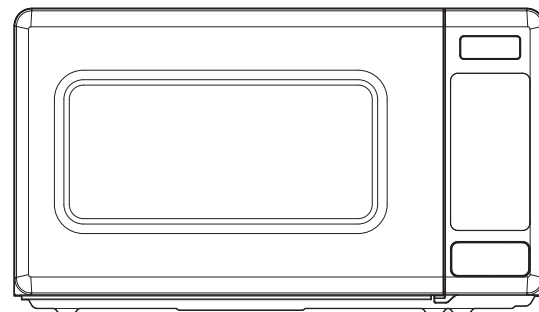


WINIA

HORNO DE MICROONDAS

MANUAL DE USUARIO
Y RECETAS DE COCINA

ANTES DE OPERAR SU HORNO DE MICROONDAS, FAVOR DE LEER
ESTE MANUAL DE USUARIO.
CONSERVELO PARA FUTURAS REFERENCIAS.



MODELO(S):

KOR-667*

(* Seguido o no de las terminaciones:

DG, DW, MG, MW

PRECAUCIONES QUE SE DEBEN TENER PARA EVITAR QUEDAR EXPUESTO A LA ENERGÍA DIRECTA DE MICROONDAS.

- (a) No intente operar el horno con la puerta abierta, ya que la operación en tal condición puede causarle un daño muy grave debido a la exposición directa con la energía de microondas.
Es importante no obstruir los orificios de sujeción de los ganchos de seguridad de la puerta.
- (b) No coloque ningún objeto entre la puerta y el gabinete tampoco permita la acumulación de grasa e impurezas en los orificios de sujeción de los seguros de la puerta.
- (c) No opere el horno en caso de estar dañado. Es particularmente importante que la puerta del horno cierre adecuadamente y que no esté floja, así mismo que las bisagras y los ganchos del seguro de la puerta no estén rotos, retorcidos o flojos. Si así fuese, acuda al centro de servicio autorizado.
- (d) El horno deberá repararse únicamente por el personal de servicio técnico capacitado.

CONTENIDO

- PRECAUCIONES QUE SE DEBEN TENER PARA EVITAR QUEDAR EXPUESTO A LA ENERGÍA DIRECTA DE MICROONDAS 1
- INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD 2
- INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA 3
- DECLARACIÓN SOBRE INTERFERENCIA DE RADIOFRECUENCIAS DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES 3
- INSTALACIÓN 4
- ESPACIFICACIONES 5
- CUIDADO Y LIMPIEZA 5
- DIAGRAMA DE CARACTERÍSTICAS 6
- PANEL DE CONTROL 7
- PROCEDIMIENTO DE OPERACIÓN 8
- FUNCIONES DEL PANEL DE CONTROL
 - AJUSTE DEL RELOJ 9
 - +30SEG 9
 - COMO DETENER EL HORNO MIENTRAS ESTA EN OPERACIÓN .. 9
 - DESCONGELADO POR PESO 10
 - DESCONGELADO POR TIEMPO 10
 - SEGURO DE NIÑOS 10
 - COCINADO EN UNA ETAPA 11
 - COCINADO EN DOS ETAPAS 11
 - AUTO COCCIÓN 12
- CUIDADO DE SU HORNO DE MICROONDAS 13
- PREGUNTAS Y RESPUESTAS 14
- INSTRUCCIONES DE COCINADO 15
- COMO USAR EL HORNO DE MICROONDAS SIN RIESGO 16
- ARCO ELÉCTRICO 16
- PRINCIPIOS DE MICROONDAS 17
- COMO SE COCINAN LOS ALIMENTOS 17
- TÉCNICAS DE COCCIÓN 18
- GUÍA DE DESCONGELADO 19
- TABLA DE COCINADO Y RECALENTADO 20
- TABLA DE VEGETALES 21
- RECETAS 22
- ANTES DE LLAMAR AL SERVICIO TÉCNICO 24

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se usan equipos eléctricos deben seguirse ciertas reglas básicas de seguridad, incluyendo lo siguiente:

ADVERTENCIA

Para reducir el riesgo de quemaduras, electrocución, incendio, daños a personas o exposición excesiva a la energía de microondas:

1. Lea todas las Instrucciones antes de usar el equipo.
2. Lea y siga las recomendaciones en: "PRECAUCIONES QUE SE DEBEN TENER PARA EVITAR QUEDAR EXPUESTO A LA ENERGÍA DIRECTA DE MICROONDAS" señalado en la pág. 1.
3. Este equipo debe tener una conexión de tierra, lea las "INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA", encontradas en la pág. 3.
4. Instale o coloque este equipo de acuerdo y únicamente con las instrucciones de instalación proporcionadas.
5. Algunos productos como huevos y contenedores sellados por ejemplo: frascos de vidrio cerrados pueden estallar y no deben de ser calentados en este horno.
6. Utilice este equipo sólo para el propósito por el cual fue diseñado, especificado en este manual. No use químicos corrosivos en este equipo. Este horno ha sido diseñado exclusivamente para calentar, cocinar o descongelar alimentos. No ha sido diseñado para uso industrial o de laboratorio.
7. Como en cualquier equipo eléctrico, se necesita de la supervisión de un adulto cuando es utilizado por niños.
8. No opere el equipo si el cable de alimentación o la clavija están dañadas, si el equipo no trabaja correctamente o si ha sufrido alguna caída.
9. Este equipo debe ser revisado, ajustado o reparado sólo por personal del servicio técnico autorizado. Contacte al servicio técnico autorizado.
10. No bloquee o cubra las salidas de ventilación del equipo.

11. No almacene este equipo en el exterior. No use el equipo cerca del agua, por ejemplo: cerca de un lavaplatos, de una piscina, en un sótano húmedo, o de algún lugar semejante.

12. No sumerja el cable de alimentación o clavija, en agua.

13. Mantenga el cable de alimentación lejos de superficies calientes.

14. No deje el cable de alimentación colgado sobre el borde de una mesa.

15. En los dos casos:

- a) Cuando limpie la superficie o la puerta del equipo que hace contacto al cerrar la puerta, use solamente jabón suave, sin abrasivos, aplicados con una esponja o paño suave.
- b) Cuando las instrucciones de limpieza estén por separado. Vea las instrucciones de limpieza incluidas

16. Para reducir el riesgo de fuego en el interior del horno:

- a) No recaliente la comida. Ponga especial atención en el equipo, al usar papel, plástico u otro material combustible en el interior para facilitar el cocinado.
- b) Retire las ataduras de alambre de las bolsas antes de introducir las en el horno.
- c) Si el material dentro del horno se comienza a encender, mantenga la puerta cerrada, apague el horno y desconecte el cable de alimentación o retire la alimentación desde el panel de fusibles.
- d) No use la cavidad para almacenar objetos. No deje productos de papel, utensilios de cocina o alimentos en la cavidad interior cuando no este en uso.

17. Líquidos como agua, café o té, son capaces de ser calentados hasta el punto de hervir sin aparentarlo, esto debido a la tensión del líquido. El burbujeo es visible cuando el contenedor es retirado del horno de microondas. **ESTO PUEDE RESULTAR EN LÍQUIDOS MUY CALIENTES CUANDO SE INTRODUCE UNA CUCHARA U OTRO UTENSILIO EN EL LÍQUIDO.**

Para reducir el riesgo de daño a una persona:

- a) No sobrecaliente el líquido.
- b) Remueva el líquido antes y durante el calentamiento.
- c) No utilice directamente contenedores con cuellos estrechos.
- d) Después de calentar, mantenga el contenedor en reposo dentro del microondas por un instante antes de retirarlo del horno. Utilice extremo cuidado inserte una cuchara u otro utensilio en el contenedor.

18. No use el horno de microondas para calentar químicos corrosivos (sulfatos o cloratos). El vapor de los químicos pueden entrar en contacto con los seguros y resortes de seguridad, dañándolos de forma permanente.

19. Mantenga la cubierta del horno limpia todo el tiempo. Limpie el interior del horno con un paño suave y limpio después de cada uso. Si deja grasa en cualquier parte de la cavidad podría sobrecalentarse, humear o causar fuego cuando use de nuevo el horno.

20. Nunca caliente aceites o grasa para freír, usted no controla la temperatura y hacer esto puede causar un sobrecalentamiento o fuego.

21. No opere el horno si el plato de cristal no esta en su lugar. Asegúrese que este colocado correctamente.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

DECLARACION SOBRE INTERFERENCIA DE RADIOFRECUENCIAS DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES

ADVERTENCIA:

Este equipo genera y utiliza energía de frecuencia ISM, por lo que si no es instalado y utilizado apropiadamente, conforme a las instrucciones del fabricante, podría causar interferencia en la recepción de la radio y televisión.

Este producto ha sido clasificado y probado; encontrándose que satisface los términos para un equipo ISM, según la sección 18 del reglamento FCC, que está planteada para ofrecer protección apropiada contra aquella Interferencia en instalaciones residenciales. No obstante, no se garantiza que la interferencia no llegue a ocurrir en alguna instalación en particular.

Si este equipo ocasiona interferencia en la recepción de radio o televisión, la cual puede suceder al momento de encender o apagar el equipo entonces será preciso que el usuario intente corregir dicha interferencia mediante alguna de las siguientes indicaciones:

- Reoriente la antena de recepción de radio o televisión.
- Reubique el horno de microondas con respecto al receptor.
- Aleje el horno de microondas del equipo receptor.
- Conecte el horno de microondas en una toma de corriente diferente, de forma que el horno de microondas y el receptor se alimenten de distintos circuitos eléctricos.

El FABRICANTE no es responsable por cualquier interferencia de radio o TV causada por una MODIFICACION NO AUTORIZADA al horno de microondas.

Es responsabilidad del usuario corregir dicha interferencia

INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA

Este equipo debe de estar conectado a tierra; ya que en caso de un corto circuito, el cable a tierra reduce el riesgo de sufrir una descarga eléctrica al proporcionar una trayectoria de escape a la corriente eléctrica. Por lo tanto este aparato está equipado con una clavija polarizada que contiene una terminal para la conexión a tierra, la cual debe de conectarse a un contacto que esté propiamente instalado y conectado a tierra.

ADVERTENCIA:

La conexión inapropiada a tierra puede ser un factor de riesgo de sufrir una descarga eléctrica.

Consulte a un técnico calificado o al personal de servicio, si las instrucciones de instalación no son completamente entendibles o si existe alguna duda de que el equipo esté conectado adecuadamente a tierra, cuide también:

(1) Si es necesario utilizar una extensión de corriente, entonces use únicamente extensiones de tres cables, con clavija polarizada con contacto a tierra, y que a su vez el contacto de la extensión se ajuste a la clavija del equipo. La capacidad eléctrica de la extensión debe de ser cuando menos de la misma que la del cable del horno.

(2) No use una extensión de corriente si el cable suministrado está muy delgado, solicite a un técnico que le instale un contacto cerca del equipo.

ADVERTENCIA:

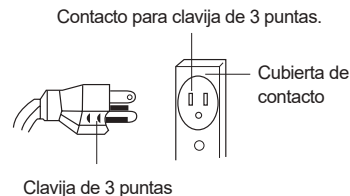
No retire la tercera pata (tierra) del cable de alimentación bajo ninguna circunstancia.

INSTALACIÓN

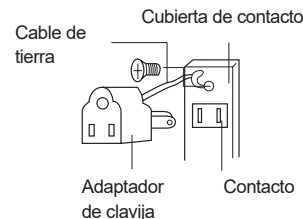
1. Examine el horno después de abrirlo.
Revise que no esté dañado, no tenga abolladuras, que la puerta esté alineada y que la cavidad no esté rayada o abollada. Si existe algún desperfecto visible, NO INSTALE EL HORNO y notifíquelo inmediatamente a su vendedor.
2. Superficie regular y estable.
Coloque el microondas sobre una superficie plana y estable.
3. Ventilación.
No obstruya las rejillas de ventilación. Si estas son bloqueadas durante la operación, el horno se puede calentar excesivamente y eventualmente tener alguna falla.
Para proporcionarle la adecuada ventilación, mantenga como mínimo 10cm de espacio entre cualquier costado del horno y el lugar en donde va a instalarse.
4. Mantenga alejado de equipos de radio y televisión.
Una mala recepción de televisión e interferencia en la radio pueden presentarse si el horno está colocado cerca de la TV, radio, antena, etc. Mantenga alejado el horno de microondas de estos equipos lo más que se pueda.
5. Mantenga alejado de equipos generadores de calor y de llaves de agua.
No coloque el equipo en lugares calurosos y húmedos, para prevenir el riesgo de incendio o de sufrir una descarga eléctrica. Así mismo no lo instale cerca de la tarja.
6. Suministro de Energía - Revise el voltaje de su domicilio.
Este horno de microondas requiere de un suministro eléctrico de 127V~ 60Hz y un contacto polarizado con conexión a tierra.
 - Este horno tiene suministrado un cable de corriente corto; con la intención de prevenir el riesgo de llegar a enredarse o que ud. tropiece con él.
 - Se puede llegar a utilizar juegos de cable más largos o extensiones de corriente, siempre y cuando se tenga el debido cuidado en su uso.
 - Si se utiliza un cable largo o una extensión asegúrese de:
 - Que el rango eléctrico del cable (calibre) o de la extensión sea por lo menos del mismo valor que el usado en el horno.
 - Que el cable de extensión sea del tipo de conexión a tierra de 3 conductores.
 - La extensión del cable debe acomodarse de tal forma que no se pueda producir un accidente, debido al tropezar o enredarse con él y a su vez de no quedar al alcance de los niños.

7. El espacio mínimo necesario que debe haber sobre la parte superior del horno es de 20cm.

Cuando usa una clavija de 3 puntas.



Cuando utilice un adaptador de clavija, asegúrese de que el contacto esté debidamente conectado a tierra.

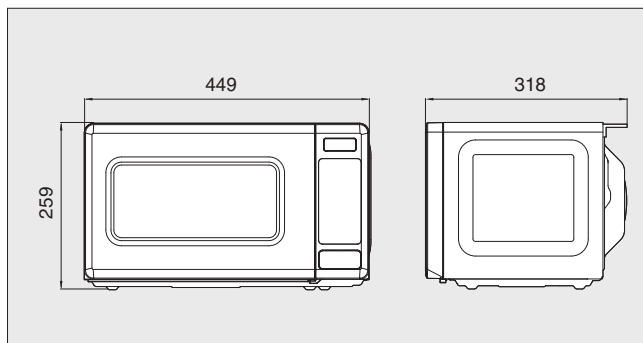


"EL REGLAMENTO ELÉCTRICO CANADIENSE NO PERMITE EL USO DE ADAPTADORES DE TIERRA"

ESPECIFICACIONES

ALIMENTACIÓN		127V~ 60Hz En fase sencilla sencilla con conexión a tierra
MICROONDAS	CONSUMO DE POTENCIA	1000 W
	POTENCIA DE SALIDA	600 W
	FRECUENCIA	2450MHz
DIMENSIONES EXTERNAS (An. x Al. x Fnd)		44,9 x 25,9 x 31,8 cm aprox. (17.7 x 10.2 x 12.5 in)
DIMENSIONES DE CAVIDAD (An. x Al. x Fnd)		30,7 x 21,0 x 30,2 cm aprox. (12.1 x 8.3 x 11.9 in)
CAPACIDAD		19,82 dm ³ (0,7 cu.ft)
PESO NETO		9,6 kg aprox. (21.2lbs)
TIMER (CRONOMETRO)		59 min 99 seg
NIVELES DE POTENCIA		11 Niveles

* Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

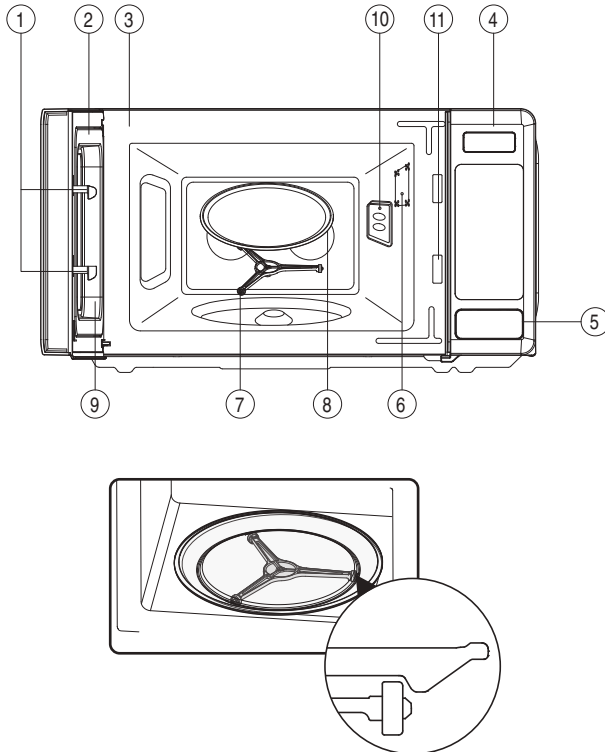


CUIDADO Y LIMPIEZA

Aunque en su horno se proporcionan características de seguridad, es importante observar lo siguiente:

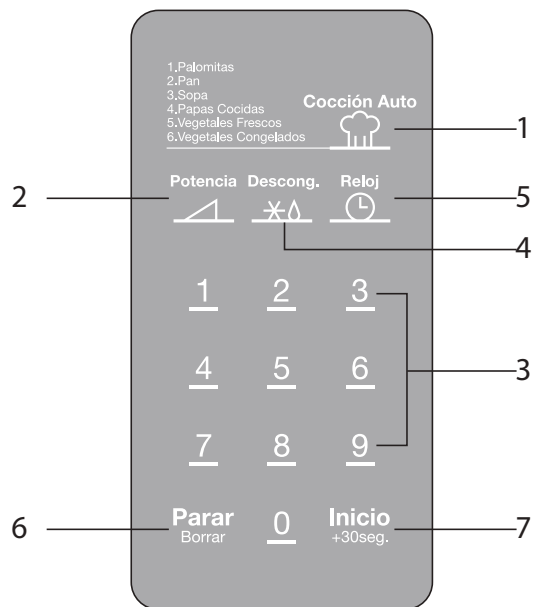
- Es importante no bloquear o tapar los dispositivos de seguridad.
- No coloque ningún objeto entre la parte frontal del horno y la puerta ni permita que el residuo se acumule en los engranes de seguridad. Limpie el área de seguridad frecuentemente con un detergente neutro. Nunca utilice detergentes en polvo ni corrosivos.
- Cuando abra la puerta, cerciórese de cerrarla, ya que dejarla abierta podría ocasionar que se cuelgue de ésta o que cualquier peso pueda causar que el horno caiga y ocasione algún accidente o que la puerta se dañe. No opere el horno si se encuentra dañado hasta que haya sido reparado por un técnico especialista. Es particularmente importante que el horno se cierre correctamente y que no tenga daños en:
 - Puerta (doblada)
 - Bisagras y ganchos (rotos o sueltos)
 - Sellos de la puerta y de la superficie.
- El horno no debe de ser reparado o ajustado por cualquier persona solo por un técnico especializado.
- El horno se debe de limpiar regularmente y remover los depósitos de comida.
- La falta de cuidado y limpieza del horno, puede propiciar al deterioro de la superficie que podría afectar la vida de operación del horno y dar lugar a una situación peligrosa.

DIAGRAMA Y CARACTERISTICAS



1. **Ganchos de la puerta** - Cuando la puerta está cerrada, los ganchos se activan automáticamente. Si la puerta está abierta mientras el horno está funcionando, el magnetrón se desactivará de inmediato.
2. **Sello de la puerta** - El sello de la puerta impide que las microondas se fuguen de la cavidad del horno.
3. **Cavidad del horno**
4. **Panel de control**
5. **Botón para abrir el horno** - Para abrir la puerta del horno presione el botón de apertura.
6. **Lámpara del horno** - La lámpara se enciende automáticamente durante el funcionamiento del horno.
7. **Aro giratorio** - Este debe de ser siempre usado para cocinar junto con el plato de cocina de cristal.
8. **Plato de cristal** - Fabricado de cristal especial resistente al calor. El plato debe de estar en posición apropiada antes de cocinar. No caliente alimentos directamente en el plato.
9. **Ventanilla de la puerta** - Permite observar los alimentos. La pantalla está diseñada para permitir ver el interior de la cavidad y evitar la salida de microondas.
10. **Cubierta de microondas** - Protege la salida de las microondas del derrame de los alimentos al cocinarlos.
11. **Sistema de seguridad para los ganchos**

PANEL DE CONTROL



1. COCCIÓN AUTO - Use para cocinar o recalentar su comida favorita.

2. POTENCIA - Use para ajustar el nivel de potencia.

3. BOTONES NUMERICOS - Use para ajustar el tiempo de cocinado y la hora del reloj.

4. DESCONG. - Use para descongelar alimentos por tiempo y peso.

5. RELOJ - Use para ajustar la hora del reloj.

6. PARAR/BORRAR - Use para detener la operación del horno o para borrar la información del cocinado.

7. INICIO / +30SEG - Use para iniciar la operación del horno, también para ajustar el tiempo de recalentado.

PROCEDIMIENTO DE OPERACIÓN

Esta sección presenta información importante sobre el manejo del horno.

- 1** Conecte el horno a la toma eléctrica de 127V~60 Hz.
- 2** Coloque los alimentos en un recipiente adecuado para microondas, después abra la puerta del horno y colóquelos sobre el plato de cristal.
El plato de cristal y el aro se deben de usar para todo tipo de cocinado.
- 3** Cierre la puerta. Asegúrese que esté bien cerrada.
- 4** La luz interior se enciende solamente cuando el horno de microondas está en operación.
- 5** La puerta puede abrirse en cualquier momento aun cuando el horno esté en operación; para hacerlo oprima el botón de apertura del panel.
El horno se detendrá automáticamente.
- 6** Cada vez que presione un botón, se escuchará un BEEP cuando el horno reconozca una función.
- 7** El horno cocina automáticamente en potencia máxima, a menos que se indique algún nivel de potencia inferior.
- 8** En la pantalla se muestra " : 0" cuando se conecta el horno. Al término de algún proceso de cocción, en la pantalla se volverá a mostrar la hora del reloj.
- 9** Cuando se presiona el botón PARAR/BORRAR durante el funcionamiento del horno, la operación del horno se detiene pero la información se conserva.
Para borrar toda la información (excepto la hora actual), presione el botón PARAR/BORRAR una vez más.
Si la puerta se abre durante la operación del horno, la información también se detendrá.
- 10** Si presiona el botón de INICIO y el horno no opera, revise que el área entre la puerta y el sello de la puerta no estén obstruidas y asegúrese que la puerta cierre correctamente. El horno no comenzará a cocinar hasta que la puerta este completamente cerrada o que se reinicie la programación del cocinado.

Asegúrese de que el horno este correctamente instalado y conectado al suministro eléctrico.

TABLA DE NIVELES DE POTENCIA

El nivel de potencia se ajusta por medio del botón de POTENCIA.
La siguiente tabla muestra la indicación en la pantalla y su respectivo nivel y porcentaje de potencia.

Presione el botón POTENCIA	Nivel de potencia (indicado en pantalla)	Porcentaje aproximado de potencia
una vez	600	100% (600W)
2 veces	540	90% (540W)
3 veces	480	80% (480W)
4 veces	420	70% (420W)
5 veces	360	60% (360W)
6 veces	300	50% (300W)
7 veces	240	40% (240W)
8 veces	180	30% (180W)
9 veces	120	20% (120W)
10 veces	60	10% (60W)
11 veces	0	0% (0W)

FUNCIONES DEL PANEL DE CONTROL

AJUSTE DEL RELOJ

Cuando el horno se conecte por primera vez a la toma de corriente, la pantalla digital desplegará " : 0" y se escuchará un beep. Si la energía se suspende por un momento y luego regresa, la pantalla digital volverá a desplegar " : 0".

Reloj



1. Presione el botón RELOJ.
Se muestra en modo de 12 horas.

2. Presione RELOJ una vez más.
El reloj cambia a modo de 24 horas.

NOTA : Este horno tiene reloj con doble sistema de horario. Si usted prefiere usar el reloj con sistema de 12 horas, omita el segundo paso.

3. Ajuste la hora del día oprimiendo los botones numéricos en secuencia.

4. Presione el botón RELOJ.
La pantalla dejará de parpadear y el segundero comenzará a parpadear. Si usted selecciona el sistema de 12 horas, el reloj digital puede ser ajustado desde la 1:00 a las 12:59. Si selecciona el sistema de 24 horas, el reloj digital puede ser ajustado desde las 0:00 a las 23:59 horas.

NOTA: Si intenta ingresar un valor incorrecto o erróneo, la hora no se podrá ajustar y se escuchará una señal de error.
Oprima el botón de RELOJ e intenta ajustar de nuevo la hora.

+30 seg

La función de + 30seg le permitirá recalentar sus alimentos por 30 segundos al 100% (potencia máxima) de forma fácil presionando el botón INICIO/+30seg. Presionando el botón INICIO/+30seg repetidamente ud. puede extender el tiempo del recalentado hasta 5 minutos en intervalos de 30 segundos.

Inicio +30seg.

1. Presione el botón INICIO/+30seg
Cuando ud. presione el botón INICIO/+30seg la pantalla mostrará "0.30" y el horno comenzará a recalentar inmediatamente.

COMO DETENER EL HORNO MIENTRAS ESTA EN OPERACIÓN

1. Presione el botón PARAR/BORRAR.
 - Usted puede reiniciar el horno con sólo presionar el botón de INICIO.
 - Presione el botón PARAR/BORRAR una vez más para borrar todas las instrucciones.
 - Entonces usted puede ajustar nuevas instrucciones de operación.
2. Abra la puerta.
 - Usted puede reiniciar el horno cerrando la puerta y presionando el botón INICIO.

NOTA: El horno detiene su funcionamiento cuando se abre la puerta.

DESCONGELADO POR PESO

Cuando se selecciona la función de DECONGELAR POR PESO, el ciclo automáticamente se divide en periodos alternando tiempo para descongelar y tiempo de reposo en encendido y apagado.

Descong.



1. Presione el botón DESCONG.
Para el modo de descongelado por peso.
La pantalla mostrará "0".
2. Presione los botones numéricos para introducir el peso deseado.
La pantalla mostrará los valores que seleccionó

NOTA : Usted puede programar su horno entre 100g ~ 1500g en modo de descongelado por peso.

3. Presione el botón INICIO.

El tiempo para descongelar es determinado automáticamente por el peso que se introduce. Cuando presione el botón INICIO, la pantalla mostrará en cuenta regresiva el tiempo para descongelar. Durante el ciclo de descongelado el horno emitirá un beep avisando cada vez que los alimentos necesiten ser volteados o reacomodados. Cuando el tiempo para descongelar concluya, Ud. escuchará 3 beeps.

DESCONGELADO POR TIEMPO

Cuando se selecciona la función de DECONGELAR POR TIEMPO, el ciclo automáticamente se divide en periodos alternando tiempo para descongelar y tiempo de reposo en encendido y apagado.

Descong.



1. Presione el botón DESCONG. 2 veces.
Para el modo de descongelado por tiempo.
La pantalla mostrará "0".
2. Presione los botones numéricos para introducir el tiempo deseado.
La pantalla mostrará los valores que seleccionó.

NOTA : Su horno puede ser programado por 59 minutos, 99 segundos.(59:99).

3. Presione el botón INICIO.

Cuando presione el botón INICIO, la pantalla mostrará en cuenta regresiva el tiempo para descongelar. Durante el ciclo de descongelado el horno emitirá un beep, avisando cada vez que los alimentos necesiten ser volteados o reacomodados. Cuando el tiempo para descongelar concluya, Ud. escuchará 3 beeps.

DESCONGELADO POR TIEMPO

El SEGURO DE NIÑOS previene el uso indebido del horno como podría serlo por niños pequeños. Para ajustarlo, mantenga presionado el botón PARAR/BORRAR por 3 segundos, hasta escuchar un beep. Para cancelar el bloqueo, mantenga presionado el botón PARAR/BORRAR por 3 segundos, hasta escuchar un beep.

COCINADO EN UNA ETAPA

Potencia



1. Presione el botón POTENCIA.
(Favor consulte la tabla de potencias en la pag 8.)
La pantalla mostrará el nivel ajustado.

NOTA : Si se omite el paso 1, entonces el horno cocinará con la potencia máxima.

2. Presione los botones numéricos para ajustar el tiempo de cocción.
La pantalla mostrará el tiempo ajustado.

NOTA : Su horno puede ser programado por 59 minutos y 99 segundos. (59:99)

3. Presione el botón INICIO.

Cuando presione el botón INICIO, la pantalla mostrará en cuenta regresiva el tiempo de cocinado y el tiempo restante. Cuando el tiempo de cocinado concluya, Ud. escuchará 3 beeps.

NOTA : Al utilizar los niveles de potencia más bajos, se debe de aumentar el tiempo de cocinado; esto es recomendable para alimentos tales como: queso y leche, así mismo para el cocinado lento de carnes.

COCINADO EN DOS ETAPAS

Todas las recetas requieren que los alimentos congelados sean previamente descongelados antes de ser cocinados.

Descong.



1. Presione el botón DESCONG.
(Seleccione el modo para descongelar, por peso o por tiempo).
2. Presione los botones numéricos para ajustar el tiempo o peso que desea.
La pantalla mostrará los valores seleccionados.

Potencia



3. Presione el botón POTENCIA.
(Seleccione el nivel de potencia).
La pantalla mostrará lo que usted selecciono.
4. Presione los botones numéricos para ajustar el tiempo de cocción deseado.
5. Presione el botón de INICIO.

La pantalla mostrará en cuenta regresiva el tiempo restante del modo de descongelado. Cuando el horno emita un beep, retire o reacomode los alimentos.

Al termino del modo de descongelado el horno emitirá un beep y el modo de cocinado comenzará. La pantalla mostrará en cuenta regresiva el tiempo restante del modo de cocinado. Cuando el modo de cocinado concluya, Ud. escuchará 3 beeps.

AUTO COCCIÓN

La función AUTO COCCIÓN le permite cocinar o recalentar muchos de sus alimentos favoritos con sólo presionar el botón COCCIÓN AUTO. Cuando presiona el botón COCCIÓN AUTO, la pantalla mostrará "AC-1". Presionando repetidamente el botón Ud. puede seleccionar otra categoría de alimento como se muestra a continuación.

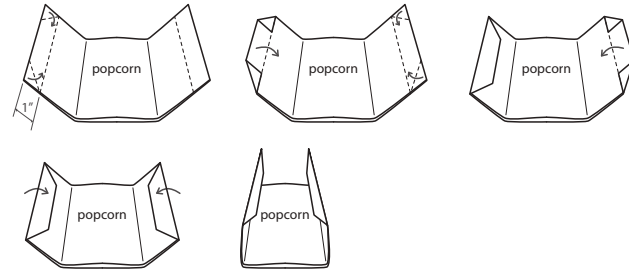
Cocción Auto



1. Presione el botón COCCIÓN AUTO para seleccionar un menú.
2. Presione el botón INICIO.

Alimento	Cantidad	Presione el botón de Cocción Auto	Pantalla
Palomitas	99g	una vez	AC-1
Pan	4 pzs	2 veces	AC-2
Sopa	350g	3 veces	AC-3
Papas Cocidas	3 pzs	4 veces	AC-4
Vegetales Frescos	250g	5 veces	AC-5
Vegetales Congelados	300g	6 veces	AC-6

Al usar el AC-1, coloque la bolsa de Palomita en el plato de cristal sin tocar las paredes del horno; se recomienda hacer unos pliegues a la bolsa de palomitas como se muestra en la siguiente figura para facilitar el giro de la bolsa.



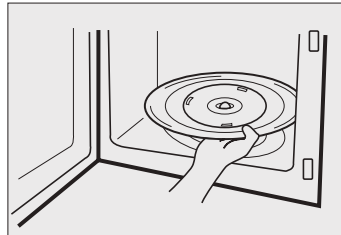
- NOTA:**
1. Use paquetes de palomitas especiales para microondas.
 2. Coloque el paquete de palomitas según las instrucciones del fabricante.
 3. Prepará un paquete de palomitas a la vez.
 4. Después de preparar, abra el empaque con cuidado las palomitas y el vapor están muy calientes.
 5. No recaliente el maíz sobrante, ni use la misma bolsa.
 6. No deje que el horno funcione sin supervisión.

PRECUCION: Si el paquete de palomitas es de un peso diferente al programado en la opción, entonces no use el botón de COCCIÓN AUTO (AC-1). Siga las instrucciones del fabricante.

CUIDADO DE SU HORNO DE MICROONDAS

El horno se debe de limpiar regularmente y retirar todo residuo de alimento. La falta de cuidado y limpieza del horno, puede propiciar al deterioro de la superficie y podría afectar la vida de operación del horno y dar lugar a una situación peligrosa.

- 1 Desconecte el horno antes de limpiarlo.
- 2 Mantenga limpio el interior del horno. Cuando los alimentos salpiquen las paredes o se derramen en el interior; limpie el interior con un paño húmedo. Puede usar un detergente suave si el horno se encuentra demasiado sucio. No es recomendable usar detergentes fuertes o abrasivos.
- 3 La parte exterior del horno debe limpiarse con agua y jabón, enjuagarse y secarse con un paño suave. Para evitar daños en las partes internas del horno, no permita que entre agua por la abertura de ventilación.
- 4 Si el panel de control se moja, límpielo con un paño suave. No use detergentes o abrasivos fuertes en el panel de control.
- 5 Si se acumula vapor en el interior del horno o en el borde de la puerta, límpielo con un paño suave. Esto suele ocurrir cuando el horno de microondas está siendo operado bajo condiciones de alta humedad, sin embargo, esto no es un indicio de un mal funcionamiento.
- 6 Ocasionalmente es necesario retirar el plato de cristal para limpiarlo. Lávelo en agua tibia con jabón o en lavaplatos automático.
- 7 El aro y la base de la cavidad, deben limpiarse regularmente para evitar hagan demasiado ruido. Simplemente limpie la superficie con agua y un detergente suave o con limpiador de ventanas y seque. El eje se puede lavar con agua tibia.

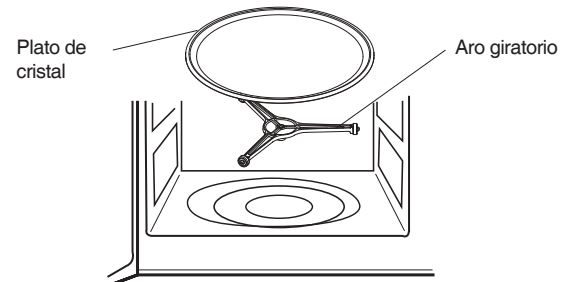


ARO GIRATORIO

- 1 El ARO GIRATORIO y la base de la cavidad, deben limpiarse regularmente para evitar que hagan demasiado ruido.
- 2 El Plato de Cristal siempre debe colocarse sobre el ARO GIRATORIO para cocinar

PLATO DE CRISTAL

- 1 No opere el horno si el Plato de Cristal no está en su lugar.
- 2 No use ningún otro plato de cristal en este horno.
- 3 Si el plato de cristal está caliente, permita que se enfríe antes de limpiarlo o colocarlo en agua.
- 4 No cocine directamente sobre el Plato de Cristal (Excepto para palomitas.)



PREGUNTAS Y RESPUESTAS

*** P: Accidentalmente puse a funcionar el horno sin comida. ¿Lo habré dañado?**

* R: Operar el horno sin alimentos en el interior durante un corto período no llega a dañarlo. Sin embargo, no se recomienda hacerlo.

*** P: ¿Puedo operar el horno sin el plato de cristal o sin la guía giratoria?**

* R: No. Ambos utensilios deben de utilizarse en el horno antes de cocinar algún alimento.

*** P: ¿Puedo abrir la puerta cuando el horno esta operando?**

* R: Si, la puerta puede abrirse en cualquier momento durante la operación. El magnetrón se detiene automáticamente y la energía se desconecta, además que el tiempo de cocción restante se mantiene para su reinicio.

*** P: ¿Porqué se acumula vapor en el horno de microondas después de cocinar?**

* R: La acumulación de humedad es normal que ocurra. Esto sucede porque la comida produce vapor al cocinarse.

*** P: ¿La energía de las microondas puede traspasar la ventanilla de la puerta?**

* R: No. La pantalla de metal de la ventanilla hace regresar la energía de las microondas dentro de la cavidad del horno. Los orificios están hechos para permitir el paso de la luz a través de ellos pero no deja pasar la energía.

*** P :Porque los huevos en ocasiones estallan?**

* R : Cuando se cocinan huevos en el horno, los huevos pueden estallar por la acumulación de vapor dentro de la membrana de la yema. Para prevenir esto, perfora la yema del huevo antes de cocinar. Nunca cocine huevos sin antes perforarlos.

*** P : ¿Por qué se recomienda el tiempo de reposo después de terminar el cocinado?**

* R : El tiempo de reposo es muy importante. Cocinando con el horno, el calor está en los alimentos mas no en el horno. Muchos alimentos pueden acumular mucho calor para permitir que el proceso de cocción continúe, incluso cuando los alimentos se retirarán después de la cocción. El tiempo de reposo permite que se cocinen los trozos de carne, los vegetales y el pan completamente en el interior sin sobre calentarlo de afuera.

*** P : ¿Que significa “tiempo de reposo”?**

* R : “Tiempo de reposo” significa, retirar los alimentos del horno y tapanlos, para agregar tiempo de cocción final. Esto deja libre al horno para otra cocción.

*** P : ¿Por qué mi horno no siempre cocina tan rápido como lo indica la guía de cocción del microondas?**

* R : Verifique su guía de cocción una vez más, para asegurarse que ha seguido las instrucciones y ver cuál podría ser la causa de variación del tiempo de cocción. Los tiempos de cocción y los ajustes de potencia se sugieren como ayuda para prevenir sobre calentamiento, que es el problema más común al usar el horno de microondas. Variaciones en el tamaño, forma, peso y dimensiones pueden requerir más tiempo de cocción. Use su criterio junto con las sugerencias de la guía rápida de cocción para verificar cual es la mejor forma de cocinar en su horno y que se asemeje a la manera de cocinar de manera convencional.

*** P : ¿El horno de microondas puede dañarse si se opera cuando está vacío?**

* R : Sí, nunca lo haga funcionar vacío.

*** P : ¿Puedo operar el horno de microondas sin el plato de cristal o cambiarlo por un plato grande?**

* R : No. Si usted quita el plato de cristal puede obtener resultados pobres. Los utensilios utilizados deben colocarse sobre el plato.

*** P : ¿Es normal que el plato de cristal cambie de dirección al girar?**

* R : Si. El plato de cristal gira en el sentido de las manecillas del reloj y al revés, dependiendo del motor cuando empieza el ciclo de cocción.

*** P : ¿Puedo cocinar palomitas de maíz dentro del horno? Como obtengo el mejor resultado?**

* R : Sí. Siguiendo las instrucciones del fabricante de los empaques para palomitas. No utilice las bolsas regulares de papel. Detenga el horno tan pronto y que el tiempo entre un tronido de grano de maíz sea entre 1 y 2 segundos. No recaliente las mismas palomitas. No cocine los granos dentro de un recipiente.

INSTRUCCIONES DE COCINADO

Guía de utensilios

Utilice únicamente utensilios aptos para hornos microondas.

Para cocinar con microondas, las microondas deben poder penetrar en los alimentos, sin que el plato utilizado las refleje o las absorba. Elija el utensilio con atención. Si el utensilio indica que es a prueba de microondas, no tiene nada de que preocuparse. La tabla siguiente contienen varios utensilios e indica si son aptos y cómo utilizarlos en un horno de microondas

Utensilios	Seguro	Comentarios
Papel de aluminio	▲	Se pueden producir chispas si el papel de aluminio está demasiado cerca de las paredes del horno o si se utiliza en gran cantidad
Bandeja rígida	●	No precalentar más de 8 minutos.
Cerámica y porcelana	●	La porcelana, la cerámica y la tierra cocida suelen ser aptas si no tienen ribetes metálicos
Platos de poliéster desechables	●	Algunos alimentos congelados están envueltos en estos platos.
Contenedores de comida rápida • Vasos de poliestireno • Bolsas de papel o papel periódico • Papel reciclado o rebordes metálicos	●	Se puede utilizar para calentar alimentos. Si se calienta demasiado, el poliestireno se puede fundir.
	×	Puede prender fuego.
Cristal • Utensilios de presentación de platos • Vajilla • Jarrones	×	Puede provocar chispas.
	●	Se puede utilizar si no tiene ribetes metálicos. Se puede utilizar para calentar alimentos o bebidas. El cristal delicado se puede romper o agrietar si se calienta repentinamente. Retire el líquido.

Utensilios	Seguro	Comentarios
Metal • Platos • Tiras para cerrar bolsas	×	Pueden provoca chispas o fuego.
Papel • Platos, vasos, servilletas y papel de cocina • Papel reciclado	●	Apto para calentar y para tiempos breves de cocción. También absorbe el exceso de humedad. Puede provocar chispas.
Plástico • Contenedores • Película adherente • Bolsas refrigeradas	●	Especialmente remendado si es plástico termo resistente. Otros plásticos pueden deformarse o decolorarse a altas temperaturas. No utilice plástico de melanina.
	●	Se puede usar para retener la humedad. No debe estar en contacto con los alimentos. Tenga mucho cuidado al retirar la película, ya que puede desprender vapor muy caliente.
Papel vegetal	●	Sólo si soporta agua hirviendo o si son a prueba de microondas. No deben ser herméticas. Pique con un tenedor, si es necesario.

- : Uso recomendado
 - ▲ : Uso limitado
 - ×
- ×

CÓMO USAR EL HORNO DE MICROONDAS SIN RIESGO

Uso General

Procure no obstruir los orificios o forzar los dispositivos de seguridad de la puerta. No coloque ningún objeto entre la parte frontal y la puerta del horno, ni permita que se acumulen residuos en la superficie.

Limpie continuamente la superficie con detergentes suaves, enjuague y seque. Nunca use polvos o limpiadores abrasivos.

No permita que la puerta se deforme o sufra algún daño al estar abierta, por ejemplo cuando un niño se cuelgue o se apoye alguna carga ocasionando que el horno se caiga y cause daños a las personas o al horno.

No opere el horno si los sellos de la puerta están dañados, si la puerta está doblada ó si las bisagras están dobladas ó dañadas.

No opere el horno si está vacío. Esto puede dañar el horno.

No intente utilizar el horno para secar ropa, papel u otros materiales, esto puede causar fuego.

No use productos de papel reciclado ya que estos pueden contener impurezas, las cuales pueden reflejar las microondas y causar fuego.

No maltrate ó golpee el panel de control, esto puede dañar al horno.

Alimentos

Nunca utilice su horno de microondas para esterilizar comida en casa.

El horno no está diseñado para esterilizar. La comida mal esterilizada puede descomponerse y ser peligrosa para su consumo.

Siempre procure utilizar el menor tiempo de cocción de la receta. Recuerde que es mejor dejar un poco crudo que bien cocido. Si la comida quedó cruda puede regresarse al horno para volverla a cocinar. Si la comida está muy cocida y se ha quemado, entonces ya nada se puede hacer. Las pequeñas cantidades de alimento o la comida con bajo contenido de humedad puede llegar a quemarse, secarse o inflamarse si el tiempo de cocción es extenso.

No cocine huevos con cascarrón o con la yema entera ya que la presión podría hacer que el huevo explote. Revuelva los huevos antes de cocinarlos.

Papas, manzanas, yemas de huevo, pollo, jitomates y salchichas son ejemplos de comidas con pieles no porosas, las cuales se deben perforar antes de ser cocinadas para evitar que estallen.

Siempre de un plazo de por lo menos 20seg después de que el horno haya terminado de operar y se apague para que la temperatura se iguale a la del ambiente, revuelva durante el recalentado si es necesario y siempre después de recalentar.

Para prevenir un estallido por ebullición, usted debe de poner un palillo o un agitador de vidrio dentro de bebidas y revolver antes, durante y después de cocinar.

No descuide el horno mientras se cocinan palomitas. No cocine el maíz palomero en bolsas de papel común a menos que se trate de un producto especial para preparar palomitas en microondas. Las semillas de maíz se pueden sobrecalentar e incendiar las bolsas de papel. No coloque la bolsa de palomita directamente sobre el plato de cristal. Colóquelas en un recipiente especial de uso para microondas. No use aceite para cocinar palomitas a menos que sea recomendado por el fabricante de palomitas. No exceda el tiempo de cocción indicado por el fabricante de palomitas. La cocción prolongada no hará que estalle más el maíz, sólo ocasionará que se quemen e incendien. Recuerde que después de hacer las palomitas, el plato y la bolsa de palomitas estarán muy calientes, tome la bolsa con cuidado usando pinzas o guantes para retirarla del horno.

ARCO ELÉCTRICO

Si nota la presencia de un arco eléctrico, oprima PARAR/BORRAR y arregle el problema.

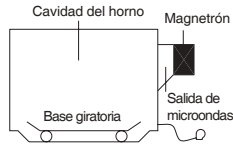
Arco eléctrico es el término utilizado cuando se generan chispas eléctricas dentro del horno. El arco eléctrico es causado por:

- Alguna parte metálica o aluminio tocan algún lado del equipo
- Alimentos envueltos en aluminio (las esquinas puntiagudas funcionan como antenas).
- Rebabas de metal, rejillas o vajillas con bordes de oro dentro del horno.
- Las toallas de papel reciclado contienen algunas piezas de metal.

PRINCIPIO DE LAS MICROONDAS

La energía de microondas se ha usado para cocinar y calentar alimentos desde los experimentos realizados con el Radar desde la II Guerra Mundial. Las microondas están siempre presentes en la atmósfera, ya sea en forma natural o artificial. Las microondas creadas de forma artificial incluyen la radio, los radares, televisión, aparatos de telecomunicaciones y teléfonos para el automóvil.

COMÓ SE COCINAN LOS ALIMENTOS



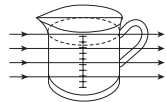
En un horno de microondas la electricidad es convertida en microondas por el magnetrón.

► REFLEXIÓN



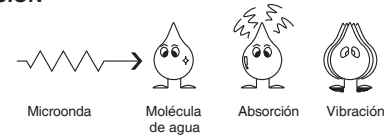
Las microondas rebotan en las paredes del gabinete y el recubrimiento de la puerta.

► TRANSMISIÓN



Entonces al pasar por los recipientes, esta radiación es absorbida por las moléculas de agua contenidas en los alimentos, ya que todos los alimentos contienen agua en mayor o menor cantidad.

► ABSORCIÓN



La radiación de microondas hace que las moléculas de agua vibren de forma vigorosa, causando fricción, y por lo tanto calor. Las microondas pueden ser absorbidas más fácilmente por las partículas de grasas y azúcares, por lo que los alimentos ricos en ellas se calientan con mayor facilidad. Las microondas solo pueden penetrar una distancia de 4 a 5 cm, por lo que el calor se desplaza a través de los alimentos por conducción, como en los hornos tradicionales, los alimentos se calientan de afuera hacia adentro.

TABLA DE CONVERSIONES

MEDIDA DE PESO		MEDIDA DE VOLUMEN		CUCHARADAS	
15 g	½ oz.	30 ml	1 fl.oz.	1,25 ml	¼ tsp
25 g	1 oz.	100 ml	3 fl.oz.	2,5 ml	½ tsp
50 g	2 oz.	150 ml	5 fl.oz. (¼ pt)	5 ml	1 tsp
100 g	4 oz.	300 ml	10 fl.oz. (½ pt)	15 ml	1 tbsp
175 g	6 oz.	600 ml	20 fl.oz. (1pt)		
225 g	8 oz.				
450 g	1 g.				

MEDIDAS DE LÍQUIDOS		
1 Taza	= 8 fl.oz.	= 240 ml
1 Pinta	= 16 fl.oz. (UK 20 fl.oz.)	= 480 ml (UK 560 ml)
1 Cuarto	= 32 fl.oz. (UK 40 fl.oz.)	= 960 ml (UK 1120 ml)
1 Galón	= 128 fl.oz. (UK 160 fl.oz.)	= 3840 ml (UK 4500 ml)

TÉCNICAS DE COCCIÓN

TIEMPO DE REPOSO

Los alimentos densos como la carne, las papas y los pasteles requieren de un tiempo de reposo, dentro o fuera del horno, después de calentarlos, para permitir que el centro se caliente completamente. Envuelva los trozos de carne y papas con papel aluminio mientras están en reposo. Los trozos de carne necesitan de 10 a 15 min. aprox., mientras que las papas necesitan de 5 min. Otros alimentos como son los vegetales, pescado, etc. requieren de 2 a 5 min. Después de descongelar los alimentos, se deben dejar reposar. Si no se calientan los alimentos después del tiempo de reposo se deben calentar por más tiempo.

CONTENIDO DE HUMEDAD

Muchos alimentos frescos como las verduras y frutas, varían su contenido de agua durante las diversas temporadas, especialmente las papas. Por eso los tiempos de cocción deben ser ajustados. Los alimentos secos como las pastas, el arroz, etc, pueden secarse aun más durante el almacenamiento por lo que los tiempos de cocción pueden variar.

DENSIDAD

Los alimentos porosos se calientan de manera más rápida que los alimentos más densos.

PELÍCULA PLÁSTICA

La película plástica ayuda a mantener la humedad de los alimentos y el vapor atrapado ayuda a acelerar la cocción. Antes de calentar los alimentos perfora la película para permitir que el vapor escape. Siempre tenga mucho cuidado al remover la película de los alimentos ya que el vapor formado estará muy caliente.

FORMA

Las superficies lisas se calientan de forma más uniforme. Los alimentos se calientan mejor cuando están en recipientes redondos que en recipientes cuadrados.

ESPACIO

Los alimentos se calientan más rápido y de manera más uniforme cuando se hallan espaciados. Nunca coloque alimentos uno arriba de otro.

TEMPERATURA DE INICIO

Entre más fríos estén los alimentos más se tardarán en calentarse. Los alimentos que se almacenan en un refrigerador tardarán más tiempo en calentarse que los alimentos almacenados a temperatura ambiente.

LÍQUIDOS

Todos los líquidos deben ser agitados antes y durante el calentamiento, especialmente el agua para evitar la erupción. No caliente líquidos que han sido previamente hervidos, NO LOS SOBRECALIENTE.

VOLTEADO Y AGITADO.

Algunos alimentos requieren ser movidos durante la cocción. La carne y las aves deben ser volteadas a la mitad del tiempo de cocción.

DISPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

Las porciones individuales de algunos alimentos deben ser colocadas y acomodadas de forma que las partes más delgadas estén hacia fuera.

CANTIDAD

Los alimentos en pequeñas cantidades se calientan más rápido que en grandes cantidades, también pequeñas porciones se calentarán más rápido que las grandes.

PERFORADO DE LOS ALIMENTOS

La piel o membrana de algunos alimentos ocasiona que se forme vapor durante la cocción, por eso deben perforarse o remover un poco de la piel para permitir que el vapor se escape. Algunos alimentos que deben perforarse antes de cocinarse son: huevos, papas, manzanas, salsas, etc. No intente calentar huevos en su cascara ya que pueden estallar.

CUBIERTAS

Solamente cubra los alimentos con una tapa o con película termoretractil. Cubra pescados, vegetales, cacerolas y sopas. No cubra pasteles, salsas, papas o pastas.

GUÍA DE DESCONGELADO

- ▶ No descongele carne cubierta. El cubrir los alimentos permite que el cocinado se realice. Siempre remueva las cubiertas exteriores y las charolas. Siempre utilice recipientes para microondas.
- ▶ Comience a descongelar las aves con la pechuga hacia abajo, las carnes con la grasa hacia abajo.
- ▶ La forma del paquete altera el tiempo de descongelado. Los recipientes rectangulares menos profundos permiten descongelar más rápidamente que los otros.
- ▶ Después de que ha pasado un tercio del tiempo de descongelamiento, revise los alimentos. Puede ser necesario el voltearlos o quitar porciones derretidas de los alimentos.
- ▶ Durante el descongelamiento, el horno puede verificarse. En éste momento, abra el horno y verifique la comida. Siga las instrucciones enlistadas a continuación para tener mejores resultados de descongelamiento. Entonces, cierre la tapa del horno y oprima el botón de INICIO para completar el descongelamiento.
- ▶ Cuando los alimentos sean descongelados deben permanecer fríos, pero suaves en algunas áreas. Si aún hay partes con hielo, póngalas nuevamente en el horno o déjelas reposar un poco. Después de descongelar permita que los alimentos reposen de 5 a 60 minutos, si aun hay áreas con un poco de hielo. Las aves y el pescado deben ser colocados bajo una corriente de agua hasta que se vayan a descongelar.
- ▶ Voltear : Carne Asada, Costillas, Aves, Pechugas de pavo, Milanesas, costillas de cerdo .
- ▶ Reacomodar : Separar las Milanesas, Chuletas, Carne de hamburguesa, pollo o mariscos, trozos de carne, etc.
- ▶ Cubrir : Use pequeños pedazos de papel aluminio para proteger pequeñas áreas de los alimentos con formas irregulares, como las alas de pollo. Para prevenir el arqueado no permita que el papel aluminio se acerque a menos de 2.5 cm de cualquier lado de la cavidad del horno.
- ▶ Remover : Para prevenir que se calienten de más, las partes derretidas deben ser removidas del horno, Esto puede hacer que el tiempo de deshielo sea más corto para los alimentos pesando menos de 1 350 g (3 lbs).

TABLA DE DESCONGELADO

Alimento y Peso	Tiempo de descongelado	Tiempo de espera	Técnicas especiales
CARNE DE RES			
Carne picada 1 lb./450g	8-10 min.	15-20 min.	Separe y remueva porciones derretidas con un tenedor.
Guiso de carne 1½ lbs./675g	12-14 min.	25-30 min.	Separe y reacomode una vez.
Lomo Asado 2 lbs./900g	17-19 min.	45-60 min.	Voltee a la mitad del tiempo. Cubra si es necesario.
Empanadas (4 oz./110g)	8-10 min.	15-20 min.	Voltee a la mitad del tiempo.
CERDO			
Lomo asado 2 lbs./900g	17-19 min.	45-60 min.	Voltee a la mitad del tiempo. Cubra si es necesario.
Costillas 1 lb. 450g	8-10 min.	25-30 min.	Separe y reacomode una vez.
Chuletas (4pzs) (5 oz./140g)	9-11 min.	25-30 min.	Separe y reacomode una vez.
Carne picada 1lb./450g	8-10min.	15-20 min.	Separe y remueva porciones derretidas con un tenedor.
AVES			
Pollo entero 2½ lbs./1125g	22-26 min.	45-90 min.	Cambie de lado. Voltee a la mitad del tiempo. Cubra si es necesario.
Pechugas de pollo 1lb./450g	9-11 min.	15-30 min.	Separe y reacomode una vez.
Pollo frito (en partes) 2lbs./900g	18-20 min.	25-30 min.	Separe y reacomode una vez.
Muslos de pollo 1½ lbs./675g	13-16 min.	15-30 min.	Separe y reacomode una vez.
PESCADO Y MARISCOS			
Pescado entero 1lb./450g	6-8 min.	15-20 min.	Voltee a la mitad del tiempo. Cubra si es necesario.
Filete de pescado 1½ lb./675g	11-13 min.	15-20 min.	Separe y reacomode una vez.
Camarón ½ lb./225g	3-4 min.	10-15 min.	Separe y reacomode una vez.

* Los tiempos pueden variar porque las temperaturas de los congeladores varían de un modelo a otro y de una marca a otra.

TABLA DE COCINADO Y RECALENTADO

Tabla de cocinado

Alimento	Potencia	Tiempo de cocinado por lb /450g	Consejo
CARNE			
Costilla - Poco cocido	MEDIO	8-10 min.	- La carne refrigerada y las aves se deben retirar del refrigerador por lo menos 30 minutos antes de cocinar.
- Medio	MEDIO	9-11 min.	
- Bien cocido	MEDIO	11-13 min.	
Cerdo	ALTO	12-14 min.	
Tocino	ALTO	8-10 min.	- Siempre cubra la carne y las aves despues del cocinado.
AVES			
Pollo entero	ALTO	6-8 min.	
Trozos de pollo	MEDIO	5-7 min.	
Pechuga (sin hueso)	MEDIO	6-8 min.	
PESCADO			
Filete de pescado	ALTO	4-6 min.	- Frote un poco de aceite o mantequilla derretida sobre el pescado o agregue de 15-30ml (1-2 cucharadas) de jugo de limón, vino, caldo lecha o agua.
Mojarra entera, limpia y preparada	ALTO	4-6 min.	
Trucha entera, limpia y preparada	ALTO	5-7 min.	- Siempre deje reposar el pescado despues del cocinado.
Filete de salmon	ALTO	4-6 min.	
NOTA : Los tiempos anteriores deben considerarse sólo como una guía. Permita la diferencia en gustos y preferencias individuales. Los tiempos pueden variar debido a la forma, corte y composición del alimento. La carne congelada, aves y el pescado se deben descongelar por completo antes de cocinarlos.			

Tabla de recalentado

- Los alimentos para bebés deben ser revisados cuidadosamente antes de ser servidos para prevenir quemaduras.
- Al calentar los alimentos pre-envasados, siga las instrucciones del envase.
- Si congela los alimentos que se compraron frescos o ya congelados, recuerde que deben ser completamente descongelados antes de ser cocinados. Vale la pena poner una nota sobre ellos para que otros miembros de la familia lo recuerden.
- Recuerde retirar todos los lazos de metal y transfiera todos los alimentos en envases de papel de aluminio antes de recalentarlos.
- Los alimentos refrigerados tardan un poco más de tiempo en recalentarse que los alimentos a temperatura ambiente.
- Todos los alimentos deben ser recalentados usando la potencia máxima.

Alimento	Tiempo de cocinado	Consejo de cocinado
Comida para bebe 128g (frasco)	30 seg.	Coloquela en un tazón pequeño. Revuelva una o dos veces durante el recalentado. Antes de servir, revise la temperatura cuidadosamente.
Leche de bebe 100ml / 4fl.oz. 225ml / 8fl.oz.	20-30 seg. 40-50 seg.	Revuelva bien y coloquelo en una botella esterilizada. Antes de servir, revise la temperatura cuidadosamente.
Sandwich o bollo 1 pieza	20-30 seg.	Envuelva en papel y coloquelo en un plato para microondas. *Nota : NO use papel reciclado.
Lasagna 1 serving (10 ½ oz./300g)	4-6 min.	Coloque la lasagna en un plato para microondas. Cubra con una envoltura de plástico y ventile.

Tabla de recalentado (continuación)

Alimento	Tiempo de cocinado	Consejo de cocinado
Guisado 1 taza 4 tazas	1 ½-3 min. 5-7 min.	Cocine en un recipiente para microondas. Mezcle una vez a la mitad del cocinado.
Pure de papa 1 taza 4 tazas	2-3 min. 6-8 min.	Cocine en un recipiente para microondas. Mezcle una vez a la mitad del cocinado.
Frijoles 1 taza	2-3 min.	Cocine en un recipiente para microondas. Mezcle una vez a la mitad del cocinado.
Ravioles o pasta en salsa 1 taza 4 tazas	3-4 min. 7-10 min.	Cocine en un recipiente para microondas. Mezcle una vez a la mitad del cocinado.

TABLA DE VEGETALES

Utilice sólo recipientes adecuados. Agregue 30-45 ml de agua fría (2-3 tbsps.) por cada 250g a menos que otra cantidad de agua sea recomendada - ver la tabla.

Caliente con el mínimo tiempo - ver la tabla.

Siga cocinando hasta obtener los resultados requeridos. Revuelva mientras se cocina y cuando haya terminado. Cubra durante el periodo de reposo, por lo menos 3 minutos.

Todos los vegetales deben ser cocinados con la potencia total del microondas.

Recomendación: corte los vegetales en trozos del mismo tamaño. El corte más pequeño es el que se cocinará más rápido.

Guía de cocción para vegetales congelados

Vegetal	Peso	Tiempo	Instrucciones
Espinacas	0.3 lb./125g	4-6 min.	Agregue 15ml(1tbsp) de agua fría.
Brócoli	1/2 lb./250g	8-10 min.	Agregue 30ml(2tbsp) de agua fría.
Peas	1/2 lb./250g	9-11 min.	Agregue 15ml(1tbsp) de agua fría.
Garbanzos	1/2 lb./250g	8-10 min.	Agregue 30ml(2tbsp) de agua fría.
Vegetales mixtos (zanahoria/maíz)	1/2 lb./250g	8-10 min.	Agregue 15ml(1tbsp) de agua fría.
Vegetales mixtos (Estilo chino)	1/2 lb./250g	9-11min.	Agregue 15ml(1tbsp) de agua fría.

Guía de cocción para vegetales frescos

Vegetal	Peso	Tiempo	Comentario
Brócoli	1/2 lb./250g 1 lb./500g	6-8 min. 10-12 min.	Prepare de acuerdo al tamaño Colóquelos en el centro.
Brócoli en rodajas	1/2 lb./250g	7-9 min.	Agregue 60-75ml(5-6tbsp.) de agua.
Zanahorias	1/2 lb./250g	6-8 min.	Corte las zanahorias en rodajas iguales.
Coliflor	1/2 lb./250g 1 lb./500g	6-8 min. 9-11 min.	Prepare de acuerdo al tamaño. Córtelas a la mitad. Colóquelos en el centro.
Courgettes	1/2 lb./250g	6-8 min.	Corte los courgetts en rodajas. Agregue 30ml(2tbsp) de agua o un cubo de mantequilla. Cocine hasta derretir.
Berenjena	1/2 lb./250g	6-8 min.	Corte las berenjenas en rodajas y rocíe 1 cucharada de jugo de limón.
Puerros	1/2 lb./250g	6-8 min.	Córtelos en rodajas pequeñas.
Hongos Champiñones	0.3 lb./125g 1/2 lb./250g	3-5 min. 5-7 min.	Prepare hongos pequeños o córtelos. No agregue agua. Agregue jugo de limón. Rocié sal y pimienta escurra antes de servir.
Cebollas	1/2 lb./250g	6-8 min.	Corte la cebollas en rodajas o a la mitad. Agregue 15ml(1tbsp.) de agua.
Pimientos	1/2 lb./250g	6-8 min.	Córtelos en rodajas pequeñas.
Papas	1/2 lb./250g 1 lb./500g	5-7 min. 9-11 min.	Pele y corte cubos del mismo tamaño o cuartos del mismo tamaño.
Nabos	1/2 lb./250g	10-12 min.	Córtelos en rodajas pequeñas.

ANTES DE LLAMAR AL SERVICIO TÉCNICO

Revisando el siguiente listado, usted podría evitar una llamada innecesaria al servicio técnico.

* El horno no funciona:

1. Revise que el cable se encuentra enchufado a la corriente.
2. Revise que la puerta se encuentre bien cerrada.
3. Revise que se programó el tiempo de cocción.
4. Revise por si se ha cortado la corriente o soltado algún fusible.

* Chispas en el interior:

1. Revise que los utensilios empleados no sean de metal o no tengan algún borde metálico.
2. Revise que las brochetas metálicas o el papel aluminio no estén rozando en las paredes internas horno.

Si aún persiste el problema, contacte a un servicio técnico.
El listado de servicios técnicos se incluyen en el microondas.

RECETAS

SOPA DE NARANJA Y TOMATE

1 oz.(25g) de mantequilla
1 cebolla mediana picada
1 zanahoria grande
1 papa grande picadas
1 3/4 lb(800g) de jugo de jitomate
jugo de una naranja
1 1/2 pinta(900ml) de caldo de carne
Chile, sal y pimienta al gusto

1. Derrita mantequilla en un recipiente por 1 minuto a 600W.
2. Agregue cebolla, zanahoria y papa, cocine a 600W por 6 minutos y revuelva a mitad del tiempo de cocinado.
3. Agregue los tomates, jugo de naranja y el caldo de vegetales. Revuelva y sazone con sal y pimienta para darle sabor. Cubra el recipiente y cocine en 600W por 18 minutos. Revuelva 2-3 veces durante el cocinado hasta que los vegetales estén suaves.
4. Mezcle y sirva inmediatamente.

SOPA FRESCA DE CEBOLLA

1 cebolla grande, en rodajas
1 cucharada (15ml) de aceite de maíz
2 oz.(50g) de yerbas de olor
2 pintas(1,2 litro) de caldo de carne o verduras
Sal y pimienta al gusto
2 cucharadas (30ml) de perejil
4 rodajas de pan
2 oz.(50g) de queso gratinado

1. Coloque la cebolla y el aceite en un recipiente, revuelva bien y cocine a 600W por 2 minutos.
2. Revuelva la harina hasta hacer una pasta y gradualmente agregue el caldo de carne. Sazone y agregue el perejil.
3. Cubra el recipiente y cocine en 420W por 20 minutos.
4. Sirva la sopa en platos pequeños, agregue el pan y rocíe un poco de queso.
5. Cocine en 420W por 2 minutos, hasta que el queso se gratine.

VEGETALES FRITOS

1 cucharada(15ml) de aceite de girasol
2 cucharas (30ml) de salsa de soja
1 cucharada(15ml) de jerez
1"(2,5cm) de jengibre, pelado y finamente picado
2 zanahorias medianas en finas rodajas
4 oz.(100g) de champiñones
2 oz.(50g) de habas
1 pimiento rojo, finamente picado
4 cebollas salteadas.
4 oz.(100g) castañas en rodajas
1/4 cabeza de ajo

1. Coloque el aceite, salsa de soja, jerez, jengibre, ajo, zanahorias en un recipiente grande y mezcle.
2. Cubra y cocine en 600W por 5-6min revuelva una vez.
3. Agregue los champiñones, habas, pimiento rojo, cebollas salteadas en agua con las castañas y revuelva bien.
4. Cocine en 600W por 6-7 min, hasta que los vegetales estén suaves. Revuelva 2-3 veces durante el cocinado.

Los vegetales fritos son ideales para servir con carne y pescado.

POLLO DULCE

4 Pechugas sin hueso
2 cucharadas(30ml) de miel
1 cucharada (15ml) de mostaza
1 cucharada (15ml) puré de tomate
1/4 pinta(150ml) caldo de pollo

1. Coloque la pechugas en un recipiente.
2. Mezcle todos los ingredientes y colóquelos sobre el pollo. Sazone con sal y pimienta
3. Cocine en 600W por 13-14 min. Reacomode el pollo y cúbralo con salsa mientras se cocina.

BLUE CHEESE Y CEBOLLINES

2 papas horneadas
(aproximadamente de 9 oz (250g)
cada una)
2 oz(50g) mantequilla
4 oz(100g) queso
1 cucharada (15ml) cebollines frescos
2 oz (50g) champiñones
sal y pimienta

1. Perfore la papas en varios lugares.
Cocine en 600W por 12-13 min.
Sáquelas y pártalas en mitades,
colóquelas dentro de un tazón,
agregue la mantequilla, queso, sal,
cebollines champiñones, pimienta
al gusto. Mezcle muy bien.
2. Coloque la mezcla en las cascaras
de las papa y colóquelas dentro de
un plato o un sartén.
3. Cocine en 300W por 10 min.

SALSA BLANCA

1 oz(25g) mantequilla
1 oz(25g) harina
1/2 pinta(300ml) leche
sal y pimienta

1. Coloque la mantequilla en un tazón
y cocine en 600W por 1 min, hasta
que se derrita.
2. Revuelva la mantequilla y la leche.
Cocine en 600W por 3-4 min, bata
cada 2 min hasta que se mezclen
bien.
Sazone con sal y pimienta al gusto.

MERMELADA DE FRESA

1 1/2 lb (675g) fresas
3 cucharadas (45ml) jugo de limón
1 1/2 lb (675g) azúcar

*Punto deseado:
Para determinar el punto deseado coloque
1 cucharada (5ml) de mermelada en un plato y deje
reposar por 1min. Remueva la superficie con su
dedo, si la superficie tiene una consistencia rugosa,
el punto deseado sea logrado.

1. Coloque las fresas y el jugo de limón
en un tazón largo, caliente en 600W
por 5 min, o hasta que la fruta este
suave. Agregue azúcar y mezclelo
bien.
2. Cocine en 420W por 30-35 min, hasta
llegar al punto deseado* revuélvalo
cada 4-5 min.
3. Sirva caliente en un recipiente limpio,
cubra y etiquete.

PAN EN MICROONDAS

4 oz (100g) margarina
4 oz (100g) azúcar
1 huevo
4 oz (100g) harina
2-3 cucharada (30-45ml) leche

1. Alinee la base del plato con papel
encerado a una distancia de 8 pulg
(20,4cm).
2. Bata la margarina y el azúcar juntas
hasta tener una mezcla ligera. Bata
los huevos con la harina y sívalos
alternadamente con la leche.
3. Ponga la mezcla en un contenedor.
Cocine en 600W por 4-5min.
4. Deje reposar por 5 min después
puede voltearlo.

HUEVOS

1/2 oz (15g) mantequilla
4 huevos
6 cucharadas (90ml) leche
sal y pimienta al gusto

1. Revuelva los huevos y la leche juntos.
2. Coloque la mantequilla a 10pulg
(26cm) del plato.
Cocine en 600W por 1 min, hasta
que se derrita.
Sirva en un plato con la mantequilla
derretida.
3. Ponga los huevos en un plato.
Cocine en 600W por 2 min.
Revuélvalos y cocínelos de nuevos
en 600W por 1 min.

HUEVOS REVUELTOS

1/2 oz (15g) mantequilla
2 huevos
2 cucharadas (30ml) leche
sal y pimienta

1. Derrita mantequilla en un tazón en
600W por 1min.
2. Agregue los huevos, leche y sazone.
Mézclo bien.
3. Cocine en 600W por 3min, y
revuélvalos cada 30seg.

CARNE PICADA SAZONADA

1 cebolla pequeña cortada en cubos
1 ajo triturado
1 cucharada (15ml) de aceite
7 oz. (200g) de tomate en trozos
enlatado
1 cucharada (15ml) concentrado de
tomate;
1 cucharadita (15ml) de hierbas
de olor
8 oz. (225g) de carne picada de
ternera;
Sal y pimienta;

1. Coloque la cebolla, ajo y aceite en una cacerola y cocine en 600W por 2 min o hasta que la cebolla este tierna.
2. Coloque todos los demás ingredientes en la cacerola. Revuelva bien.
3. Cubra y cocine en 600W por 5 min después a 300W por 10-15 min o hasta que la carne este cocida.

IMPORTADO Y/O DISTRIBUIDO POR:

WINIADAEWOO ELECTRONICS MÉXICO S.A. DE C.V.
ALCE BLANCO No. 36 FRACC. IND. ALCE BLANCO,
NAUCALPAN, EDO. DE MÉXICO, C.P. 53370,
CALL CENTER: (55) 1165-8118 LADA: 01 800 200 8228

HECHO EN CHINA