rúre. Tieto produkty obsahujú nečistoty, ktoré môžu pri použití spôsobiť iskrenie a/alebo požiar.

# Dôležité bezpečnostné pokyny

## Varné nádoby/fólie

Neohrievajte žiadne zatvorené plechovky ani fľaše, pretože môžu explodovať. Kovové nádoby alebo riad s kovovým okrajom nesmiete používať počas mikrovlnného ohrevu. Môže sa vyskytnúť iskrenie.

Ak používate hliníkovú fóliu, ihlice na mäso alebo kovový riad, vzdialenosť medzi nimi a stenami rúry a dvierkami musí byť najmenej 2 cm, aby ste zabránili iskreniu.

## Detské fľaše a nádoby s detským pokrmom

Pred vložením do rúry je potrebné zložiť uzáver a cumlík, alebo viečko z detskej fľaše. Tekutina v hornej časti fľaše bude oveľa teplejšia ako v spodnej časti a pred kontrolou teploty ju treba dôkladne pretrepať. Z nádob s detskou výživou je potrebné odstrániť aj viečko, obsah je potrebné pred kontrolou teploty premiešať alebo pretrepať. Toto by sa malo vykonať pred konzumáciou, aby sa predišlo popáleniu. Pozrite si strany 73 - 74.

## Krátke časy varenia

Keďže časy varenia v mikrovlnnej rúre sú oveľa kratšie ako iné spôsoby varenia, je dôležité, aby sa neprekračovali odporúčané časy varenia bez predchádzajúcej kontroly pokrmu.

Časy varenia uvedené v tabuľkách sú približné. Faktory, ktoré môžu ovplyvniť čas varenia, sú: preferovaný stupeň varenia, počiatočná teplota, nadmorská

výška, objem, veľkosť a tvar použitých potravín a náradia. Keď sa zoznámate s rúrou, budete môcť tieto faktory upraviť.

Je lepšie najskôr pokrm nedovaríť ako prevariť. Ak je pokrm nedostatočne uvarený, môžete ho vždy vrátiť do rúry na ďalšie varenie. Ak je jedlo prevarené, nedá sa nič robiť. Vždy začnite s minimálnym časom varenia.



### Dôležité

Ak sa prekročí odporúčaný čas varenia, pokrm sa pokazí a za extrémnych okolností by sa mohol vznietiť a prípadne poškodiť vnútorný priestor rúry.

## Malé množstvá potravín

Pri ohrievaní malého množstva potravín buďte opatrní, pretože pri veľmi dlhom varení sa môže ľahko spáliť, vysušiť alebo vznietiť. Vždy nastavte krátke časy varenia a pokrm často kontrolujte.



### Poznámka

Rúru nikdy neprevádzkujte bez jedla v **mikrovlnnom** režime alebo **kombinovanom eko** režime s použitím mikrovln.

## Varené vajcia

Nevarte vajíčka v škrupine ani celé natvrdo uvarené vajcia mikrovlnným ohrevom. Môže sa nahromadiť tlak a vajíčka môžu explodovať, aj po skončení mikrovlnného ohrevu.

## Vrchnáky

Pred vložením do mikrovlnnej rúry vždy odstráňte vrchnáky pohárov a nádob na jedlo, ktoré si môžete vziať so sebou. Ak tak neurobíte, môže sa vo vnútri nahromadiť para a tlak a spôsobiť výbuch aj po zastavení mikrovlnného varenia.

## Vyprážanie

Nepokúšajte sa v rúre vyprážať.

## Ohrev

Je nevyhnutné, aby sa zohriaty pokrm podával „horúci“. Vyberte pokrm z rúry a skontrolujte, či je „horúci“, t.j. zo všetkých častí vychádza para a buble omáčka. (Ak chcete, môžete sa rozhodnúť skontrolovať, či pokrm dosiahol 72 °C pomocou potravinového teplomera – ale nezabudnite, že tento teplomer nepoužívajte v mikrovlnnej rúre.)

V prípade pokrmov, ktoré sa nedajú miešať, napr. lasagne, pastiersky koláč, by sa mal stred narezať nožom, aby sa otestovalo, či je dobre prehriaty. Aj keď boli dodržané pokyny výrobcu na obale, vždy pred podávaním skontrolujte, či je pokrm horúci a ak máte pochybnosti, vráťte pokrm do rúry na ďalšie ohriatie.

## Čas odstátia

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

## Udržiavanie rúry v čistote

Pre bezpečnú prevádzku rúry je nevyhnutné ju pravidelne utierať. Použite teplú mydlovú vodu, handričku dobre vyžmýkajte a použite na odstránenie mastnoty alebo jedla z vnútra. Venujte mimoriadnu pozornosť oblasti tesnenia dverí. Rúra by mala byť pri čistení odpojená zo siete.

## Grilovanie

Rúra bude v prevádzke s funkciou **Gril** iba pri zatvorených dverkách.

## Skladovanie príslušenstva

Vo vnútri rúry neskladujte žiadne predmety okrem príslušenstva rúry pre prípad náhodného zapnutia.

## Iskrenie

Pri nesprávnom použití kovovej nádoby, pri použití nesprávnej hmotnosti potravín alebo pri poškodení príslušenstva môže dôjsť k iskreniu. Iskrenie je, keď sú v mikrovlnnej rúre viditeľné modré záblesky svetla. Ak k tomu dôjde, okamžite zastavte spotrebič. Ak rúru ponecháte bez dozoru a takto to bude pokračovať, môže dôjsť k poškodeniu spotrebiča. Môžete pokračovať vo varení iba v režime **gril alebo rúra**.

# Starostlivosť a čistenie vašej rúry



## Dôležité

Pre bezpečnú prevádzku rúry je nevyhnutné ju udržiavať v čistote a po každom použití ju utrieť. Neudržiavanie rúry v čistom stave môže viesť k poškodeniu povrchu, čo by mohlo nepriaznivo ovplyvniť životnosť spotrebiča a prípadne viesť k nebezpečnej situácii.

- 1. Pred čistením rúru vypnite**  
a ak je to možné, odpojte ju z elektrickej zásuvky.
  - 2. Udržujte vnútorný priestor rúry, tesnenie dvierok a oblasti tesnenia dvierok čisté.**  
Keď sa na stenách rúry prilepia rozliate potraviny alebo rozliate tekutiny, utrite tesnenia dvierok a oblasti tesnenia dvierok vlhkou handričkou. Ak sú veľmi znečistené, môžete použiť jemný čistiaci prostriedok. Neodporúča sa používať drsné čistiace prostriedky alebo abrazívne prostriedky.
  - 3. Po použití režimu **gril, rúra** a **kombinované eko varenie**** by ste mali steny rúry vyčistiť mäkkou handričkou a mydlovou vodou. Osobitná pozornosť by sa mala venovať tomu, aby bola oblasť okna čistá, najmä po varení v režime **gril, rúra**, a **kombinovaný eko režim**. Odolné škvrny vo vnútri rúry je možné odstrániť použitím malého množstva bežného čistiaceho prostriedku na rúry nastriekaného na mäkkú vlhkú handričku. Utrite na problémové miesta, nechajte
- pôsobiť odporúčaný čas a potom zotrite. **Nestriekajte priamo do rúry.**
- 4. Na čistenie **skla dvierok rúry**** nepoužívajte drsné abrazívne čistiace prostriedky ani ostré kovové škrabky, pretože môžu poškriabať povrch, čo môže mať za následok rozbitie skla.
  - 5. **Vonkajší povrch rúry**** by sa mal čistiť vlhkou handričkou. Aby sa predišlo poškodeniu ovládacích častí vo vnútri rúry, voda by nemala prenikať do ventilačných otvorov.
  - 6. Ak sa znečistí **ovládací panel**,** vyčistíte ho mäkkou suchou handričkou. Na ovládací panel **nepoužívajte** drsné čistiace prostriedky alebo abrazívne prostriedky. Pri čistení ovládacieho panela nechajte dvierka rúry otvorené, aby ste predišli náhodnému zapnutiu rúry. Po vyčistení stlačte tlačidlo **Stop/Cancel**, aby ste vyčistili displej.
  - 7. Ak sa vo vnútri alebo okolo vonkajšej strany dvierok rúry **nahromadí para**,** utrite ju mäkkou handričkou. Môže k tomu dôjsť, keď je mikrovlnná rúra prevádzkovaná v podmienkach vysokej vlhkosti a v žiadnom prípade to neznamená poruchu zariadenia alebo únik mikrovlnnej rúry.
  - 8. **Dno rúry**** by sa malo pravidelne čistiť. Jednoducho utrite spodný povrch rúry jemným čistiacim prostriedkom a teplou vodou a potom osušte čistou handričkou.

## Starostlivosť a čistenie vašej rúry

Výpary z varenia sa pri opakovanom použití nahromadia, ale žiadnym spôsobom neovplyvňujú povrch dna.

9. Pri **grilovaní** alebo varení v režime **rúra** alebo **kombinovanom eko** režime môžu niektoré potraviny vystreknúť masť na steny rúry. Ak rúru nevyčistíte, aby ste odstránili tento tuk, môže sa nahromadiť a spôsobiť, že rúra počas používania „**dymí**“. Tieto značky sa budú neskôr ťažšie čistiť.
10. Na čistenie spotrebiča sa nesmie používať **parný čistič**.
11. Dbajte na to, aby bol smaltovaný plech/drôtený rošt udržiavaný v čistote, najmä pri používaní **kombinovaných eko** programov.
12. Udržujte **vetracie otvory** vždy čisté. Skontrolujte, či žiadny z vetracích otvorov na rúre neblokuje prach alebo iný materiál. Ak sa vetracie otvory zablokujú, môže to spôsobiť prehriatie, ktoré by ovplyvnilo prevádzku rúry a mohlo by viesť k nebezpečnej situácii.

## Dodatočné odporúčania

1. Pokrm nepripravujte priamo na dne rúry. Pokrm vždy vkladajte do nádoby vhodnej do mikrovlnnej rúry.
2. Dodávaná smaltovaná polička sa musí používať **len** podľa pokynov pre režim **gril** a **rúra**. **Pri varení iba v mikrovlnnom režime nikdy nepoužívajte kovové príslušenstvo**. Nepoužívajte, ak rúru prevádzkujete s menej ako 200 g pokrmu na manuálnom kombinovanom programe. Maximálna hmotnosť, ktorú je možné použiť na príslušenstvo rúry je 3,2 kg. Nesprávne používanie príslušenstva môže poškodiť vašu rúru.
3. Pri varení s **mikrovlnným** výkonom môže dôjsť k iskreniu, ak sa použije nesprávna hmotnosť pokrmu, nesprávne sa použije kovová nádoba alebo sa poškodí príslušenstvo rúry. Ak k tomu dôjde, okamžite zastavte spotrebič. Môžete pokračovať vo varení iba v režime **gril** alebo **rúra**.

4. Vždy si pozrite pokyny pre správne príslušenstvo, ktoré sa má použiť pri všetkých automatických programoch.

### Drôtený rošt





1. Drôtený rošt sa používa na uľahčenie prepečenia malých pokrmov a napomáha dobrej cirkulácii tepla.
2. Priamo na drôtenom rošte v **kombinovanom eko** režime nepoužívajte žiadnu kovovú nádobu.
3. Drôtený rošt nepoužívajte iba v režime **mikrovln**.

### Smaltovaná polička

1. Smaltovaná polička je určená len na prípravu pokrmov v režime **rúra** alebo **gril**. Nepoužívajte v režime **mikrovln** alebo **kombinovanom eko režime**.

# Príslušenstvo rúry

Nasledujúca tabuľka zobrazuje správne používanie príslušenstva v rúre.

Režimy varenia	Smaltovaná polička	Drôtený rošt
 Mikrovlny	x	x
 Gril	✓	✓
 Rúra	✓	✓
 Kombinovaný eko	x	✓

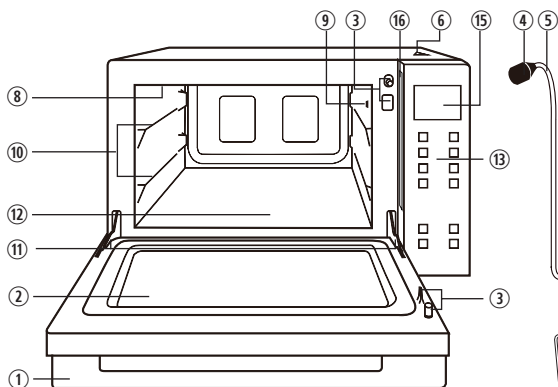
\* Kovové nádoby nie je možné umiestniť priamo na drôtený rošt.

## Starostlivosť príslušenstvo rúry

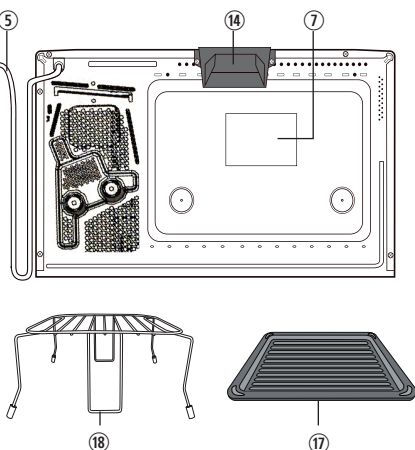
1. Nikdy nepoužívajte na príslušenstve žiadne ostré predmety, pretože môžete poškodiť nepriľnavý povrch.
2. Po použití umyte príslušenstvo v horúcej vode so saponátom a potom opláchnite. Nepoužívajte žiadne drsné čističe ani škrabky, mohli by ste poškodiť povrch príslušenstva.
3. Nepredhrievajte.
4. Pri manipulácii s horúcim príslušenstvom vždy používajte kuchynské rukavice.
5. Pred tepelnou úpravou sa uistite, či sú odstránené všetky obaly potravín.
6. Na horúce príslušenstvo nekladte žiadne materiály citlivé na teplo, pretože to môže spôsobiť popálenie.

# Jednotlivé časti rúry

Pohľad spredu



Pohľad zozadu



## ① Rukoväť dvierok

Potiahnutím rukoväti otvorte dvierka. Keď otvoríte dvierka počas prevádzky, varenie sa zastaví bez vymazania naprogramovaných nastavení. Varenie pokračuje po zatvorení dvierok a stlačení tlačidla Start/Set. Po otvorení dvierok sa rozsvieti osvetlenie rúry.

## ② Okno v dvierkach

## ③ Bezpečnostný uzatvárací systém dvierok

Aby ste sa nezranili, do otvoru nekladajte nože, vidličky ani iné predmety.

## ④ Zástrčka

## ⑤ Napájací kábel

## ⑥ Výstražný symbol

## ⑦ Výstražný štítok

## ⑧ Grilovacie telesá

## ⑨ LED osvetlenie

Osvetlenie rúry sa rozsvieti hneď po otvorení dvierok rúry.

## ⑩ Pozície zasunutia

## ⑪ Závesy dvierok

Aby ste sa nezranili pri otváraní a zatváraní, držte prsty mimo závesy.

## ⑫ Dno mikrovlnnej rúry (s grilovacími prvkami vo vnútri)

## ⑬ Ovládací panel

## ⑭ Vetrací otvor

## ⑮ Displej

## ⑯ Identifikačný štítok

## ⑰ Smaltovaná polička

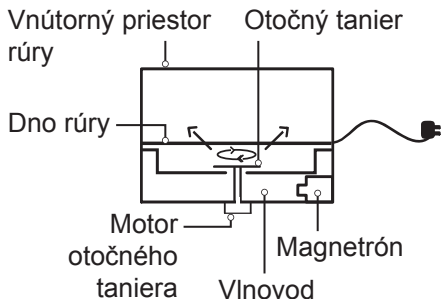
## ⑱ Drôtený rošt

## Poznámka

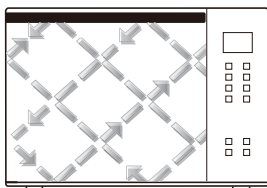
Vyššie uvedené obrázky sú len ilustračné.

# Princípy mikrovlnnej rúry

Mikrovlny sú v atmosfére neustále prítomné, prirodzene aj z umelých zdrojov. Medzi umelé zdroje patria radar, rádio, televízia, telekomunikačné linky a mobilné telefóny.

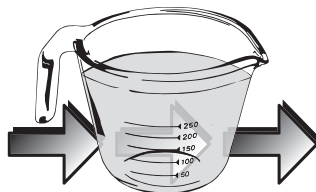


V mikrovlnnej rúre sa elektrina pomocou magnetrónu premieňa na mikrovlny. Informácie o spodnom plnení nájdete na strane 39.



## Odrazy

Mikrovlny sa odrážajú od kovových stien a kovovej clony dvierok.



## Prenos

Potom prechádzajú cez varné nádoby, aby boli absorbované molekulami vody v potravinách, všetky potraviny obsahujú vodu vo väčšej či menšej miere.



## Dôležité poznámky

Nádoba použitá na varenie alebo ohrievanie pokrmu sa počas varenia zohreje, pretože teplo vedie z pokrmu. Dokonca aj v mikrovlnnej rúre sú potrebné rukavice! **Mikrovlny nemôžu prejsť cez kov a preto sa kovové kuchynské riady nikdy nemôžu používať v mikrovlnnej rúre, iba na varenie v mikrovlnnej rúre.**

# Princípy mikrovlnnej rúry

## Ako mikrovlnky varia pokrm

Mikrovlny spôsobujú vibrácie molekúl vody, čo spôsobuje trenie, t.j. teplo. Toto teplo potom uvarí pokrm.

Mikrovlny taktiež priťahujú častice tuku a cukru a pokrmy s vysokým obsahom týchto častíc sa uvaria rýchlejšie. Mikrovlny môžu preniknúť len do hĺbky 4 - 5 cm a ako sa teplo šíri cez pokrm vedením, rovnako ako v tradičnej rúre, pokrm sa varí zvonku dovnútra.

## Potraviny, ktoré nie sú vhodné len na varenie v mikrovlnnej rúre

Suflé. Je to preto, že tieto potraviny sa pri správnom varení spoliehajú na suché vonkajšie teplo, nepokúšajte sa ich variť v mikrovlnnej rúre.

Pokrmy, ktoré vyžadujú vyprážanie, sa taktiež nedajú pripravovať v tejto rúre.

## Čas odstátia

Keď je mikrovlnná rúra vypnutá, pokrm sa bude naďalej variť vedením – nie mikrovlnnou energiou, preto je čas odstátia pri mikrovlnnej rúre veľmi dôležitý, najmä pre husté pokrmy, napr. mäso, koláče a ohrievané pokrmy (pozrite si stranu 27).

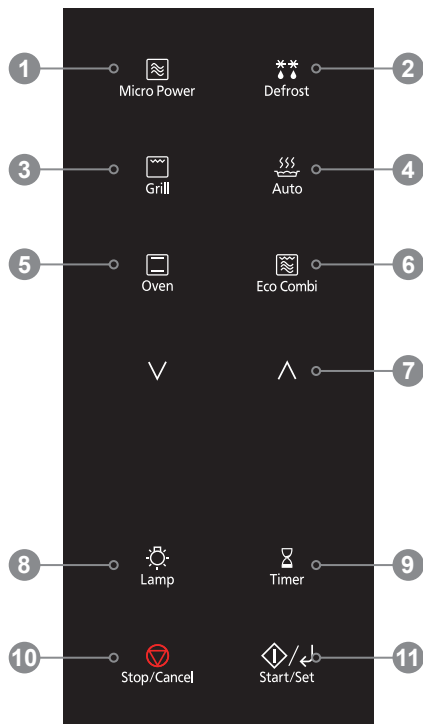


## Varené vajcia

Nevarte vajcia v mikrovlnnej rúre. Surové vajcia uvarené v škrupine môžu explodovať a spôsobiť vážne zranenie.

# Ovládací panel

\* Dizajn vášho ovládacieho panela sa môže líšiť od zobrazeného panelu (v závislosti od farby), ale slová uvedené na paneli budú rovnaké.



1. **Tlačidlo Micro Power** (str. 38-39)
2. **Tlačidlo Defrost** (str. 58-60)
3. **Tlačidlo Grill** (str. 43-44)
4. **Tlačidlo Auto Program** (str. 61-71)
5. **Tlačidlo Oven** (str. 45-47)
6. **Tlačidlo Eco Combi** (str. 48-49)
7. **Voľba hore/dole** (str. 26, 57)  
Zvoľte výkon, teplotu, čas, hmotnosť alebo automatické menu klepnutím na „v“/„^“.
8. **Tlačidlo Lamp** (str. 37)
9. **Tlačidlo Timer** (str. 53-56)
10. **Tlačidlo Stop/Cancel**

## **Pred pečením:**

Jeden dotyk vymaže zadania.

## **V priebehu pečenia:**

Jeden dotyk dočasne zastaví program. Ďalšie stlačenie zruší všetky pokyny alebo sa na displeji zobrazí čas.

11. **Tlačidlo Start/Set**



## **Akustická signalizácia**

Po klepnutí na tlačidlo zaznie pípnutie. Ak toto pípnutie nezaznie, možno ste vypli voľbu akustickej signalizácie, môžete ju zapnúť klepnutím na tlačidlo **Start/Set** a potom klepnutím na „v“/„^“ po prvom pripojení (pozrite si stranu 36). Keď rúra prepne z jednej funkcie na druhú alebo vám pripomenie, aby ste pokrm počas pečenia premiešali, zaznejú dve pípnutia. Po dokončení predhrievania v režime grilu alebo rúry zaznejú tri pípnutia. Po dokončení predhrievania v niektorých automatických menu zaznie dlhé pípnutie. Po dokončení varenia zaznie päť pípnutí.



## **Poznámka**

Ak je nastavená prevádzka a nestlačíte tlačidlo **Start/Set** do 6 minút, rúra automaticky zruší prevádzku. Zobrazenie sa vráti späť na „0“.

## Voľba hore/dole

Klepnutím na „∨/∧“ zvolíte výkon, teplotu, čas, hmotnosť alebo automatické menu. Na displeji sa zobrazí výkon, teplota, čas, hmotnosť alebo číslo automatického menu. Čas/hmotnosť/teplotu je možné rýchlo nastaviť podržaním tlačidla.

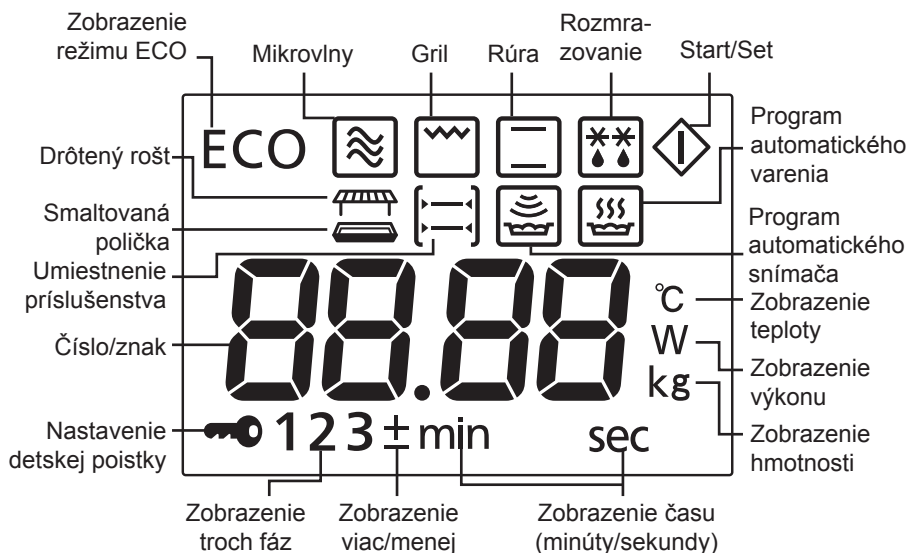
- 1 Voľba výkonu/teploty/času/hmotnosti/automatického menu:**  
Klepnutím na „∨/∧“ zvolíte výkon, čas, hmotnosť, teplotu alebo automatické menu.



- 2 Voľba „Add Time (Pridat čas)“:**  
Použite tlačidlo pre funkciu pridania času (pozrite si stranu 57)

- 3 Voľba viac/menej:**  
Ak chcete nastaviť viac/menej pre programy automatického snímača (pozrite si stranu 61-62).

## Displej



## Čas odstátia

Husté pokrmy napr. mäso, zemiaky v šupke a koláče, vyžadujú po upečení **čas odstátia** (v rúre alebo mimo nej), aby sa umožnilo ukončenie vedenia tepla a úplné uvarenie stredu.

### ■ Zemiaky v šupke

Po varení iba v režime mikrovln nechajte odstáť zabalené v hliníkovej fólii 15 minút. Zemiaky v šupke varené v režime **Eco Combi** nie je potrebné nechať odstáť.

### ■ Ryby

Nečajte odstáť 2 - 3 minúty.

### ■ Pokrmy z vajec

Nečajte odstáť 1 - 2 minúty.

### ■ Predvarený pokrm

Nečajte odstáť 1 - 2 minúty.

### ■ Kusy mäsa

Nečajte odstáť 15 minút zabalené v hliníkovej fólii.

### ■ Hotové pokrmy

Nečajte odstáť 2 - 3 minúty.

### ■ Zelenina

Uvareným zemiakom prospieva odstátie 1 - 2 minúty, väčšinu ostatných druhov zeleniny však môžete podávať okamžite.

### ■ Rozmrazovanie

Na dokončenie procesu je nevyhnutné nechať čas odstátia. Môže sa pohybovať od 5 minút, napr. maliny, až 1 hodinu pri kuse mäsa. Pozrite si strany 41 - 42.

Ak sa pokrm po **odstátí** neuvarí, vráťte ho do rúry a pripravujte ďalší čas.



## Obsah vlhkosti

Veľa čerstvých potravín napr. zelenina a ovocie, sa v priebehu sezóny líšia v obsahu vlhkosti, najmä zemiaky v šupke. Z tohto dôvodu môže byť potrebné upraviť časy prípravy pokrmu. Suché prísady napr. ryža, cestoviny, môžu počas skladovania vyschnúť, takže časy varenia sa môžu líšiť.



## Prepichovanie

Šupka alebo membrána niektorých potravín spôsobí počas varenia tvorbu pary. Tieto potraviny je potrebné pred varením prepichnúť alebo z nich stiahnuť prúžok šupky, aby mohla uniknúť para. Vajcia, zemiaky, jablká, klobásy atď. budú musieť byť pred varením prepichnuté. **Nepokúšajte sa variť vajcia v škrupinách.**

# Všeobecné usmernenia



## Potravinová fólia

Potravinová fólia pomáha udržiavať pokrm vlhký a zachytená para pomáha urýchliť časy varenia. Pred varením ju však prepichnete, aby mohla uniknúť prebytočná para. Pri odstraňovaní potravinovej fólie z varnej nádoby buďte vždy opatrní, pretože nahromadená para bude veľmi horúca. Vždy si zakúpte potravinovú fóliu, na ktorej je na obale uvedené „vhodné na varenie v mikrovlnnej rúre“ a používajte ju len ako prikrývku. Nevykladajte riad potravinovou fóliou. Pri varení v režime **gril**, **rúra** alebo v režime **Eco Combi** nezakrývajte potraviny.



## Veľkosť nádoby

Dodržiavajte veľkosti nádob uvedené v receptoch, pretože ovplyvňujú časy varenia a ohrievania. Množstvo pokrmu rozloženého vo väčšom riade sa uvarí a zohreje rýchlejšie.



## Množstvo

Malé množstvá sa varia rýchlejšie ako veľké množstvá a taktiež malé jedlá sa zohrejú rýchlejšie ako veľké porcie.



## Rozostup

Potraviny sa varia rýchlejšie a rovnomernejšie, ak sú od seba vzdialené. Nikdy nedávajte potraviny na seba.



## Tvar

Rovnomerné tvary sa varia rovnomerne. Pokrm sa lepšie varí v mikrovlnnej rúre, keď je v okrúhlej nádobe a nie v štvorcovej.



## Hustota

Porézne nadýchané pokrmy sa zohrejú rýchlejšie ako husté ťažké pokrmy.



## Zakrytie

Potraviny prikryte potravinovou fóliou pre mikrovlnnú rúru alebo pokrievkou. Zakryte ryby, zeleninu, pokrmy v jednej nádobe, polievky. Nezakrývajte koláče, omáčky, zemiaky v šupke, pečivo. Viac informácií nájdete v tabuľkách varenia a receptoch.

# Všeobecné usmernenia



## Usporiadanie

Jednotlivé potraviny napr. kuracie porcie alebo kotlety, by mali byť umiestnené na miske tak, aby hrubšie časti boli smerom von.



## Ingrediencie

Potraviny obsahujúce tuk, cukor alebo soľ sa veľmi rýchlo zohrejú. Náplň môže byť oveľa horúcejšia ako pečivo. Dávajte pozor pri konzumácii. Neprehrievajte, aj keď sa pečivo nezdá byť veľmi horúce.

## 5-8 °C Štartovacia teplota

Čím je pokrm chladnejší, tým dlhšie trvá zohriatie. Zohrievanie potravín z chladničky trvá dlhšie ako pri potravinách izbovej teploty. Teplota pokrmu by mala byť pred varením medzi 5 - 8 °C.



## Otočenie a premiešanie

Niektoré potraviny vyžadujú počas varenia premiešanie. Mäso a hydina by sa mali otočiť po polovici času prípravy.



## Tekutiny

Všetky tekutiny sa musia **pred, počas a po zahriatí premiešať**. Pred ohrevom a počas neho treba premiešať najmä vodu, aby nedošlo k erupcii. Nezhrievajte tekutiny, ktoré boli predtým prevarené. **Neprehrievajte ich.**



## Kontrola pokrmu

Je dôležité, aby sa pokrm kontroloval počas a po odporúčanom čase varenia, aj keď bol použitý **automatický program** (rovnako ako by ste skontrolovali pokrm varený v bežnej rúre). V prípade potreby vráťte pokrm do rúry na ďalšiu tepelnú úpravu.



## Čistenie

Keďže mikrovlny pôsobia na častice pokrmu, udržiavajte rúru vždy čistú. Odolné škvrny od jedla je možné odstrániť pomocou značkového čističa na rúry nastriekaného na mäkkú handričku. Rúru po čistení vždy utrite do sucha. Vyhnite sa akýmkoľvek plastovým častiam a oblasti dvierok. Zákazníci by nemali striekať priamo do vnútorného priestoru rúry.

# Rýchla kontrola nádob na varenie



Voľba správnej nádoby je veľmi dôležitým faktorom pri rozhodovaní o úspechu alebo neúspechu vášho varenia.

## Testovanie vhodnosti riadu - Len pre mikrovlnné varenie.

Ak si nie ste istí, či je varná nádoba vhodná na použitie vo vašej mikrovlnnej rúre, vykonajte nasledujúci test:

1. Naplňte odmerku vhodnú do mikrovlnnej rúry 300 ml studenej vody.
2. Položte ju na dno rúry vedľa riadu, ktorý chcete testovať. Ak je nádoba, ktorú testujete, veľkou nádobou, postavte odmerku na vrch prázdnej nádoby.
3. Zohrievajte pri výkone **1000 W** v trvaní 1 minúty.



## Výsledok

Ak je riad vhodný do mikrovlnnej rúry, zostane studený, zatiaľ čo voda v odmerke začne byť teplá. Ak je testovacia miska teplá, nepoužívajte ju, pretože zjavne absorbuje mikrovlnnú energiu.



## Poznámka

Tento test sa nevzťahuje na plastové alebo kovové nádoby, napr. Riad v štýle Le Creuset®, ktorý by sa nemal používať, pretože je z liatiny pokrytej smaltom.

# Nádoby vhodné na použitie



## Sklo vhodné do rúry

Sklo na každodenné použitie, ktoré je odolné voči teplu napr. Pyrex® je ideálny pre varenie v režime mikrovln, rúry alebo kombinovanom eko režime. Nepoužívajte jemné sklo alebo olovnatý krištál, ktoré by mohli prasknúť alebo spôsobiť iskrenie.



## Porcelán a keramika

Ak sú žiaruvzdorné, môžete použiť bežný glazovaný porcelán, porcelánové alebo keramické taniere, misky, hrnčeky a šálky. Jemný kostný porcelán by sa mal na zohrievanie používať len krátkodobo. Nepoužívajte riad s kovovým okrajom alebo vzorom. Nepoužívajte džbány alebo hrnčeky s nalepenými rúčkami, pretože lepidlo sa môže roztopiť. Ak je riad odolný voči teplu, možno ho použiť v režime rúry a kombinovanom eko režime, ale nie priamo pod grilom.



## Hrnčiarstvo, kamenina, kamenina

Ak sú úplne glazované, tieto nádoby sú vhodné. Nepoužívajte, ak sú čiastočne glazované alebo neglazované, pretože sú schopné absorbovať vodu, ktorá zase absorbuje mikrovlnnú energiu, čím sa nádoba veľmi zahrieva a spomalí sa príprava pokrmu.



## Allobalové/kovové nádoby

**Nikdy sa nepokúšajte variť v alobale alebo kovových nádobách** iba v režime mikrovln, pretože mikrovlny nemôžu prejsť a jedlo sa nezohrieva rovnomerne, môže to tiež poškodiť vašu rúru. Fóliové a kovové nádoby možno použiť v režime gril alebo rúra.



## Plastové nádoby

Mnohé plastové nádoby sú určené na použitie v mikrovlnnej rúre, ale nepoužívajú sa na varenie jedál s vysokým obsahom cukru alebo tuku alebo na potraviny, ktoré si vyžadujú dlhý čas varenia, napr. hnedá ryža. Nádoby Tupperware® používajte iba vtedy, ak sú určené na použitie v mikrovlnnej rúre.



Nepoužívajte melamín. Nikdy nevarte v kartónoch od margarínu

alebo v nádobách od jogurtu, pretože sa teplom z jedla roztopia. Ak sú tepelne odolné, možno ich použiť v režime gril, rúra alebo kombinovanom eko režime.

# Nádoby vhodné na použitie



## Papierové nádoby

Obyčajný biely savý kuchynský papier (kuchynská utierka) je možné použiť len na varenie v režime mikrovln napr. na zakrytie slaniny, aby sa zabránilo postriekaniu.

**Používajte len na krátke časy varenia. Nikdy znova nepoužívajte kúsok kuchynskej utierky. Na každý pokrm použite vždy nový papier.**

Vyhňte sa kuchynskej utierke obsahujúcej umelé vlákna. Ak používate značkovú recyklovanú kuchynskú utierku, najskôr skontrolujte, či je odporúčaná na použitie v mikrovlnnej rúre. Nepoužívajte voskované alebo plastom potiahnuté poháre alebo taniere, pretože povrchová úprava sa môže roztopiť. Mastný papier možno použiť na obloženie dna riadu a na prikrytie pri slepom pečení pečiva. Biele papierové taniere možno použiť na krátke doby ohrevu iba v režime mikrovln.



## Prútené, drevené, slamené košíky

Nádoba praskne a môže sa vznietiť. V mikrovlnnej rúre nepoužívajte drevené nádoby. **Nepoužívajte v žiadnom režime varenia.**



## Potravinová fólia

Mikrovlnná potravinová fólia sa môže použiť iba na zakrytie potravín, ktoré sa zohrievajú v mikrovlnnej rúre. Je taktiež užitočná na prikrytie jedla, ktoré sa má variť, ale dávajte pozor, aby sa fólia nedostala do priameho kontaktu s jedlom, napr. nevykladajte riad potravinovou fóliou. **Nepoužívajte v žiadnom inom režime varenia.**



## Hliníková fólia

Malé množstvo hladkej hliníkovej fólie sa môže použiť na zakrytie spojov mäsa počas rozmrazovania a varenia v režime mikrovln, pretože mikrovlny nemôžu prechádzať cez fóliu, čo zabraňuje prevareniu alebo nadmernému rozmrazovaniu chránených častí. Dávajte pozor, aby sa fólia nedotýkala bočných alebo hornej časti rúry, pretože by to mohlo spôsobiť iskrenie a poškodiť vašu rúru. Na pečenie v režime rúry je možné použiť hliníkovú fóliu.

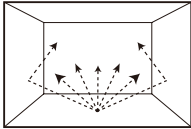
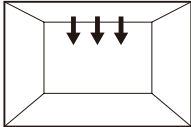



## Vrecúška na pečenie

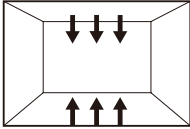

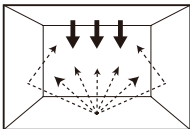

Vrecúška na pečenie sú užitočné, keď sa jedna strana rozreže pri pečení v režime mikrovln. Nepoužívajte kovové svorky pri používaní v režime mikrovln alebo kombinovanom eko režime.

# Režimy pečenia

Tabuľka nižšie zobrazuje príklady príslušenstva. Môže byť odlišné v závislosti od použitého receptu/riadu.

Režimy pečenia		
<p><b>MIKROVLNY</b></p>  <p><b>Príslušenstvo</b> -</p>	<p><b>Použitie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Rozmrazovanie</li> <li>■ Ohrev</li> <li>■ Topenie: maslo, čokoláda, syr.</li> <li>■ Varenie rýb, zeleniny, ovocia, vajčiek.</li> <li>■ Príprava: dusené ovocie, džem, omáčky, krémy, cestoviny, karamel, mäso, ryby.</li> <li>■ Pečenie koláčov bez zapečenia.</li> </ul> <p><b>Bez predhrievania</b></p>
<p><b>GRIL</b></p>  <p><b>Príslušenstvo</b></p> 	<p><b>Použitie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Grilovanie mäsa alebo rýb.</li> <li>■ Opekanie.</li> <li>■ Zapečenie gratinovaných jedál alebo koláčov.</li> </ul> <p>Je možné použiť teplu odolný plech na smaltovanej poličke v spodnej alebo vyššej pozícii rúry. Alebo umiestnite potraviny priamo na smaltovanú poličku alebo drôtený rošt so žiaruvzdorným riadom pod ním.</p>

# Režimy pečenia

Režimy pečenia		
<p style="text-align: center;"><b>RÚRA</b></p>  <p style="text-align: center;"><b>Príslušenstvo</b></p> 	<p><b>Použitie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Pečenie malých pokrmov s krátkym časom pečenia: lístkové cesto, koláčiky, rolky.</li> <li>■ Špeciálne pečenie: chlebové rolky na briošky, piškótové koláče.</li> <li>■ Pečenie pizze a tort.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Odporúčame predhrievanie</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Eco Combi (Kombinovaný)</b></p>  <p style="text-align: center;"><b>Príslušenstvo</b></p> 	<p><b>Použitie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Príprava lazaní, mäsa, zemiakov alebo gratinovanej zeleniny.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Bez predhrievania</b></p>	
	<p><b>Nádoby</b></p> <p>Je možné použiť teplu odolný kovový plech na smaltovanej poličke v spodnej alebo hornej pozícii rúry. Alebo umiestnite potraviny priamo na smaltovanú poličku alebo drôtený rošt so žiaruvzdorným riadom pod ním. Nekladzte riad priamo na dno rúry.</p>	<p><b>Nádoby</b></p> <p>Umiestnite pokrm priamo na drôtený rošt s riadom určeným pre mikrovlnnú rúru a teplovzdorným riadom pod ním. Alebo riady vhodné do mikrovlnnej rúry a žiaruvzdorné riady umiestnené priamo na dno rúry, bez kovu.</p>

# Začnite používať svoju rúru

1


## Pripojte rúru k elektrickej sieti.

Pripojte do elektrickej zásuvky s poistkou 13 A.

2



## Zvoľte 200 °C režim rúry na vypálenie oleja.

(na displeji sa zobrazí  s teplotou rúry) (tento postup slúži na vypálenie oleja používaného na ochranu pred koróziou v rúre.) Z rúry vyberte všetko príslušenstvo. (Podrobnosti nájdete na strane 45)

3



## Zadajte čas.

Stlačte tlačidlo „^“, kým sa v okne nezobrazí 10 minút.

4



## Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

Čas na displeji sa bude odpočítavať. Rúra na konci programu zapípa. Rúra je teraz pripravená na použitie.



## Upozornenie!

Grilovacie prvky a rúra budú horúce.



## Poznámka

To vám umožní experimentovať s nastavením rôznych programov. (Na displeji sa zobrazí „d“. Toto potvrdzuje, že sa nevytvára žiadna mikrovlnná energia a že je bezpečné používať rúru bez pokrmu). Nastavenie ukážkového režimu: Jedenkrát stlačte tlačidlo **Micro Power** a potom štyrikrát stlačte tlačidlo **Stop/Cancel**. Zrušenie ukážkového režimu: Jedenkrát stlačte tlačidlo **Micro Power**, štyrikrát stlačte tlačidlo **Stop/Cancel**.

# Voľba pípnutia

Rúra má režim „Beep On“ aj „Beep Off“. Táto jedinečná funkcia vašej mikrovlnnej rúry Panasonic vám umožňuje nastaviť počiatkové funkcie vašej rúry bez pečenia.

1



Po prvom pripojení stlačte tlačidlo **Start/Set**.

Na displeji sa zobrazí „bEEP“. Predvolený režim je „On (Zap.)“.

---

2



Stlačte tlačidlo voľby **hore/dole**.

Režim sa zmení na „OFF (Vyp.)“.

---

3



Po nastavení ukončíte stlačením tlačidla **Stop/Cancel**.

---



## Poznámka

1. Voľbu je možné zvoliť len vtedy, keď rúru pripojíte k elektrickej sieti.
2. Stlačte **tlačidlo voľby hore/dole** a vrátite sa do pôvodného režimu.

## Detská poistka


Použitie tohto systému spôsobí, že ovládacie prvky rúry nebudú funkčné; dvierka sa však dajú otvoriť. Detskú poistku je možné nastaviť, keď sa na displeji zobrazuje „0“.

1



**Jej zapnutie:**

**Trikrát stlačte tlačidlo Start/Set.**

Z displeja zmizne „0“. Na displeji sa zobrazí „“.

2



**Jej vypnutie:**

**Trikrát stlačte tlačidlo Start/Set.**

Z displeja zmizne „0“.



### Poznámka

Ak chcete aktivovať alebo zrušiť detskú poistku, musíte trikrát stlačiť tlačidlá **Start/Set** a **Stop/Cancel** v priebehu 10 sekúnd. Detskú poistku je možné nastaviť, keď sa na displeji zobrazí „0“.

## Osvetlenie rúry

Na zapnutie/vypnutie osvetlenia rúry.



**Stlačením tlačidla Lamp zapnete/vypnete osvetlenie rúry.**



### Poznámka

Táto funkcia nie je dostupná v režime detskej poistky.





# Mikrovlnné varenie a rozmrazovanie

K dispozícii je 7 rôznych úrovní mikrovlnného výkonu. Neumiestňujte pokrm priamo na dno rúry. Používajte vhodný riad, taniere alebo misky pokryté pokrievkou alebo prepichnutou potravinovou fóliou priamo na dne rúry.

1





## Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

Zobrazí sa symbol mikrovln „“. Keď zvolíte 270 W, zobrazí sa aj „“.

2



## Zvoľte úroveň výkonu.

Stláčajte tlačidlo „“, „“, kým sa na displeji nezobrazí požadovaný výkon.

Úroveň výkonu
1000 W
800 W
600 W
440 W
300 W
270 W
100 W

3



## Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

4



## Zvoľte čas varenia stlačením tlačidla „“, „“.

Maximálny čas varenia pri výkone 1000 W je 30 minút a pre ostatné úrovne výkonu je to 1 hodina 30 minút.

5



## Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.



## Poznámka

1. Čas prípravy môžete zmeniť v priebehu varenia, ak je to potrebné. Stlačením tlačidla „√“, „^“ zvýšite alebo znížite čas varenia. Čas je možné zvýšiť/znížiť po jednej minúte, až do 10 minút.
2. Nepokúšajte sa používať len režim mikrovln s akoukoľvek kovovou nádobou v rúre.
3. Neumiestňujte pokrm priamo na dno rúry. Vložte ho do nádoby vhodnej do mikrovlnnej rúry alebo sklenenej nádoby. Potraviny zohrievané alebo varené len v režime mikrovln by mali byť prikryté pokrievkou alebo prepichnutou potravinovou fóliou, pokiaľ nie je uvedené inak.
4. Časy manuálneho rozmrazovania nájdete v tabuľke rozmrazovania na stranách 41-42.
5. Viacfázové varenie nájdete na stranách 50-52.
6. Čas odstátia je možné naprogramovať po nastavení mikrovlnného výkonu a času. Informácie o časovači nájdete na stranách 55-56.

## Technológia spodného plnenia

Upozorňujeme na to, že tento výrobok používa technológiu spodného plnenia na distribúciu mikrovln, ktorá sa líši od tradičných spôsobov plnenia na strane otočného taniera a vytvára viac využiteľného priestoru pre rôzne veľké pokrmy.

Tento štýl mikrovlnného plnenia môže spôsobiť rozdiel v časoch ohrevu (v mikrovlnnom režime) v porovnaní so zariadeniami s bočným plnením. Je to celkom normálne a nemalo by to vyvolávať žiadne obavy. Pozrite si tabuľky na stranách 74-88.



## Pokyny pre rozmrazovanie

Voľbou **270 W** a nastavením času môžete rozmrazovať pokrm v mikrovlnnej rúre. Najväčším problémom je rozmraziť vnútro skôr, ako sa začne variť zvonka.

Z tohto dôvodu sa program rozmrazovania strieda medzi 270 W a časom odstátia. Názov tohto typu odmrázovania je cyklický. Počas odstátia nie je v rúre žiaden mikrovlnný výkon, hoci svetlo zostane zapnuté.

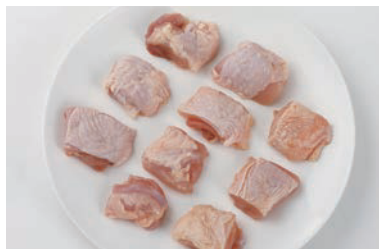
Automatický čas odstátia zaisťuje rovnomernejšie odmrázovanie, ale pred použitím je stále potrebné počítať s časom odstátia.

### Pre dosiahnutie najlepších výsledkov

1. Vložte potraviny do vhodnej nádoby. Kusy mäsa a kurčatá by mali byť umiestnené na prevrátenej podšálke alebo na plastovom stojane, ak ho máte.
2. Počas rozmrazovania potraviny kontrolujte, pretože rýchlosť rozmrazovania sa líši.
3. Pokrm nie je potrebné prikryvať.
4. Pokrm vždy otočte alebo premiešajte v polovici varenia. V prípade potreby ho zakryte (pozrite si bod 6).
5. Mleté mäso, kotlety a iné drobné položky by sa mali čo najskôr rozdrviť alebo oddeliť a umiestniť do jednej vrstvy.
6. Zakrytie zabraňuje vareniu pokrmu.

Je to nevyhnutné pri rozmrazovaní kurčiat a kusov mäsa. Najskôr sa rozmrazí vonkajšia strana, preto chráňte krídla/prsia a tuk hladkými kúskami hliníkovej fólie zaistenými koktejlóvymi tyčinkami.

7. Nechajte pokrm odstáť, aby sa stred pokrmu rozmrazil (minimálne 1 hodina pre kusy mäsa a celé kurčatá).



Usporiadajte pokrm v jednej vrstve.



Otočte alebo rozdeľte pokrm čo najskôr.



Zakryte kurčatá a kusy mäsa.



## Tabuľky rozmrazovania

Nižšie uvedené časy sú len orientačné. Vždy skontrolujte priebeh rozmrazovania pokrmu otvorením dvierok rúry a opätovným spustením. Pri väčších množstvách primerane upravte časy. Potraviny by sa počas rozmrazovania nemali zakryvať.

Pokrm	Hmotnosť/ Množstvo	Čas a režim rozmrazovania	Časy odstátia (minimálne)
Bageta (3)	150 g	1000 W 30-50 sek.	-
Rožky (3)	1 kus (85 g)	1000 W 30-40 sek.	-
	3 x 125 g	1000 W 40-50 sek.	-
Chlieb - krajec (3)	60 g	1000 W 20-30 sek.	-
Raňajkové pečivo (3)	2 x 50 g	1000 W 30-40 sek.	-
		270 W 3-4 min.	
Brioška (1,3)	30 g	270 W 1-2 min.	5 min.
	100 g	270 W 2-3 min.	5 min.
Maslo (1)	250 g	270 W 2-3 min. 30 sek.	15 min.
Syr - kvark (1)	250 g	270 W 12-14 min.	10 min.
Ryba celá (1)	500 g	270 W 10-12 min.	15 min.
Rybíe filé, tenké (2)	260 g	270 W 8-10 min.	10 min.
Rybíe filé, hrubé (2)	300 g	270 W 10-12 min.	15-20 min.
Rybíe steaky bez kosti (2)	260 g	270 W 9-10 min.	15 min.
Hamburger (1)	200 g	270 W 5-6 min.	10 min.
	400 g	270 W 9-10 min.	10 min.
Bravčové párky (1)	300 g	270 W 9-10 min.	10 min.
Pečivo - lístkové (1)	280 g (1 rolka)	270 W 3-5 min.	15 min.
	250 g (1 blok)	270 W 6-8 min.	15 min.
Pečivo - krehké (1)	250 g (1 rolka)	270 W 3-5 min.	15 min.
	500 g (1 blok)	270 W 6-8 min.	10 min.
Pečivo - cesto na pizzu (1)	400 g 1 guľa	270 W 5 min.	10 min.



## Tabuľky rozmrazovania

Pokrm	Hmotnosť/ Množstvo	Čas a režim rozmrazovania	Časy odstátia (minimálne)
Červené ovocie (2)	200 g	270 W 6-8 min.	15 min.
	300 g	270 W 10-12 min.	15 min.
	500 g	270 W 10-12 min.	15 min.
Saláma (tenká) (2)	250 g (12 plátkov)	270 W 4-5 min.	5 min.
Krevety (2)	200 g	270 W 9-11 min.	10 min.
<b>Dezerty</b>			
Čierny les (3)	600 g	270 W 10 min.	15 min.
Čokoládový fondant (3)	1 kus (500 g)	300 W 3 min.	10 min.
Koláč „Victoria sandwich“ (3)	400 g	270 W 6-7 min.	10 min.
Ovocný koláč (3)	1 rez	270 W 3-4 min.	10 min.
	600 g	270 W 8-10 min.	15-20 min.
Vafle (3)	1 kus	1000 W 30-40 sek.	-
	2 kusy	1000 W 50 sek.	-

- (1) V polovici času otočte alebo premiešajte.
- (2) Zakryte.
- (3) Odstráňte obal a položte na tepelne odolný tanier.



# Grilovanie

Grilovací systém na rúre umožňuje rýchlu a efektívnu prípravu širokej škály pokrmov, napr. kotlety, klobásy, steaky, toasty atď. Nepredhrievajte v režime grilovania s nasadeným príslušenstvom.

1



**Jedenkrát stlačte tlačidlo Grill.**

2



**Zvoľte úroveň výkonu.**

Stláčajte tlačidlo „v“/„^“, kým sa na displeji nezobrazí požadovaný výkon.

Grill 3 (Vysoký), Grill 2 (Stredný), Grill 1 (Nízky).

3



**Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.**

4



**Stlačením tlačidla Start/Set predhrejete rúru.**

Na displeji sa zobrazí a bliká „P“. Keď je rúra predhriata, rúra zapípa a „P“ prestane blikáť. Potom otvorte dvierka a vložte pokrm dovnútra.

**\* Ak predhrievanie nie je potrebné, tento krok preskočte.**

5



**Zvoľte čas varenia stlačením tlačidla „v“/„^“.**

Maximálny čas varenia pri výkone 1 hodina a 30 minút.

6



**Začnite stlačením tlačidla Start/Set.**

Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.



# Grilovanie

## Príslušenstvo rúry na použitie

Pri grilovaní rýb, kotliet alebo malých potravín by mala byť smaltovaná polička umiestnená v hornej polohe. Pri väčších potravinách by mala byť smaltovaná polička v spodnej polohe. Alebo môžete potraviny umiestniť priamo na drôtený rošt s žiaruvzdorným riadom pod ním.

## Umiestnite potraviny na smaltovanú poličku

Smaltovaná polička umožní tuku a šťave odkvapkať do nádoby, aby sa znížilo nadmerné prskanie a dym pri grilovaní.

Väčšina potravín si počas varenia vyžaduje otočenie v polovici prípravy. Pri otáčaní pokrmu otvorte dverka rúry a opatrne vyberte smaltovanú poličku alebo drôtený rošt tak, že ho budete pevne držať.

Po otočení vráťte pokrm do rúry, zatvorte dverka a začnite stlačením tlačidla **Start/Set**. Rúra bude naďalej odpočítavať zostávajúci čas varenia. Je celkom bezpečné kedykoľvek otvoriť dverka rúry a skontrolovať priebeh grilovania.



*Na grilovanie malých potravín používajte smaltovanú poličku v hornej polohe.*

## Pokyny

1. V prípade potreby môžete počas varenia zmeniť čas varenia. Stlačením tlačidla „√“/„^“ predĺžite alebo skrátime čas varenia. Čas je možné zvyšovať/znižovať v krokoch po 1 minúte až do 10 minút.
2. Pri programe iba **gril** nie je žiadny mikrovlnný výkon.
3. Použite dodanú smaltovanú poličku a drôtený rošt, ako je vysvetlené.
4. **Gril** bude fungovať len so zatvorenými dverkami rúry.
5. Väčšina mäsových výrobkov napr. slaninu, klobásy, kotlety môžete piecť na najteplejšom stupni **Grill 3**. Toto nastavenie je vhodné aj na opekanie chleba, muffinov a čajového pečiva atď.
6. **Grill 2** a **Grill 1** sa používajú pre jemnejšie pokrmy alebo tie, ktoré vyžadujú dlhší čas grilovania, napr. rybie alebo kuracie pokrmy.
7. **Pri grilovaní pokrm nikdy nezakrývajte.**
8. Smaltovaná polička a drôtený rošt a okolie rúry sa veľmi zahrejú. Používajte kuchynské rukavice.
9. Po grilovaní je dôležité, aby ste pred opätovným použitím vybrali smaltovanú poličku a drôtený rošt na čistenie a aby ste steny a dno rúry utreli handričkou vyžmýkanou v horúcej mydlovej vode, aby ste odstránili masť.
10. Pri použití grilu na varenie pokrmov budú časy varenia podobné ako pri tradičnom grilovaní.

## Pečenie v rúre

Rúru možno použiť ako rúru v režime rúry, ktorý využíva horný a spodný ohrev. Pre dosiahnutie najlepších výsledkov vždy vložte pokrm do predhriatej rúry. Pri použití režimu rúry na pečenie možno smaltovanú poličku umiestniť do hornej alebo dolnej polohy. Alebo môžete potraviny umiestniť priamo na drôtený rošt s žiaruvzdorným riadom pod ním.

Odporúčané použitie nájdete v jednotlivých pokynoch na stranách 46-47. Nepredhrievajte v režime rúry s vloženou smaltovanou poličkou.

1



**Jedenkrát stlačte tlačidlo Oven.**

2



**Zvoľte úroveň výkonu.**

Stláčaním tlačidla „V“/„^“ zvolíte teplotu rúry. Rúra sa spustí na 180 °C a teplota sa bude postupne zvyšovať po 10 °C až do 200 °C a potom späť na 30 °C.

3



**Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.**

4



**Stlačením tlačidla Start/Set predhrejete rúru.**  
(okrem 30-60 °C)

Keď skutočná teplota dosiahne nastavenú teplotu, rúra zapípa. Potom otvorte dvierka a vložte dovnútra pokrm.

**\* Ak predhrievanie nie je potrebné, tento krok preskočte.**

5





**Zvoľte čas pečenia stlačením tlačidla „V“/„^“.**

Maximálny čas pečenia pri 30-60 °C je 9 hodín a pri 70-200 °C 1 hodina a 30 minút.

6



**Začnite stlačením tlačidla Start/Set.**

Poznámka: Skontrolujte, či je na displeji stále len symbol rúry „“. Ak sa zobrazí symbol mikrovln „“, je to nesprávne a program by sa mal zrušiť. Znova zvolte nastavenie rúry.



### Poznámka

1. Ak bola rúra predtým používaná a je veľmi horúca na kysnutie cesta pri 30/40 °C, na displeji sa zobrazí „HOT“. Počkajte, kým vnútorný priestor nevychladne. Po zmiznutí „HOT“ možno opäť použiť 30/40 °C, alebo môžete cesto nechať kysnúť pri izbovej teplote.
2. Otvorte dvierka pomocou sťahovacích dvierok, pretože ak stlačíte tlačidlo **Stop/Cancel**, program sa môže zrušiť.
3. Rúra sa nedá predhriať na 30-60 °C.
4. Čas prípravy môžete zmeniť v priebehu pečenia, ak je to potrebné. Stlačením tlačidla „√“/„^“ zvýšite alebo znížite čas pečenia. Čas je možné zvýšiť/znížiť po jednej minúte, až do 10 minút.
5. Zvolenú teplotu je možné v prípade potreby vyvolať a zmeniť počas pečenia a predhrievania. Jedenkrát stlačte tlačidlo **rúry**, aby ste na displeji zobrazili teplotu. Teplotu (okrem 30-60 °C) môžete zmeniť stlačením tlačidla „√“/„^“. Zatiaľ čo teplota je vyvolaná na displeji.
6. Rúra bude udržiavať zvolenú predhriatu teplotu približne 30 minút. Ak do rúry nevložíte žiaden pokrm alebo nie je nastavený čas pečenia, program pečenia sa automaticky zruší a vráti sa na „0“.

V režime rúry môžete piecť pokrm priamo na smaltovanej poličke v hornej alebo dolnej polohe. Alebo môžete umiestniť svoje štandardné kovové formy na pečenie a riad na smaltovanú poličku v spodnej polohe. Plechy a riad neumiestňujte priamo na dno rúry v režime rúry. Potraviny môžete umiestniť aj priamo na drôtený rošt so žiaruvzdorným riadom pod ním.

#### Pečenie mäsa:

Smaltovaná polička v spodnej polohe.



#### Pečenie:

Smaltovaná polička v spodnej polohe.



## Pečenie v rúre

Smaltovanú poličku využijete na zapekáciu misu na opekanie zemiakov alebo zeleniny a na pečenie rozprávkových koláčikov a sušienok. Je taktiež ideálna na zohrievanie vopred upečeného pečiva.

### Pečenie zeleniny/zemiakov:

Smaltovaná polička v spodnej polohe.



### Ohrev:

Smaltovaná polička v spodnej polohe.



### Upozornenie!

Smaltovaná polička, drôtený rošt a okolie rúry sa veľmi zohrejú. Používajte kuchynské rukavice.

## Pokyny k teplotám rúry

Pre dosiahnutie najlepších výsledkov vždy vložte pokrm do predhriatej rúry. Nezabudnite, že pre uľahčenie programovania najčastejšie používaných teplôt sa vaša rúra spustí na 180 °C a po krokoch po 10 °C sa zvýši na 200 °C a potom späť na 30 °C. Pokrm sa spravidla pečie nezakrytý – pokiaľ to nie je uvedené v návode alebo recepte.

Tepl. °C	Použitie	Tepl. °C	Použitie
30/40 °C	Kynutie cesta na chlieb alebo pizzu	180 °C	Victoria sandwich, košíčky, kusy mäsa
50 °C	Ohrievanie riadu	190 °C	Zapečené pokrmy, lasagne, koláče, kuracie mäso, plnená paprika, švajčiarska roláda, muffiny
60/70 °C	Sušené ovocie, hovädzie trhané		
80/90 °C	Pomalé pečenie	200 °C	Zeleninové šatôčky, chlieb, cesnakový chlieb, pizza na pečenie, vyprážanie kuracích stehien v rúre, bravčové kotlety a sladké zemiaky atď.
100 °C	Čokoládové sušienky		
110 °C	Pusinky		
140 °C	Bohatá ovocná torta		
150/160 °C	Makrónky		
160/170 °C	Kastróly, malé koláčiky, sušienky		



## Režim „Eco Combi“

Na dne rúry vo vašich vlastných mikrovlnných a žiaruvzdorných riadoch je tento režim vhodný na prípravu lasagní, zapekaných pokrmov, mäsa, zemiakov.

Pre úspešné varenie v tomto režime **Eco Combi** by ste mali vždy použiť minimálne 200 g pokrmu. Malé množstvá by sa mali piecť v režime **rúry alebo grilu**. Pri použití tohto kombinovaného režimu Eco nie je možné predhrievať a pokrm by sa malo vždy pripravovať nezakrytý.

Úroveň Eco Combi	Typ Eco Combi	Použitie
Eco Combi 3	Grill 3 + MW 440 W	Pečené kurča, hotový pokrm s gratinovanými povrchmi, mäsové koláče a pečivo.
Eco Combi 2	Grill 3 + MW 300 W	
Eco Combi 1	Grill 2 + MW 300 W	

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Eco Combi.

2



Zvoľte úroveň výkonu.

Stláčajte tlačidlo „√“/„^“, kým sa na displeji nezobrazí požadovaný výkon.  
(Preskočte tento krok pre **Eco Combi 3**)

3



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

4



Zvoľte čas pečenia stlačením tlačidla „√“/„^“. Maximálny čas pečenia je 1 hodina a 30 minút.

5



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.



## Režim „Eco Combi“



### Poznámka

1. Pre režim **Eco Combi** nie je k dispozícii predhrievanie.
2. Čas prípravy môžete zmeniť v priebehu pečenia, ak je to potrebné. Stlačením tlačidla „√“, „/“, „^“ zvýšite alebo znížite čas pečenia. Čas je možné zvýšiť/znížiť po jednej minúte, až do 10 minút.
3. Ak chcete pokrm otočiť, otvorte iba potiahnutím rukoväti dvierok smerom nadol, otočte pokrm, vráťte ho do rúry, zatvorte dvierka a stlačením tlačidla **Start/Set** spustíte. Rúra bude naďalej odpočítavať zostávajúci čas prípravy.

Rady o časoch varenia/pečenia nájdete v tabuľkách varenia a ohrievania v tomto návode. Pozrite si strany 74-88. Pokrmy by mali byť vždy varené/pečené, kým nezehnednú a nebudú horúce.



Potraviny môžete umiestniť priamo na drôtený rošt s žiaruvzdorným riadom pod ním.



### Upozornenie!

Váš riad a okolie rúry budú veľmi horúce. Používajte kuchynské rukavice.



### Rada

Pokrm sa pripravuje vždy nezakrytý.



### Nádoby vhodné na použitie

Pri programoch Eco Combi nepoužívajte plastové nádoby do mikrovlnnej rúry (pokiaľ nie sú vhodné na varenie v režime Eco Combi). Riad musí odolať teplu horných grilovacích prvkov- žiaruvzdorné sklo napr. Ideálny je Pyrex® alebo keramika.

# Viacstupňové varenie

## 2 alebo 3 stupňové varenie

**1** Zvoľte požadovanú funkciu.



**2** Stláčajte tlačidlo „√/∧“, kým sa na displeji nezobrazí požadovaný výkon.



**3** Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.



**4** Zvoľte čas varenia stlačením tlačidla „√/∧“.

**5** Zvoľte požadovanú funkciu.

**6** Stláčajte tlačidlo „√/∧“, kým sa na displeji nezobrazí požadovaný výkon.



**7** Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.



**8** Zvoľte čas varenia stlačením tlačidla „√/∧“.



**9** Začnite stlačením tlačidla Start/Set. Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.



# Viacstupňové varenie

**Príklad:** Pre Grill 1 na 4 minúty a prípravu pokrmu na **440 W** v trvaní 5 minút.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Grill.

2



Stláčaním tlačidla „↓/↑“ zvolíte Grill 1 (Nizky).

3



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

4



Zvoľte čas varenia na 4 minúty stlačením tlačidla „↓/↑“.

5



Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

6



Stláčaním tlačidla „↓/↑“ zvolíte 440 W.

7



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

8



Zvoľte čas varenia na 5 minút stlačením tlačidla „↓/↑“.

9



Začnite stlačením tlačidla Start/Set. Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.

# Viacstupňové varenie

**Príklad:** Pre 270 W na 2 minúty a prípravu pokrmu na 1000 W v trvaní 3 minút.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo **Micro Power**.

2



Stláčaním tlačidla „**∨**“/„**∧**“ zvolíte 270 W (rozmrazovanie).

3



Stlačením tlačidla **Start/Set** potvrdíte voľbu.

4



Zvoľte čas varenia na 2 minúty stlačením tlačidla „**∨**“/„**∧**“.

5



Jedenkrát stlačte tlačidlo **Micro Power**.

6



Stlačením tlačidla **Start/Set** potvrdíte voľbu.

7



Zvoľte čas varenia na 3 minút stlačením tlačidla „**∨**“/„**∧**“.

8



Začnite klepnutím na tlačidlo **Start/Set**. Spustí sa program varenia a čas na displeji sa bude odpočítavať.



## Poznámka

1. Pre trojstupňové varenie zvolíte ďalší program prípravy pred stlačením tlačidla **Start/Set**.
2. Jedným stlačením tlačidla **Stop/Cancel** v priebehu prevádzky, zatavíte prevádzku. Stlačením tlačidla **Start/Set** opäť spustíte naprogramovanú činnosť. Dvojnásobným stlačením tlačidla **Stop/Cancel** zastavíte a vymažete naprogramovanú činnosť.
3. Ak neprebíha žiadna činnosť, stlačením tlačidla **Stop/Cancel** vymažete zvolený program.
4. **Automatické programy a režim rúry** nie je možné použiť s viacstupňovým varením.

# Použitie časovača

## Varenie s odloženým štartom

Pomocou časovača môžete naprogramovať odložený štart varenia.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Timer.

2



Stláčaním tlačidla „v“, „^“ nastavte čas odloženého štartu (až 9 hodín).

3

Nastavte program varenia zadaním režimu varenia a požadovaného času.

4



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.



### Poznámka

1. Naprogramovať je možné trojstupňovú prípravu pokrmov, vrátane varenia s odloženým štartom.
2. Ak sa dvierka rúry otvoria počas odstátia alebo minútového časovača, čas na displeji bude pokračovať v odpočítavaní.
3. Ak naprogramovaný čas odloženého spustenia presiahne jednu hodinu, čas sa bude odpočítavať v minútach. Ak je menej ako jedna hodina, čas sa bude odpočítavať v sekundách.
4. Odložený štart nie je možné nastaviť pred **automatickými programami a režimom rúry**.

# Použitie časovača

## Varenie s odloženým štartom

### Príklad:

Odložený štart: 1 hodina, 1000 W: 10 minút, 300 W: 20 minút.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Timer.

2



Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ zvolíte čas odloženého štartu na 1 hodinu.

3



Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

4



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

5



Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ nastavte čas varenia na 10 minút.

6



Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

7



Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ zvolíte 300 W.

8



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

9



Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ nastavte čas varenia na 20 minút.

10



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

# Použitie časovača

## Nastavenie času odstátia:

Pomocou časovača môžete naprogramovať čas odstátia po dokončení varenia alebo použiť naprogramovanie rúry ako kuchynskú minútku.

1

### Zvoľte režim varenia a čas

Nastavte program varenia zadaním režimu varenia a požadovaného času.

2



Jedenkrát stlačte tlačidlo **Timer**.

3



Stláčaním tlačidla „**∨**“/„**∧**“ nastavte čas odstátia (až 9 hodín).

4



Začnite stlačením tlačidla **Start/Set**.



## Poznámka

1. Naprogramovať je možné trojstupňovú prípravu pokrmov, vrátane času odstátia.
2. Ak sa dvierka rúry otvoria počas času odstátia alebo minútového časovača, čas na displeji bude pokračovať v odpočítavaní.
3. Ak naprogramovaný čas odstátia presiahne jednu hodinu, čas sa bude odpočítavať v minútach. Ak je menej ako jedna hodina, čas sa bude odpočítavať v sekundách.
4. Túto funkciu možno použiť aj ako minútový časovač. V tomto prípade stlačte tlačidlo **Timer**, nastavte čas a stlačte tlačidlo **Start/Set**.
5. Odložený štart nie je možné nastaviť pred **automatickými programami a režimom rúry**.

# Použitie časovača

Nastavenie času odstátia:

**Príklad:**

1000 W: 4 minút, Čas odstátia: 5 minút, 1000 W: 2 minúty

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

2



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

3



Stláčaním tlačidla „∨“/„^“ nastavte čas varenia na 4 minúty.

4



Jedenkrát stlačte tlačidlo Timer.

5



Stláčaním tlačidla „∨“/„^“ nastavte čas odstátia na 5 minút.

6



Jedenkrát stlačte tlačidlo Micro Power.

7



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

8



Stláčaním tlačidla „∨“/„^“ nastavte čas varenia na 2 minúty.

9



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

# Použitie funkcie pridania času

Táto funkcia vám umožňuje pridať čas varenia na konci predchádzajúceho varenia.



Po varení, stláčaním tlačidla „v“/„^“ zvolíte funkciu **Add Time**.

**Začnite stlačením tlačidla Start/Set.**

Čas bude pridaný. Čas na displeji sa bude odpočítavať.

Režimy	Maximálny čas varenia
Micro Power 1000 W	30 minút
Ostatné mikrovlnné výkony, Grill	1 hodina a 30 minút
Oven (30-60 °C), Timer	9 hodín
Oven (70-200 °C)	1 hodina a 30 minút
Eco Combi	1 hodina a 30 minút



## Poznámka

1. Táto funkcia je dostupná len pre funkcie **Micro Power, Grill, Rour, Eco Combi** a **Timer** a nie je dostupná pre automatické programy.
2. Funkcia pridania času je dostupná len do 1 minúty po varení.
3. Funkciu pridania času je možné použiť po viacstupňovom varení. Úroveň výkonu je rovnaká ako v poslednom stupni.



## Rozmrazovanie

Táto funkcia sa používa na rozmrazovanie mletého mäsa, masových kociek, porciovaného kurčat'a, kusov mäsa alebo pečiva. Stlačením tlačidla Defrost zvolíte správnu kategóriu rozmrazovania a potom zadajte hmotnosť pokrmu v gramoch (pozrite si strany 59-60).

Pokrm položte na vhodný tanier, ak rozmrazujete celé kurča a pečienky, položte ich na otočený tanier alebo na tácku vhodnú do mikrovlnnej rúry. Mäsové kocky, porciované kurča alebo krajce chleba by mali byť rozmrazované v jednej vrstve. Pokrm nie je potrebné prikrývať.

V používaných programoch automatického rozmrazovania podľa hmotnosti sa uplatňuje princíp teórie chaosu, ktorý zaisťuje rýchle a rovnomerné rozmrazenie. Tento systém využíva náhodnú sekvenciu impulzov mikrovlnnej energie, čo urýchľuje proces rozmrazovania. V priebehu programu vás rúra akustickým signálom upozorní na kontrolu pokrmu. **Pri rozmrazovaní je nevyhnutné pokrm často obracať a premiešať a v prípade potreby zakryť citlivé miesta. Pri prvom akustickom signáli by ste mali pokrm otočiť a zakryť** (ak je to možné). Pri druhom akustickom signáli by ste mali pokrm otočiť alebo rozdeliť.

### 1. akustický signál

Otočte



### 1. akustický signál

Alebo zakryte



### 2. akustický signál

Otočte alebo rozdeľte



## Poznámka

1. V priebehu rozmrazovania pokrm kontrolujte. Každá potravina sa rozmrazuje inou rýchlosťou.
2. Pokrm nie je potrebné prikrývať.
3. Pokrm vždy otočte alebo zamiešajte, hlavne keď zaznie akustický signál. Ak je to nevyhnutné, niektoré časti pokrmu zakryte (pozrite si bod 5)
4. Mleté mäso/mäsové kocky/porciované kurča by malo byť rozdelené hneď, ako to bude možné a rozložené v jednej vrstve.
5. Zakrytím citlivých častí pokrmu zamedzíte ich uvareniu. Je to potrebné hlavne pri rozmrazovaní kurčat'a a pečienky. Ako prvé sa rozmrazujú vonkajšie časti, takže je dobré chrániť krídla/prsia/tučné miesta jemnými kúskami hliníkovej fólie zaistenej špáradlami.
6. Pokrm nechajte odstáť, aby sa rozmrazila aj stredná časť (pri celom kurčati alebo pečienke je to minimálne 1 - 2 hodiny).
7. Ak sa na displeji zobrazí „HOT“, teplota rúry je veľmi vysoká z predchádzajúceho použitia a nie je možné nastaviť automatický program. Režim varenia a čas možno stále nastaviť manuálne.



# Rozmrazovanie

Pomocou tejto funkcie môžete rozmrazovať zmrazené potraviny podľa ich hmotnosti. Vyberte kategóriu a nastavte hmotnosť pokrmu. Hmotnosť je naprogramovaná v gramoch. Pre rýchlu voľbu, hmotnosť začína od najčastejšie použíwanej hmotnosti pre každú kategóriu.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Defrost.

2



Stláčaním tlačidla „√“/„^“ zvolíte kategóriu pokrmu. (Č. 1-3)

3



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

4



Stláčaním tlačidla „√“/„^“ zvolíte hmotnosť. Tlačidlá „√“/„^“ budú počítať v krokoch po 10 g.

5






Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
1	Small Pieces (Malé kúsky) 	200 g - 1200 g  Dno rúry	Na rozmrazovanie malých kúskov mäsa, kuracích porcií, kotletiek, steakov, mletého mäsa. Položte na tanier alebo plytkú misku Pyrex®. Nádobu umiestnite na dno rúry. Zvolte program číslo 1. Zadaťte hmotnosť kúskov mäsa. Začnite rozmrazovať. Pri pípnutí otočte a zakryte.
2	Big Piece (Veľký kus) 	400 g - 2500 g  Dno rúry	Na rozmrazovanie celého kurčťa, kusov mäsa. Položte na tanier alebo plytkú misku Pyrex®. Nádobu umiestnite na dno rúry. Zvolte program číslo 2. Zadaťte hmotnosť mäsa. Začnite rozmrazovať. Pri pípnutí otočte a zakryte.



## Rozmrazovanie

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
3	Bread (Chlieb)   	100 g - 900 g  Dno rúry	Na rozmrazovanie rožkov, žemlí, krajcov chleba a bochníkov. Položte na tanier. Nádobu umiestnite na dno rúry. Zvoľte program číslo 3. Zadajte hmotnosť chleba. Začnite rozmrazovať. Pri pípnutí otočte a zakryte.

### 1. Small pieces (mleté mäso/kotlety/kúsky kuracieho mäsa)

Kotlety a kúsky kuracieho mäsa by mali byť usporiadané v jednej vrstve a často otáčané počas rozmrazovania. Je potrebné, aby sa mleté mäso rozdrvilo počas rozmrazovania a to sa najlepšie robí vo veľkej plytkej miske. Čas odstátia je 20-30 minút. **Nevhodné pre klobásy, tie sa dajú rozmraziť manuálne.** Pozrite si tabuľku rozmrazovania na stranách 41-42.

### 2. Big piece

Celé kurčatá a kusy mäsa budú vyžadovať zakrytie počas rozmrazovania, najmä ak ide o obzvlášť tučný kus. Je to preto, aby sa pokrm nezačal pripekať na vonkajších okrajoch. Chráňte krídla, prsia a tuk hladkými kúskami hliníkovej fólie zaistenými koktejlóvymi tyčinkami. **Nedovoľte, aby sa fólia dotýkala stien rúry.** Po rozmrazení by mali kusy mäsa nechať odstáť aspoň 1-2 hodiny.

### 3. Bread

Tento program je vhodný pre malé kusy, ktoré sú potrebné na okamžité použitie, môžu byť teplé hneď po rozmrazení. Na tomto programe je možné rozmraziť aj bochníky, ale bude to vyžadovať čas odstátia, aby sa stred mohol rozmraziť. Čas odstátia možno skrátiť, ak krajce oddelíte a žemle a bochníky prekrojíte na polovicu. Položky by sa mali otáčať počas rozmrazovania. Čas odstátia je 10-30 minút. Pre veľké bochníky môže byť potrebný dlhší čas. **Tento program nie je vhodný pre krémové torty alebo zákusky** napr. tvarohový koláč.



## Poznámka

1. Tvar a veľkosť pokrmu určí maximálnu hmotnosť, ktorú môže rúra pojať.
2. Nechajte pokrm odstáť, aby sa pokrm úplne rozmrazil.
3. Ak sa na displeji zobrazí „HOT“, teplota rúry je veľmi vysoká z predchádzajúceho použitia a nie je možné nastaviť automatický program. Režim varenia a čas možno stále nastaviť manuálne.



# Programy automatického snímača

Táto funkcia vám umožňuje variť alebo zohrievať potraviny bez zadávania hmotnosti. Zabudovaný snímač meria vlhkosť pokrmu a vypočíta odporúčaný výkon mikrovlnnej rúry spolu s navrhovaným časom varenia.

## Ako to funguje

Po voľbe pokrmu a stlačením tlačidla Start/Set sa pokrm zohreje. Keď sa pokrm začne zahrievať, začne sa uvoľňovať para. Keď pokrm dosiahne určitú teplotu a začne sa variť, uvoľní sa ešte väčšie množstvo pary. Zvýšenie emisií pary je detekované snímačom vlhkosti v rúre. Toto slúži ako signál pre rúru, aby vypočítala, ako dlho ešte potrebuje pokrm varenie. Zostávajúci čas varenia sa zobrazí na displeji po dvoch pípnutiach. Kým je senzorový program stále na displeji, dvierka rúry by sa nemali otvárať. Počkajte, kým sa na displeji nezobrazí čas varenia a potom v prípade potreby otvorte dvierka, aby ste mohli pokrm premiešať alebo obrátiť.

1



**Jedenkrát stlačte tlačidlo Auto Program.**

2



**Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ zvolíte číslo menu. (Č. 4-9)**

3



**Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.**

4



**Začnite stlačením tlačidla Start/Set.**

5



**Stláčaním tlačidla „∨“/„∧“ môžete vykonať úpravu podľa vlastných potrieb v priebehu 14 sekúnd. (Voliteľné).**



## Programy automatického snímača

### Úprava podľa vlastných potrieb

Preferencie pre stupeň varenia sa líšia pre každého jednotlivca. Po niekoľkých použitíach automatických programov sa môžete rozhodnúť, či uprednostňujete varenie pokrmu na inom stupni varenia. Po stlačení tlačidla Start/Set sa na displeji zobrazí „±“, stlačte tlačidlo „√“/„^“ dlhšie alebo kratšie.

Táto operácia by mala byť dokončená do 14 sekúnd. Ak ste spokojní s výsledkom automatických programov, nemusíte tento ovládací prvok používať.





### Poznámka

1. Automatické programy sa smú používať len pre uvedené potraviny.
2. Rúra automaticky vypočíta čas opätovného ohrevu alebo zostávajúci čas ohrevu.
3. Pokrmy pripravujte len v uvedených hmotnostných rozsahoch.
4. Dvierka by sa nemali otvárať, kým sa na displeji nezobrazí čas.
5. Aby ste predišli chybám počas automatických programov, uistite sa, či je dno rúry a nádoba suchá.
6. Teplota v miestnosti by nemala byť vyššia ako 35 °C a nižšia ako 0 °C.
7. Ak bola rúra predtým používaná a je veľmi horúca na to, aby sa dala použiť v automatických programoch, na displeji sa zobrazí „HOT“. Keď nápis „HOT“ zmizne, možno použiť automatické programy. Ak sa ponáhľate, uvarte pokrm manuálne voľbou správneho režimu varenia a času varenia sami.
8. Pokrm vždy odvážte a nespoliehajte sa na informácie na jeho obale.
9. Pre väčšinu pokrmov je výhodné použiť čas Odstátia, pričom po varení s automatickým programom, umožňuje pokračovanie v ohrievaní v strede.
10. Aby ste brali do úvahy určité odchýlky v jednotlivých pokrmoch, pred servírovaním skontrolujte, či je pokrm dostatočne uvarený a teplý.






## Programy automatického snímača

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
4	Chilled Meal (Chladený pokrm) 	200 g - 1000 g  Dno rúry	Na zohriatie čerstvého hotového pokrmu. Všetky pokrmy musia byť hotové. Potraviny by mali mať chladničkovú teplotu cca. + 5 °C. Zohrievajte v nádobe ako pri zakúpení. Kryciu fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Ak presúvate pokrm do riadu, prikryte ho prepichnutou potravinovou fóliou. Zvoľte program číslo 4. Začnite variť. Miešajte pri pípnutí. Na konci programu znova premiešajte a nechajte niekoľko minút odstáť. Veľké kusy mäsa/ryby v jemnej omáčke môžu vyžadovať dlhšie varenie. Tento program nie je vhodný pre potraviny obsahujúce škrob, ako je ryža, rezance alebo zemiaky.
5	Frozen Meal (Mrazený pokrm) 	200 g - 1000 g  Dno rúry	Na zohriatie mrazeného hotového pokrmu. Všetky pokrmy musia byť hotové a zmrazené (-18 °C); Zohrievajte v nádobe ako pri zakúpení. Kryciu fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Ak presúvate pokrm do riadu, prikryte ho prepichnutou potravinovou fóliou. Zvoľte program číslo 5. Začnite variť. Pri pípnutí premiešajte a kocky nakrájajte na kúsky. Na konci programu znova premiešajte a nechajte niekoľko minút odstáť. Pred konzumáciou skontrolujte teplotu a v prípade potreby varte ďalšie minúty. Tento program nie je vhodný pre porciované mrazené potraviny.




## Programy automatického snímača

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
6	Fresh Vegetables (Čerstvá zelenina) 	200 g - 1000 g Dno rúry	Na varenie čerstvej zeleniny. Pripravenú zeleninu vložte do nádoby vhodnej veľkosti. Podlejte 1 PL studenej vody na 100 g zeleniny. Zakryte potravinovou fóliou. Fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Zvoľte program číslo 6. Začnite variť. Zamiešajte pri pípnutí. Po uvarení scedte a dochuťte.
7	Frozen Vegetables (Mrazená zelenina) 	200 g - 1000 g Dno rúry	Na varenie mrazenej zeleniny. Vložte zeleninu do nádoby vhodnej veľkosti. Zalejte 1-3 PL studenej vody. Ak varíte zeleninu s vysokým obsahom vody, ako je špenát alebo paradajky, nepridávajte vodu. Zakryte potravinovou fóliou. Fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Zvoľte program číslo 7. Začnite variť. Na konci programu premiešajte a nechajte niekoľko minút odstáť. Scedte a okoreňte podľa chuti.
8	Pasta (Cestoviny) 	100 g - 450 g Dno rúry	Na varenie sušených cestovín. Použite veľkú misku. Pridajte 1 ČL soli, 1 ČL oleja a vriacu vodu. Na 100 g – 290 g cestovín pridajte 1 liter vriacej vody. Na 300 g – 450 g cestovín pridajte 1½ litra vriacej vody. Nechajte aspoň ½ hĺbky objemu na odparenie, aby ste zabránili vykypeniu. Zakryte potravinovou fóliou. Fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Zvoľte program číslo 8. Začnite variť. Zamiešajte pri pípnutí. Po uvarení scedte.



## Programy automatického snímača

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
9	Rice (Ryža) 	100 g - 300 g  Dno rúry	Na varenie ryže na slané pokrmy, nie na ryžové nákypy. (Thajská, Basmati, Jazmínová, Surinamská, Arborio alebo stredomorská ryža). Pred varením ryžu dôkladne prepláchnite. Použite veľkú misku. Do ryže pridajte dvojnásobné množstvo vriacej vody. Nechajte aspoň ½ hĺbky objemu na odparenie, aby ste zabránili vykypeniu. Zakryte potravinovou fóliou. Fóliu prepichnete ostrým nožom raz v strede a štyrikrát okolo okraja. Zvoľte program číslo 9. Začnite variť. Zamiešajte pri pípnutí. Po uvarení nechajte 5 minút odstáť.



# Programy automatického varenia

Táto funkcia vám umožňuje variť niektoré z vašich obľúbených pokrmov iba nastavením hmotnosti. Zvoľte kategóriu a nastavte hmotnosť pokrmu. Hmotnosť je naprogramovaná v gramoch. Pre rýchlu voľbu, začína hmotnosť od najčastejšie používanej hmotnosti pre každú kategóriu.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Auto Program.

2



Stláčaním tlačidla „∨“, „/“, „∧“ zvoľte číslo menu. (Č. 10-16)

3



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

4



Stlačením tlačidla Start/Set spustíte predhrievanie. (iba č. 11).

Na displeji sa objaví a bliká „P“. Keď je rúra predhriata, zaznie akustický signál a „P“ prestane blikáť. Potom otvorte dvierka a vložte pokrm dovnútra.

\* Ak predhrievanie nie je potrebné, tento krok preskočte.

5



Stláčaním tlačidla „∨“, „/“, „∧“ zvoľte hmotnosť. Preskočte tento krok pre menu 15-16.

6



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

Keď zvolíte automatický program, na displeji sa zobrazia symboly, ktoré znázornia režim pečenia, ktorý sa použije a či je potrebné príslušenstvo. Na identifikáciu symbolov sa pozrite nižšie:



Smaltovaná polička



Drôtený rošt



Mikrovlny



Gril



Rúra



Značka zmrazenia/  
rozmrazenia





## Programy automatického varenia










### Pokyny

1. Tieto programy sa smú používať len pre popísané potraviny.
2. Varte iba potraviny v rámci uvedených hmotnostných rozsahov.
3. Potraviny vždy zvažte a nespoliehajte sa na informácie o hmotnosti na obaloch.
4. Predpokladá sa, že teplota mrazených potravín je  $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$  až  $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$ . Predpokladá sa, že teplota chladených potravín je  $+5\text{ }^{\circ}\text{C}$  až  $+8\text{ }^{\circ}\text{C}$  (teplota v chladničke).
5. Vždy používajte príslušenstvo tak, ako je uvedené.
6. Väčšine potravín prospieva čas odstátia po uvarení v automatickom programe, aby sa teplo mohlo ďalej viesť do stredu.
7. Aby ste umožnili určité odchýlky, ktoré sa vyskytujú pri pokrme, pred podávaním skontrolujte, či je pokrm dôkladne uvarený a horúci.
8. Ak sa na displeji zobrazí „HOT“, teplota rúry je veľmi vysoká z predchádzajúceho použitia a nie je možné nastaviť automatický program. Režim varenia a čas možno stále nastaviť manuálne.

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
10	Chilled Quiche (Chladný slaný koláč)  	150 g - 500 g    Dno rúry	Na zohrievanie čerstvého hotového slaného koláča. Odstráňte všetky obaly a položte slaný koláč na drôtený rošt na dno rúry. Zvoľte program číslo 10. Zadaťte hmotnosť vychladeného slaného koláča. Začnite variť. Na konci varenia preložte slaný koláč na chladiaci rošt a nechajte niekoľko minút odstáť. Slaný koláč (Quiche) s vysokým obsahom syra môže byť horúcejší ako slaný koláč so zeleninou. Tento program nie je vhodný pre hlboko plnené slané koláče.








## Programy automatického varenia

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
11	Frozen Potato Products (Mrazené zemiakové výrobky)  	200 g - 500 g    	Na prípravu mrazených zemiakových výrobkov. ako sú napr. zemiakové placky, pečené zemiaky, hranolčky atď. Zvoľte program číslo 11, klepnite na tlačidlo <b>Start/Set</b> na predhriatie rúry. Zemiakové výrobky rozložte na smaltovanú poličku. Po predhriatí umiestnite smaltovanú poličku do hornej polohy rúry. Zadajte hmotnosť mrazených zemiakových výrobkov. Začnite piecť. Najlepšie výsledky dosiahnete, ak pečiete v jednej vrstve a po pípnutí otočíte alebo premiešate. Poznámka: Zemiakové výrobky sa značne líšia. Odporúčame skontrolovať niekoľko minút pred koncom pečenia, aby ste zistili úroveň zhnednutia. Tento program nie je vhodný pre galettes, Pom' Dauphine a Pom' Noisette.
12	Pastry Items (Pečivo)  	100 g - 600 g    Dno rúry	Na zohrievanie, zapekanie a zhnednutie čerstvého pečiva, ako sú napr. košíčky, záviný atď. Odstráňte všetky obaly a položte na drôtený rošt na spodnej časti rúry. Zvoľte program číslo 12. Zadajte hmotnosť pečiva. Začnite piecť. Otočte sa pri pípnutí. Presuňte pečivo na chladiaci stojan a nechajte niekoľko minút odstáť.
13	Chilled Pizza (Chladená pizza)  	100 g - 450 g    Dno rúry	Na zohrievanie a pečenie <b>chladenej</b> pizze (zakúpenej). Odstráňte všetky obaly a vychladenú pizzu položte na rošt na spodnej časti rúry. Zvoľte program číslo 13. Zadajte hmotnosť vychladenej pizze. Začnite piecť. Tento program nie je vhodný pre pizzu s vysokými okrajmi alebo veľmi tenké pizze, ako je Flammekueche.



## Programy automatického varenia

Č.	Program	Hmotnosť/ Umiestnenie	Pokyny
14	Frozen Pizza (Mrazená pizza) 	100 g - 450 g  Dno rúry	Na zahrievanie a pečenie <b>mrazenej</b> pizze (zakúpenej). Odstráňte všetky obaly a položte mrazenú pizzu na drôtený rošt na spodnej časti rúry. Zvoľte program číslo 14. Zadáajte hmotnosť mrazenej pizze. Začnite piecť. Na konci pečenia preložte pizzu na chladiaci stojan. Tento program nie je vhodný pre pizzu s vysokými okrajmi alebo veľmi tenké pizze, ako je Flammekueche.
15	Gratin Potato (Gratinované zemiaky) 	4 porcie Dno rúry	Pozrite si recept na nasledujúcej strane. Položte na dno rúry. Zvoľte program číslo 15. Začnite piecť. Po upečení nechajte 5 minút odstáť.
16	Gratin Pasta (Zapekané cestoviny) 	4 porcie  Dno rúry	Pozrite si recept na nasledujúcej strane. Umiestnite na drôtený rošt na dno rúry. Zvoľte program číslo 16. Začnite piecť. Po upečení nechajte 2 minúty odstáť.



## Programy automatického varenia

### Gratinované zemiaky

#### ingrediencie

#### 4 porcie

700 g ošúpaných zemiakov,  
1 strúčik cesnaku,  
100 g ementálu (strúhaný),  
soľ a korenie,  
100 ml smotany,  
100 ml mlieka  
50 g rozšľahaných vajec

#### Nádoba:

1 x 25 cm plytká miska Pyrex®

#### Príslušenstvo:

žiadne

1. Zemiaky nakrájajte na tenké plátky. Cesnak ošúpte a nasekajte.
2. Plátky zemiakov poukladajte do plytkej misky Pyrex®. Dajte na ne cesnak, polovicu syra, soľ a korenie.
3. Vajíčko, mlieko, smotanu vymiešajte a zmesou zalejte zemiaky. Prikryte zvyškom strúhaného syra. Položte na dno rúry.
4. Zvoľte program číslo 15. Začnite piecť. Po upečení nechajte 5 minút odstáť.

### Zapekané cestoviny

#### ingrediencie

#### 4 porcie

550 g čerstvej omáčky  
na cestoviny, napr.  
paradajkovej  
400 g čerstvých cestovín,  
napr. tortellini/ravioli  
50 g strúhaného tvrdého syra  
napr. čedar, mozzarella,  
parmezan

#### Nádoba:

1 x 22 cm plytká miska Pyrex®

#### Príslušenstvo:

drôtený rošt

1. Zmiešajte omáčku na cestoviny a cestoviny vo veľkej mise, kým sa cestoviny úplne nepotiahnu omáčkou. Na vrch posypte strúhaným syrom.
2. Umiestnite nádobu na drôtený rošt na dne rúry. Zvoľte program číslo 16. Začnite piecť. Po upečení nechajte 2 minúty odstáť.

## Nastavenie čistenia

### F1. Deodorizácia

Táto funkcia sa odporúča na odstránenie akýchkoľvek zápachov z rúry.

1



Jedenkrát stlačte tlačidlo Auto Program.

---

2



Stláčaním tlačidla „v“/„^“ zvolíte „F1“.

---

3



Stlačením tlačidla Start/Set potvrdíte voľbu.

---

4



Začnite stlačením tlačidla Start/Set.

---

# Pokyny pre varenie a ohrievanie

Väčšina potravín sa v rúre zohrieva veľmi rýchlo vďaka vysokému výkonu (1000 W). Pokrmy môžu byť privedené späť na teplotu servírovania v priebehu niekoľkých minút a budú chutiť čerstvo uvarené. Vždy skontrolujte, či je pokrm horúci a v prípade potreby ho vráťte do rúry.

Vo všeobecnosti platí, že mokré potraviny, napr. polievky, zapekané pokrmy a hotové pokrmy vždy zakryte.

Nezakrývajte suché potraviny, napr. rožky, koláče, klobásky atď.

Tabuľky na stranách 74-88 vám ukazujú najlepší spôsob varenia alebo zohrievania vašich obľúbených pokrmov. Najlepší spôsob závisí od typu pokrmu, ktorý varíte alebo zohrievate.

Počas varenia alebo zohrievania nezabudnite pokrm vždy, keď je to možné, premiešať alebo obrátiť. To zaisťuje rovnomerné varenie alebo zohrievanie na vonkajšej strane a v strede.

## Kedy je pokrm zohriaty?

Pokrm, ktorý bol zohriaty alebo uvarený, by sa mal podávať „horúci“, t. j. zo všetkých častí by mala viditeľne vychádzať para. Pokiaľ sa pri príprave a skladovaní potravín dodržiavajú správne hygienické postupy, varenie alebo zohrievanie nepredstavuje žiadne bezpečnostné riziko. Pokrmy, ktoré sa nedajú miešať, by ste mali nakrájať nožom, aby ste otestovali, či sú dostatočne zohriate. Aj keď boli dodržané pokyny výrobcu alebo

časy v tabuľke, stále je dôležité skontrolovať, či je pokrm dôkladne zohriaty. Ak máte pochybnosti, vždy ho vráťte do rúry na ďalší ohrev. Ak nemôžete nájsť ekvivalentný pokrm v tabuľke, zvolte podobný typ a veľkosť v zozname a v prípade potreby upravte čas varenia.

## Hotové pokrmy

Chuť do jedla sa u každého líši a čas ohrevu závisí od obsahu pokrmu. Husté pokrmy napr. zemiaková kaša, treba dobre rozložiť. Ak pridáte veľa omáčky, môže byť potrebného viac času. Umiestnite hustejšie pokrmy na vonkajšiu stranu taniera. Pri 1000 W sa priemerný pokrm na tanieri zohreje o 4-7 minút. Neukladajte pokrmy na seba.

## Konzervované pokrmy

Pred ohrievaním vyberte pokrm z plechovky a vložte ho do vhodnej nádoby. Pokrm premiešajte v polovici varenia a znova na konci zohrievania.

## Polievky

Použite misu a premiešajte pred zohrievaním a aspoň raz počas zohrievania a znova na konci.

## Zapekané pokrmy

V polovici a na konci zohrievania znova premiešajte.

# Pokyny pre varenie a ohrievanie



## Upozornenie - Plnené koláče

Pamätajte, že aj keď je pečivo na dotyk studené, plnka bude horúca a prehreje pečivo. Dávajte pozor, aby ste sa neprehriali, inak môže dôjsť k pripáleniu v dôsledku vysokého obsahu tuku a cukru v náplni. Pred konzumáciou skontrolujte teplotu náplne, aby ste si nepopálili ústa.



## Upozornenie - Detské fľaše

Mlieko alebo zmes sa musí pred zahriatím a na záver ešte raz dôkladne pretrepať a pred kŕmením dieťaťa dôkladne otestovať. Tekutina v hornej časti fľaše bude oveľa teplejšia ako na dne. Fľaša sa musí pred použitím dôkladne pretrepať a otestovať.



## Poznámka

**Neodporúčame používať mikrovlnnú rúru na sterilizáciu detských fliaš.** Ak máte špeciálny sterilizátor do mikrovlnnej rúry, odporúčame mimoriadnu opatrnosť z dôvodu nízkeho množstva použitej vody. Je dôležité bezpodmienečne dodržiavať pokyny výrobcu.

# Tabuľky pre ohrev

Časy uvedené v tabuľkách nižšie sú len orientačné a budú sa líšiť v závislosti od POČIATOČNEJ teploty, veľkosti riadu a množstva. Pečivo alebo chlieb zohriaty v mikrovlnnej rúre bude mäkké, nie chrumkavé.

## Kontrolné body

Po zohriatí v mikrovlnnej rúre vždy skontrolujte, či je pokrm horúci. Ak si nie ste istí, vráťte ho do rúry. Pokrmy budú stále vyžadovať čas odstátia, najmä ak sa nedajú miešať. Čím je pokrm hustejší, tým dlhší čas odstátia bude potrebný.

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
<b>Detské fľaše – UPOZORNENIE</b>				
Po zohriatí mikrovlnami, tekutina v hornej časti fľaše bude oveľa teplejšia ako na dne fľaše a musí sa pred kontrolou teploty dôkladne pretrepať. Pri skúšaní teploty mlieka si trochu nastriekajte na vnútorné zápästie. Kvapky mlieka na pokožke by mali byť teplé, nie horúce. Pri 250 ml mlieka z teploty chladničky, odstráňte vrchnák a cumlík. Zohrievajte pri 1000 W v trvaní 40 sekúnd. STAROSTLIVO SKONTROLUJTE. Pri 100 ml mlieka z teploty chladničky, odstráňte vrchnák a cumlík Zohrievajte pri 1000 W v trvaní 20 sekúnd. STAROSTLIVO SKONTROLUJTE.				
<b>Chlieb – Predpečené pečivo – Čerstvé pečivo – Pozn. Pečivo zohrievané v mikrovlnnej rúre bude mať mäkký spodok.</b>				
Croissanty/ Briošky	4	1000 W	30 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
<b>Konzervované cestoviny</b>				
Ravioli/syrové makaróny/ špagety	400 g	1000 W	2 min. 30 sek.	Vložte do žiaruvzdornej misy a prikryte. Položte na dno a v polovici premiešajte.

# Tabuľky pre ohrev

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
<b>Konzervované polievky</b>				
Kondenzované	295 g	1000 W	3-4 min.	Vložte do žiaruvzdornej misky a zamiešajte jednu plechovku vody. Zakryte a položte na dno, v polovici premiešajte.
Zeleninová/ vývar/ smotanová	400 g/ 415 g	1000 W	3 min.	Vložte do žiaruvzdornej misy a prikryte. Položte na dno a v polovici premiešajte.
<b>Chladené polievky</b>				
2 porcie	500 ml	1000 W	4 min.- 4 min. 30 sek.	Vložte do žiaruvzdornej misy a prikryte. Položte na dno a v polovici premiešajte.
<b>Konzervovaná zelenina</b>				
Pečené fazule/ Maslové fazule	200 g	1000 W	1 min. 30 sek.	Vložte do žiaruvzdornej misy a prikryte. Položte na dno a v polovici premiešajte.
	415 g		2 min.-2 min. 30 sek.	
Mrkva	300 g		4 min.	
Huby/hrášok/ paradajky/ sladká kukurica	300 g		2 min.-2 min. 30 sek.	
<b>Ľahké pokrmy a snacky - chladené</b>				
Palacinky/ francúzska bageta s náplňou	120 g 1 kus	Eco Combi 3	1 min. 40 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
	240 g 2 kusy	Eco Combi 3	2 min. 40 sek.	

# Tabuľky pre ohrev

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
Hot Dog	110 g 1 kus	Eco Combi 2	3 min.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
Klobásová rolka	100 g - 130 g 1 kus	Automatické menu č. 12		Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie.
	200 g - 260 g 2 kusy			
Opečený sendvič so šunkou a syrom	100 g 1 kus	Eco Combi 2 a potom Grill 3	2 min. a potom 3 min.	Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie. V polovici času ohrevu otočte alebo premiešajte.
	200 g 2 kusy	Eco Combi 2 a potom Grill 3	2 min. a potom 4 min.	
<b>Lahké pokrmy a snacky - mrazené</b>				
Palacinky/ francúzska bageta s náplňou	120 g 1 kus	Eco Combi 3	1 min. 40 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
	240 g 2 kusy	Eco Combi 3	2 min. 40 sek.	
Hot Dog	110 g 1 kus	Eco Combi 3	2 min. 30 sek. a potom 2 min. odpočívať	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
Klobásová rolka	100 g - 130 g 1 kus	Eco Combi 3	2 min. 40 sek. a 2 min. odpočívať	Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie.
	200 g - 260 g 2 kusy	Eco Combi 2 a potom Grill 3	4 min. a potom 2 min.	

# Tabuľky pre ohrev

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
Opečený sendvič so šunkou a syrom	100 g 1 kus	Eco Combi 3 a potom Grill 3	2 min. a potom 2 min.	Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie. V polovici času ohrevu otočte alebo premiešajte.
	200 g 2 kusy	Eco Combi 3 a potom Grill 3	3 min. a potom 1 min. 30 sek.	
<b>Nápoje</b>				
1 hrnček studeného mlieka	235 ml	1000 W	1 min. 30 sek.	Umiestnite do žiaruvzdornej nádoby na dno. Zamiešajte v polovici a po zohriatí.
1 džbán studeného mlieka	568 ml (1 pinta)		4 min.	
1 hrnček studeného kávy/ čaju	235 ml		1 min. 20 sek.	
1 hrnček studeného bieleho kávy			1 min. 20 sek.	
<b>Hotové pokrmy - chladené. Preneste pokrm z hliníkovej nádoby do žiaruvzdornej nádoby podobnej veľkosti. Možnosti zdravého stravovania pri kombinácii len mierne zhnednú z dôvodu nižšieho obsahu tuku.</b>				
Lasagne	450 g	1000 W	6 min.	Položte na dno rúry.
		Eco Combi 3	8 min.	
	800 g	Eco Combi 3	16 min.	
Syrové makaróny	450 g	Eco Combi 3	10 min.	Položte na dno rúry.

# Tabuľky pre ohrev

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
<b>Hotové pokrmy - mrazené. Preneste pokrm z hliníkovej nádoby do žiaruvzdornej nádoby podobnej veľkosti.</b>				
Lasagne/ cannelloni	400 g	1000 W	10 min.	Položte na dno rúry.
		Eco Combi 2	20 min.	
Syrové makaróny	400 g	1000 W	10-12 min.	
		Eco Combi 2	18 min.	
<b>Prílohy</b>				
Vychladená zemiaková kaša	500 g	1000 W	4-5 min.	Prepichnete veko a položte na dno rúry. V polovici premiešajte.
<b>Mäso a ryby – chladené</b>				
Plátky vareného bieleho mäsa	100 g 4 plátky	600 W	50-60 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry. Tanier zakryte.
Plátky vareného červeného mäsa	100 g 4 plátky	440 W	50-60 sek.	
Plátky varených kuracích stehien	200 g 1 kus	1000 W	2-2 min. 30 sek.	
Kuracie nugetky	100 g 5 kusov	Eco Combi 2	3-5 min.	Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie.

# Tabuľky pre ohrev

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)	Pokyny
<b>Dezerty – chladené</b>				
Sladké palacinky	50 g 1 kus	1000 W	20-30 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry. Tanier zakryte.
	100 g 2 kusy	1000 W	40-50 sek.	
<b>Dezerty – mrazené</b>				
Šišky obyčajné	50 g 1 kus	Eco Combi 2	2 min. a 2 min. odpočívať	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry.
	100 g 2 kusy	Eco Combi 2	3 min. a 2 min. odpočívať	
Sladké palacinky	50 g 1 kus	1000 W	40 sek.	Položte na tanier vhodný do mikrovlnnej rúry a na dno rúry. Tanier zakryte. V polovici zohrievania otočte alebo premiešajte.
	100 g 2 kusy	1000 W	1 min. 20 sek.	
Mini croissanty a čokoládová roláda	200 g 6 kusov	1000 W a potom Grill 3	20 sek. a potom 4 min.	Odstráňte obal, položte priamo na drôtený rošt, pre menšie kusy vložte na rošt papier na pečenie.
	300 g 10 kusov	1000 W a potom Grill 3	40 sek. a potom 4 min.	

# Tabuľky pre varenie/pečenie

## Kontrolné body

Po varení v mikrovlnnej rúre vždy skontrolujte, či je pokrm horúci. Ak si nie ste istí, vráťte ho do rúry. Pokrmy budú stále vyžadovať čas odstátia, najmä ak sa nedajú miešať. Čím je pokrm hustejší, tým dlhší čas odstátia bude potrebný.

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)
<b>Ryby – čerstvé</b>			
Ryby v tenkých filetoch	500 g	600 W	5-7 min.
Ryby v hrubých filetoch	500 g	600 W	6-7 min.
Rybie steaky	500 g	600 W	6-8 min.
Celá ryba	500 g	600 W	6 min.
Krevety	500 g	600 W	5-6 min.
Mušle	500 g	600 W	4-6 min.
Hrebenatky	500 g	600 W	5-6 min.
Chobotnica	500 g	600 W	6-7 min.
Krab	500 g	600 W	8-9 min.
<b>Ryby – mrazené</b>			
Ryby v tenkých filetoch	500 g	1000 W	8-9 min.
Ryby v hrubých filetoch	500 g	1000 W	9-10 min.
Rybie steaky	500 g	1000 W	8-9 min.
Celá ryba	500 g	1000 W	12 min.
Chobotnica	500 g	1000 W	9-10 min.
Rybie krokety	100 g 2 kusy	1000 W	1 min. 30 sek.
	200 g 4 kusy	1000 W	3 min.

# Tabuľky pre varenie/pečenie

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)
<b>Zelenina – čerstvá</b>			
Artičoky (celé)	500 g	1000 W	9-11 min.
Artičoky (srdiečka)	500 g	1000 W	8-10 min.
Špargľa (1)	500 g	1000 W	5-6 min.
Baklažány	500 g	1000 W	7-8 min.
Cvikla (1)	500 g	1000 W	18-20 min.
Čínska kapusta	500 g	1000 W	4-6 min.
Brokolica	500 g	1000 W	7-8 min.
Huby	500 g	1000 W	7-8 min.
Mrkva (okružle plátky)	500 g	1000 W	7-8 min.
Mrkva (prúžky)	500 g	1000 W	7-9 min.
Fenikel (celý prekrojený na polovicu)	500 g	1000 W	8-10 min.
Fenikel (tenké rezy)	500 g	1000 W	12-15 min.
Kapusta (1)	500 g	1000 W	9-10 min.
Ružičkový kel	500 g	1000 W	8-10 min.
Karfiol	500 g	1000 W	8-10 min.
Stonkový zeler	500 g	1000 W	7-9 min.
Zeler (1)	500 g	1000 W	12-14 min.
Cukety	500 g	1000 W	5-7 min.
Čakanka	500 g	1000 W	10-12 min.
Špenát (listy)	500 g	1000 W	6-7 min.
Hrášok (1)	500 g	1000 W	14-16 min.
Cukrový hrášok	500 g	1000 W	7-9 min.

(1) Pri tejto zelenine neodporúčame varenie s automatickým menu.

## Tabuľky pre varenie/pečenie

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)
Fazuľa (1)	500 g	1000 W	13-16 min.
Na tenké plátky nakrájaný pór	500 g	1000 W	10-12 min.
Zelené fazuľky (1)	500 g	1000 W	8-10 min.
Trpasličia fazuľa	500 g	1000 W	9-12 min.
Kukurिčný klas (1)	500 g 2 klasy	1000 W	8-10 min.
Kvaka	500 g	1000 W	8-10 min.
Cibuľa	500 g	1000 W	8-11 min.
Paštrnák	500 g	1000 W	8-9 min.
Sladký zemiak	500 g	1000 W	10 min.
Stonky póru	500 g	1000 W	7-8 min.
Tekvica	500 g	1000 W	8-10 min.
Papriky	500 g	1000 W	10-12 min.
Celé zemiaky	500 g každý <220 g	1000 W	10-12 min.
Nakrájané zemiaky	500 g	1000 W	8-12 min.
Ratatouille	500 g	1000 W	14-18 min.
Kozia brada	500 g	1000 W	10-14 min.
Paradajky (1)	500 g	1000 W	4-5 min.
Jeruzalemské artičoky (1)	500 g	1000 W	7-9 min.

(1) Pri tejto zelenine neodporúčame varenie s automatickým menu.

# Tabuľky pre varenie/pečenie

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)
<b>Zelenina – mrazená</b>			
Artičoky (srdiečka)	500 g	1000 W	11-12 min.
Špargľa (1)	500 g	1000 W	10-11 min.
Čínska kapusta	500 g	1000 W	12-13 min.
Brokolica	500 g	1000 W	9-10 min.
Huby	500 g	1000 W	11-12 min.
Mrkva (okružle plátky)	500 g	1000 W	9-10 min.
Ružičkový kel	500 g	1000 W	10 min.
Karfiol	500 g	1000 W	9-10 min.
Cukety	500 g	1000 W	10-12 min.
Čakanka	500 g	1000 W	16-17 min.
Špenát (nasekaný)	500 g	1000 W	8-10 min.
Špenát (listy)	500 g	1000 W	8-10 min.
Hrášok (1)	500 g	1000 W	10 min.
Cukrový hrášok	500 g	1000 W	14-16 min.
Na tenké plátky nakrájaný pór	500 g	1000 W	13-14 min.
Zelené fazuľky (1)	500 g	1000 W	9-10 min.
Miešaná jarná zelenina (1)	500 g	1000 W	10 min.
Kukuricičný klas (1)	500 g 2 klasy	1000 W	12 min.
Kvaka	500 g	1000 W	16-17 min.
Cibuľa	500 g	1000 W	10-12 min.

(1) Pri tejto zelenine neodporúčame varenie s automatickým menu.

## Tabuľky pre varenie/pečenie













Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Úroveň výkonu	Čas (približný)
Stonky póru	500 g	1000 W	12-13 min.
Papriky	500 g	1000 W	10 min.
Ratatouille	500 g	1000 W	12-15 min.
Kozia brada	500 g	1000 W	12-15 min.
<b>Mäso a hydina</b>			
Dusené hovädzie mäso	Maximálna hmotnosť 1,5 kg	1000 W a potom 300 W	10- 12 min. potom 1 h 10 min. - 1 h 20 min.
Dusené jahňacie mäso	Maximálna hmotnosť 1,5 kg	1000 W a potom 300 W	10-12 min. potom 40-50 min.
Dusené teľacie mäso	Maximálna hmotnosť 1,5 kg	1000 W a potom 300 W	10-12 min. potom 40-50 min.
Kuracie kúsky, vykostené	500 g	1000 W	7-9 min.

# Tabuľky programu „Eco Combi“

Táto tabuľka poskytuje 2 druhy spôsobov varenia, môžete si vybrať režim Eco Combi alebo režim rúry podľa svojich potrieb.
















## Kontrolné body

Po zohriatí v mikrovlnnej rúre vždy skontrolujte, či je pokrm horúci. Ak si nie ste istí, vráťte ho do rúry. Pokrm bude stále vyžadovať čas odstátia, najmä ak sa nedajú miešať. Čím je pokrm hustejší, tým dlhší čas odstátia bude potrebný.

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Časová a energetická efektívnosť vs varenie v rúre	Režim Eco Combi a čas	Režim rúry a čas
<b>Mäso</b>				
 <p>Pečené hovädzie</p>	1 kg	 : 48-58%  : 32-43%	Eco Combi 3 30-35 min. (1) (5)	180 °C (s predhrevom) 1 h 5 min. - 1 h 10 min. (2) (5)
 <p>Jahňací steak</p>	6 ks	 : 57-64%  : 41-50%	Eco Combi 3 13-15 min. (4)	200 °C (s predhrevom) 28-30 min. (3)
 <p>Bravčová panenka</p>	1 kg	 : 54-63%  : 39-50%	Eco Combi 3 30-35 min. (1)	180 °C (s predhrevom) 1 h 15 min. - 1 h 20 min. (2) (5)
<b>Hydina</b>				
 <p>Pečené celé kurča</p>	1 kg	 : 36-46%  : 18-29%	Eco Combi 3 45-50 min. (1) (5)	190 °C (s predhrevom) 1 h 15 min. - 1 h 20 min. (2) (5)













(1) Položte na misku na dno rúry. (2) Umiestnite na smaltovanú poličku do spodnej polohy. (3) Umiestnite na smaltovanú poličku do hornej polohy. (4) Umiestnite na drôtený rošt s miskou pod ním. (5) V polovici prípravy otočte alebo premiešajte

# Tabuľky programu „Eco Combi“

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Časová a energetická efektívnosť vs varenie v rúre	Režim Eco Combi a čas	Režim rúry a čas
<p>Kuracie krídelká</p> 	4 kusy	 : 61-70%  : 50-59%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 30-35 min. (1)
<p>Kuracie stehná</p> 	4 kusy	 : 52-60%  : 41-50%	Eco Combi 3 18-20 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 35-40 min. (1) (4)
<p>Filety z kačacích pŕs</p> 	2 kusy	 : 61-70%  : 51-60%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 30-35 min. (1) (4)
<b>Mrazené obaľované výrobky</b>				
<p>Kuracie krídelká</p> 	400 g	 : 61-70%  : 51-60%	Eco Combi 3 12-14 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 35-40 min. (2) (4)
<p>Rybíe filé</p> 	400 g	 : 45-54%  : 31-46%	Eco Combi 3 21-23 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 35-40 min. (2) (4)













(1) Položte na misku na dno rúry. (2) Umiestnite na smaltovanú poličku do spodnej polohy. (3) Umiestnite na smaltovanú poličku do hornej polohy. (4) Umiestnite na drôtený rošt s miskou pod ním. (5) V polovici prípravy otočte alebo premiešajte

# Tabuľky programu „Eco Combi“

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Časová a energetická efektívnosť vs varenie v rúre	Režim Eco Combi a čas	Režim rúry a čas
<b>Zemiaky</b>				
Pečené zemiaky 	500 g	 : 38-48%  : 26-37%	Eco Combi 3 24-26 min. (4) (5)	200 °C (s predhrevom) 35-40 min. (2) (5)
Zemiaky v šupke 	4 kusy	 : 62-67%  : 52-58%	Eco Combi 3 24-26 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 1 h 5 min. - 1 h 10 min. (1)
Obaľované zemiaky 	4 kusy	 : 40-50%  : 32-41%	Eco Combi 2 16-18 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 23-25 min. (2)
<b>Iné</b>				
Raňajkové párky 	4 kusy	 : 60-72%  : 47-61%	Eco Combi 3 6-8 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 13-15 min. (2)

(1) Položte na misku na dno rúry. (2) Umiestnite na smaltovanú poličku do spodnej polohy. (3) Umiestnite na smaltovanú poličku do hornej polohy. (4) Umiestnite na drôtený rošt s miskou pod ním. (5) V polovici prípravy otočte alebo premiešajte

# Tabuľky programu „Eco Combi“

Pokrm	Hmotnosť/ množstvo	Časová a energetická efektívnosť vs varenie v rúre	Režim Eco Combi a čas	Režim rúry a čas
<p>Chladená pizza</p> 	300 g	 : 55-69%  : 42-57%	Eco Combi 3 6-8 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 10-12 min. (2)
<p>Mrazená pizza</p> 	300 g	 : 53-65%  : 42-53%	Eco Combi 3 8-10 min. (3)	200 °C (s predhrevom) 14-16 min. (2)
<p>Zapekané pokrmy (francúzske zemiaky, lasagnes, pastiersky koláč, musaka) chladené</p> 	500 g	 : 55-64%  : 36-46%	Eco Combi 3 11-13 min. (4)	180 °C (s predhrevom) 25-27 min. (2)
<p>Zapekané pokrmy (karfiol, francúzske zemiaky, syr a zemiaky) mrazené</p> 	700 g	 : 47-57%  : 16-31%	Eco Combi 3 30-35 min. (1)	160 °C (s predhrevom) 1 h 5 min. - 1 h 10 min. (2)

Testované interným laboratóriom Panasonic

(1) Položte na misku na dno rúry. (2) Umiestnite na smaltovanú poličku do spodnej polohy. (3) Umiestnite na smaltovanú poličku do hornej polohy. (4) Umiestnite na drôtený rošt s miskou pod ním. (5) V polovici prípravy otočte alebo premiešajte

**Ot: Prečo sa rúra nezapne?**

Od: Keď sa rúra nezapne, skontrolujte nasledujúce:

1. Je rúra správne pripojená? Odpojte zástrčku od zásuvky, počkajte 10 sekúnd a opäť pripojte.
2. Skontrolujte istič a poistku. Resetujte istič alebo poistku vymeňte, ak je vypálená.
3. Ak je istič alebo poistka v poriadku, pripojte k zásuvke iný spotrebič. Ak iný spotrebič funguje, pravdepodobne bude problém v rúre. Ak iný spotrebič nefunguje, pravdepodobne je problém v elektrickej zásuvke. Ak vypadá, že problém je v rúre, kontaktujte autorizované servisné stredisko.

**Ot: Moja rúra spôsobuje rušenie televízora. Je to normálne?**

Od: Niektoré rádiá, televízory, Wi-Fi, bezdrôtové telefóny, detské pestúnky, bluetooth alebo iné bezdrôtové zariadenia môžu byť rušené pri používaní mikrovlnnej rúry. Toto rušenie je podobné rušeniu spôsobenému malými spotrebičmi ako sú mixéry, vysávače, fény atď. Neznamená to problém s vašou rúrou.

**Ot: Rúra nechce akceptovať môj program. Prečo?**

Od: Rúra je navrhnutá tak, aby neakceptovala nesprávny program. Napríklad, rúra nebude akceptovať štvrtú fázu.

**Ot: Niekedy z vetracích otvorov rúry vychádza horúci vzduch. Prečo?**

Od: Teplo z vareného pokrmu ohrieva vzduch v rúre. Tento ohriaty vzduch je vyfukovaný rúrou cez vetracie otvory v rúre. Vo vzduchu nie sú mikrovlny. Vetracie otvory rúry nesmiete v priebehu tepelnej prípravy nikdy blokovať.

**Ot: Nemôžem nastaviť program automatického varenia a na displeji je nápis „HOT“. Prečo?**

Od: Ak sa na displeji zobrazí „HOT“, teplota v rúre je veľmi vysoká z predchádzajúceho použitia a nie je možné nastaviť automatický program. Režim varenia a čas môžete nastaviť manuálne.

**Ot: Môžem použiť teplomer z klasickej rúry v tejto rúre?**

Od: Len vtedy, ak používate režim gril/rúra. Kov v niektorých teplomeroch môže spôsobiť iskrenie vo vašej rúre a preto sa nesmú používať v režimoch s mikrovlnami alebo kombinovanom režime s mikrovlnami.

## Otázky a odpovede

**Ot: Pri použití kombinovaného eko režimu počujem hučanie a cvakanie v rúre. Čo spôsobuje tento jav?**

Od: Tieto zvuky sa vyskytnú vtedy, keď automaticky prepína z režimu mikrovln na režim gril pre vytvorenie kombinovaného eko nastavenia. Je to normálne.

**Ot: Z rúry ide zápach a dym pri použití funkcie kombinovaného režimu, režimu rúry a grilu. Prečo?**

Od: Po opakovanom použití odporúčame rúru vyčistiť a potom spustiť program F1 Deodorization.

**Ot: Rúra zastaví ohrev mikrovlnami a na displeji sa zobrazí „H97“ alebo „H98“. Prečo?**

Od: Toto zobrazenie znamená problém so systémom tvorby mikrovln. Kontaktujte autorizované servisné stredisko.

**Ot: Ventilátor je v prevádzke aj po dovarení. Prečo?**

Od: Po použití rúry môže byť ventilátor v prevádzke pre ochladenie elektronických komponentov. Je to normálne a rúru môžete ďalej používať.

**Ot: Môžem skontrolovať predvolenú teplotu rúry počas varenia?**

Od: Áno. Stlačte tlačidlo **Oven** a teplota rúry sa na 2 sekundy zobrazí na displeji.

**Ot: Na displeji sa zobrazí „d“ a rúra nefunguje. Prečo?**

Od: Rúra je naprogramovaná na režim ukážky. Tento režim je určený pre predvádzanie v predajniach. Deaktivujte tento režim jedným stlačením tlačidla **Micro Power** a štvornásobným stlačením tlačidla **Stop/Cancel**.




## Slaný koláč „Quiche Lorraine“

### Ingrediencie

6 porcií  
100 g zadná, údená slanina  
1 rolka cesta (približne 300 g)  
100 g syra gruyère, strúhaného  
130 ml mlieka  
soľ a korenie  
3 vajcia  
150 ml smotany  
strúhaný muškátový oriešok

### Príslušenstvo

 Smaltovaná polička  
Nádoba: 25 cm plochá misa

### Čas a nastavenie

približne 41-46 minút  
**Režim rúra 180-200 °C**  
**Režim mikrovlny 1000 W**

### Spôsob prípravy

1. Slaninu nakrájajte na malé kúsky. Zahrievajte v zakrytej nádobe pri **1000 W** počas 1 minúty. Vylejte tuk.
2. Zapekaciu misu vysteľte cestom. Rúru predhrejte so smaltovanou poličkou v spodnej polohe v režime **rúra** 200 °C. Pečte 15-20 minút v režime **rúry** pri 200 °C.
3. Na vyvalkané cesto poukladajte slaninu a nastrúhaný syr gruyère. Mlieko ochutené soľou a korením, vajcia, smotanu a nastrúhaný muškátový oriešok vymiešajte elektrickým šľahačom. Nalejte do misky s pečivom. Pečte 25 minút v režime **rúry** pri 180 °C.

# Paradajková polievka s červenou paprikou

## Ingrediencie

4 porcie  
5 veľkých paradajok  
30 ml olivového oleja  
1 cibuľa, nakrájaná  
450 g červenej alebo oranžovej papriky, nakrájanej na tenké plátky  
30 ml paradajkového pretlaku  
Štipka cukru  
475 ml zeleninového vývaru  
60 ml kyslej smotany (voliteľné)  
Soľ a mleté čierne korenie  
Nasekaný čerstvý kôpor na ozdobu

## Príslušenstvo

–

Nádoba: veľká misa Pyrex®

## Čas a nastavenie

približne 11 minút

**Režim mikrovlny 1000 W**

## Spôsob prípravy

1. Paradajky zbavte šupky tak, že ich na 30 sekúnd ponorte do vriacej vody. Nakrájajte dužinu a nechajte si šťavu.
2. Polovicu oleja dajte do misy s cibuľou a prikryte prepichnutou potravinovou fóliou. Varte na **1000 W** 2 minúty, raz premiešajte.
3. Pridajte papriku a zvyšný olej, dobre premiešajte. Prikryte a varte pri **1000 W** 5 minút, pričom v polovici varenia zamiešajte.
4. Vmiešajte nakrájané paradajky, paradajkový pretlak, korenie, cukor a niekoľko lyžíc vývaru. Prikryte a varte pri **1000 W** 4 minúty, pričom v polovici varenia zamiešajte, kým zelenina nezmäkne.
5. Primiešajte zvyšok vývaru a rozmixujte v mixéri alebo kuchynskom robote dohladka. Polievku precedzte, aby ste ju zbavili šupiek a dochuťte. Nalejte do misiek, podľa potreby zamiešajte kyslú smotanu a ozdobte kôprom.





## Grécke dusené jahňacie

### Ingrediencie

- 4 porcie
- 700 g jahňacieho filetu, nakrájaného na kúsky
- 2 cibule, nakrájané
- 1 červená čili paprička
- 2 strúčiky cesnaku, rozdrvené
- 1 vetvička rozmarínu
- 275 ml bieleho vína
- 400 g krájaných paradajok v konzerve
- 45 ml nakrájaných čiernych olív
- 100 g cestovín linguine, nalámaných na malé kúsky
- 150 g syra feta na kocky
- 15 g nasekanej čerstvej mäty

### Prísľušenstvo

- 
- Nádoba: 3-litrový kastról s pokrievkou

### Čas a nastavenie

- približne 60 minút
- Režim mikrovlny 600 W/440 W

### Spôsob prípravy

- Jahňacie mäso s cibuľou vložte do nádoby a prikryte. Položte na dno rúry a pečte pri **600 W** 10 minút.
- Rozdeľte chilli po celej dĺžke a nechajte hornú časť nedotknutú (odstráňte semienka) – to dodá pokrmu chuť bez prílišného štipania. Do jahňacieho mäsa vmiešajte čili, cesnak, rozmarín, víno a paradajky. Varte na **440 W** 40 minút za stáleho miešania.
- Vmiešajte čierne olivy a cestoviny linguine a pokračujte vo varení pri výkone **440 W** ďalších 10 minút, alebo kým sa cestoviny neuvaria.
- Vyberte čili a rozmarín a vyhoďte ich. Pred podávaním vmiešajte syr feta a mäta.



## Kuracie kúsky v Normandskom štýle

### Ingrediencie

4-5 porcií  
800 g kuracích filetov  
2 šalotky  
40 g masla  
1 pohár bieleho vína alebo  
jablčného muštu  
soľ a korenie  
4 veľké jablká  
4 PL dvojitej smotany  
zahusťovadlo  
2 PL Calvadosu

### Príslušenstvo

–

Nádoba: 1 misa Pyrex® (priemer  
25 cm)

### Čas a nastavenie

približne 21-24 minút

**Režim mikrovlny 1000 W**

### Spôsob prípravy

1. Kuracie filety nakrájajte na kúsky. Nakrájanú šalotku poduste na masle 2 minúty pri **1000 W**.
2. Pridajte kuracie kúsky, biele víno alebo jablčný mušt, soľ, korenie a jablká, ošúpané, zbavené semienok a nakrájané na kocky. Prikryte a varte pri **1000 W** 16-18 minút, pričom v polovici varenia zamiešajte. Kuracie kúsky scedte a držte ich na jednej strane zakryté hliníkovou fóliou.
3. Do misy pridajte smotanu a zahusťovadlo omáčky s Calvadosom a odkryté varte ďalšie 3-4 minúty pri **1000 W**. Okoreňte podľa chuti a kuracie kúsky vložte späť do omáčky.

# Lasagne so špenátom a ricottou

## Ingrediencie

4-6 porcií  
2 cibule, nakrájané  
2 strúčiky cesnaku, rozdrvené  
30 ml oleja  
2 červené papriky zbavené  
semienok, nakrájané  
400 g konzervovaných paradajok  
15 ml paradajkového pretlaku  
soľ a korenie  
450 g špenátu  
450 g čerstvého syra ricotta  
6 plátkov lasagní  
300 ml prírodného jogurtu  
parmezán

## Príslušenstvo

–

Nádoba: 2 veľké misy, veľká  
plytká zapekacia misa.

## Čas a nastavenie

približne 24-35 minút

**Režim Eco Combi 3**

**Režim mikrovlny 1000 W**

**Režim Grill 3**

## Spôsob prípravy

1. Jednu cibuľu a jeden strúčik cesnaku vložte do misy s 1 ČL oleja, prikryte a varte 2-3 minúty pri **1000 W** alebo do zmäknutia.
2. Pridajte červenú papriku, paradajky a paradajkový pretlak, okoreňte a varte na **1000 W** 5-6 minút.
3. Do inej misy dajte druhú cibuľu a strúčik cesnaku s 1 ČL oleja. Varte pri **1000 W** 2-3 minúty alebo do zmäknutia.
4. Pridajte špenát a dobre premiešajte. Varte na **1000 W** 2-3 minúty alebo pokiaľ nebude uvarený. Vylejte zvyšné tekutiny.
5. Do plytkej zapekacej misy položte vrstvu špenátu. Navrch dajte syr ricotta, potom lasagne, po nich príde paradajková omáčka a ďalšia vrstva cestovín. Na vrch naneste lyžicu jogurtu a posypte parmezánom. Položte misu na dno rúry a pečte na **Eco Combi 3** 10-15 minút, potom na **Grill 3** 3-5 minút, alebo kým nebude pokrm zlatistý a horúci.



# Plnené cukety

## Ingrediencie

4 porcie

2 cukety, pozdĺžne rozpolené

2 ČL extra panenského olivového oleja

Na náplň:

30 g sušenej bielej strúhanky

20 g píniových orieškov


3 jarné cibulky, očistené a nakrájané nadrobno

1 strúčik cesnaku, rozdrvený

1 ČL sušených lístkov tymianu

20 g najemno nastrúhaného parmezánu

## Príslušenstvo

 Smaltovaná polička

## Čas a nastavenie

približne 25-32 minút

**Režim rúra 200 °C**

## Spôsob prípravy

1. Predhrejte spotrebič v režime **rúry** na 200 °C. Umiestnite cukety v jednej vrstve na smaltovanú poličku, tesne vedľa seba, reznou stranou nahor. Zľahka potrite olivovým olejom. Položte do spodnej polohy a pečte 15-17 minút.
2. Na náplň zmiešajte v miske všetky ingrediencie. Zmesou posypte vrch cukety a pokvapkajte zvyšným olivovým olejom. Vráťte do rúry a pečte 10-15 minút v režime **rúry** pri 200 °C.





## Kokosové rybie kari

### Ingrediencie

4-5 porcií  
1 cibuľa  
1 červená paprika  
200 ml kokosového mlieka  
1 paradajka  
1 PL kari pasty  
šťava z ½ citróna  
600 g tresky  
soľ a korenie.

### Príslušenstvo

–

Nádoba: 1 misa Pyrex® (priemer 22 cm)

### Čas a nastavenie

približne 26-28 minút

**Režim mikrovlny 1000 W**

### Spôsob prípravy

1. Nakrájanú cibuľu s nasekanou paprikou poduste v prikrytej nádobe 4-5 minút pri **1000 W**.
2. Pridajte kokosové mlieko, ošúpané a nakrájané paradajky, kari pastu a citrónovú šťavu; Varte na **1000 W** 3 minúty.
3. Pred pridaním ryby ju nakrájajte na kocky. Prikryte a varte pri **1000 W** 6-7 minút, pričom v polovici varenia zamiešajte.
4. Pred podávaním okoreňte podľa chuti.
5. Ak použijete 4 mrazené rybie filé, varte cca. 13 minút. na **1000 W**, v polovici času varenia otočte.



## Zapekané morské plody

### Ingrediencie

500 g mrazených zmiešaných morských plodov  
3 šalotky  
1 mrkva  
150 g húb  
30 g masla  
3 PL múky  
250 ml mlieka  
1 PL ovocného bieleho vína  
1 PL nasekaného kôpru  
soľ a korenie  
30 g strúhaného ementálu

### Príslušenstvo

 Drôtený rošt

Nádoba: 1 misa + 1 malá plytká zapekacia misa (priemer 22 cm)

### Čas a nastavenie

približne 30-33 minút

**Režim mikrovlny 600W/1000W**

**Režim Eco Combi 3**

**Režim Eco Combi 3**

**Grill 3**

### Spôsob prípravy


1. Morské plody varte cca. 10 minút pri **600 W**, niekoľkokrát premiešajte. Scedte a uchovajte tekutinu, pridajte do nej 250 ml mlieka.
2. Nakrájajte šalotku, mrkvu a šampiňóny a túto zmes varte v miske prikrytú s 30 g masla 4-5 minút pri **1000 W**.
3. Pridajte 3 PL múky, premiešajte a znova povarte 1 minútu pri **1000 W**, potom pridajte mlieko a šťavu z morských plodov. Túto omáčku varte 5-6 minút pri **1000 W**, pričom v polovici zamiešajte (ak omáčka nie je dostatočne hustá, môžete pridať zahusťovadlo omáčky zmiešané s bielym vínom).
4. Pridajte 1 PL vína a kôpor, po pridaní morských plodov skontrolujte korenie. Vylejte do misy. Posypte strúhaným syrom, položte na mriežku a pečte 6 minút na **Eco Combi 3** a potom 4-5 minút na **Grill 3**.

# Jablkový koláč

## Ingrediencie

8-10 porcií  
1 x rolka sladkého krehkého cesta  
250 g jablkového kompótu  
2 až 3 jablká  
Marhuľový džem

## Príslušenstvo

 Smaltovaná polička  
Nádoba: forma (Ø 28 cm)

## Čas a nastavenie

približne 31 minút  
**Režim rúra 200 °C**  
**Režim mikrovlny 1000 °C**

## Spôsob prípravy

1. Koláčovú formu vysteľte cestom. Predhrejte v režime **rúry** na 200 °C so smaltovanou poličkou v spodnej polohe. Nalejte jablkový kompót a potom poukladajte ošúpané jablko zbavené jadierok a nakrájané na tenké plátky do tvaru rozety.
2. Položte na smaltovaný plech do spodnej polohy a pečte približne 30 minút v režime **rúry** vyhriatej na 200 °C. Vyberte z formy a nechajte vychladnúť na drôtenom rošte.
3. V miske zmiešajte 3 lyžice marhuľového džemu a lyžicu vody a povarte na **1000 W** 1 minútu a potrite tým jablká.





## Malé koláčiky

### Ingrediencie

Príprava 9 malých koláčikov


100 g masla

100 g cukru

2 vajcia, rozšľahané

100 g samokypiacej múky

### Príslušenstvo

 Smaltovaná polička

Nádoba: 1 plech na pečenie,  
s 9 otvormi (24 cm x 24 cm) +  
9 samostatných papierových  
košíčkov

### Čas a nastavenie

približne 30-40 minút

**Režim rúra 170 °C**

### Spôsob prípravy

1. Predhrejte v režime **rúry na 170 °C** so smaltovanou poličkou v spodnej polohe.
2. Maslo, ktoré má izbovú teplotu, a cukor miešajte, kým nedosiahnete konzistenciu podobnú pene. Pridávajte vajcia jedno po druhom, pričom každé vajce dobre prešľahajte. Vmiešajte múku. Jednotlivé papierové košíčky naplňte zmesou do dvoch tretín. Pečte v režime **rúry** vyhriatej na **170 °C** 30-40 minút.

# Technické údaje

<b>Výrobca</b>	Panasonic	
<b>Model</b>	<b>NN-DF38PB/NN-DF37PW</b>	
<b>Napájanie elektrickou energiou</b>	230 V ~ / 50 Hz	
<b>Prevádzková frekvencia</b>	2450 MHz	
<b>Vstupný výkon:</b>	<b>Maximum</b>	1680 W
	<b>Mikrovlny</b>	920 W
	<b>Gril</b>	930 W
	<b>Rúra</b>	1380 W
<b>Výstupný výkon:</b>	<b>Mikrovlny</b>	1000 W (IEC-60705)
	<b>Gril</b>	900 W
	<b>Rúra</b>	1350 W
<b>Vonkajšie rozmery Š x H x V</b>	483 mm x 412 (456*) mm x 313 mm	
<b>Vnútorne rozmery Š x H x V</b>	315 mm x 350 mm x 220 mm	
<b>Hmotnosť (približná)</b>	12,2 kg	
<b>Hlučnosť</b>	60 dB	

## Uvedená hmotnosť a rozmery sú približné.

\* 456 mm je rozmer s rukoväťou.

412 mm je rozmer bez rukoväti.

Toto zariadenie vyhovuje Európskym štandardom pre EMC rušenie (EMC = Electromagnetic Compatibility) EN 55011. Podľa tohto štandardu je toto zariadenie skupina 2, trieda B a je v rámci stanovených limitov. Skupina 2 znamená, že rádiový frekvenčný energia je generovaná vo forme elektromagnetického žiarenia pre účel ohrevu a varenia pokrmov. Trieda B znamená, že tento výrobok sa môže používať v bežnom domácom prostredí.

### Výrobca:

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

### Distributér:

Panasonic Marketing Europe GmbH

### REP. EÚ:

Panasonic Testing Centre Winsbergring 15, 22525 Hamburg, Nemecko



**Kokosové  
rybie kari**



**Plnené  
cukety**

**Naskenujte QR kód pre ďalšie recepty a úplnú verziu návodu  
na obsluhu.**



**<https://www.panasonic.com/nn-df38p-df37p/>**

### **Výrobok Panasonic**

Na tento výrobok sa vzťahuje záruka E-Guarantee Panasonic.

Odložte si doklad o kúpe.

Záručné podmienky a informácie o tomto výrobku sú dostupné na [www.panasonic.com/sk](http://www.panasonic.com/sk)

alebo na nasledujúcich telefónnych číslach: 220622911 – číslo pre volania z pevnej siete