



# ABOUT THIS MANUAL

VISION CREATIVE, INC.

6 4

	KOR - 8A475S40		DAEWOO
BUYER	DESA=DEFR		
BUYER	KOR - 9A07		
	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
MEMO : 06.11.03( 24p)			
06.11.03 - ,3,4,8,12 - ( - 5p)			
06.11.07 - ,8p ,19,20,21 - ( - 2p)			
07.12.28 - - ( 1p)			
08.03.05 - 2p( 가)_ 1p			

**VISION**

TEL: 730 - 0660 FAX: 730 - 3788

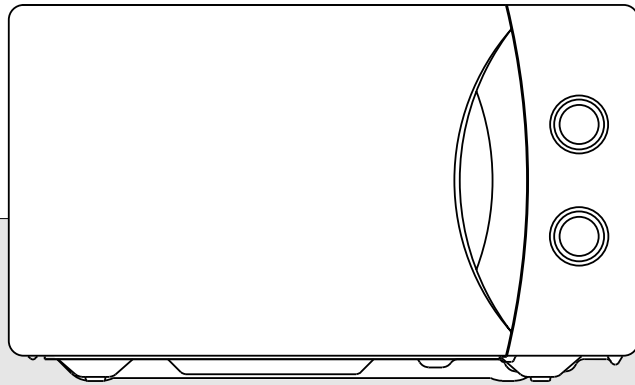
DAEWOO  
ELECTRONICS



# FOUR À MICRO-ONDES

KOR-9A07

MODE D'EMPLOI  
& LIVRE DE CUISINE



Veuillez lire l'intégralité de ces instructions avant d'utiliser votre four.



## PRÉCAUTIONS CONTRE LES RISQUES DE SUREXPOSITION À L'ÉNERGIE MICRO-ONDES

- (a) **N'utilisez jamais ce four en laissant la porte ouverte.** Le fonctionnement porte ouverte peut conduire à une exposition à l'énergie micro-ondes dangereuse pour la santé. N'essayez pas de forcer ni de déformer les crochets de sécurité.
- (b) **Ne placez aucun objet** entre la porte et la face avant du four et ne laissez pas la saleté ou les résidus de produit nettoyant s'accumuler au niveau des joints.
- (c) **ATTENTION:** Si la porte ou les joints de porte sont endommagés, faites impérativement réparer le four par un technicien qualifié avant de vous en servir de nouveau : (1) porte (déformée), (2) charnières et loquets (cassés ou branlants), (3) joints de portes et surfaces d'étanchéité.
- (d) **ATTENTION:** Il est dangereux pour quiconque n'étant pas qualifié d'effectuer une réparation ou toute intervention nécessitant le retrait d'un élément de protection contre l'exposition à l'énergie micro-ondes.
- (e) **ATTENTION:** Les liquides et d'autres aliments ne doivent pas être chauffés dans les récipients fermés. Ils sont susceptibles d'exploser.
- (f) **ATTENTION:** Ne laissez les enfants utiliser le four sans surveillance que si des instructions appropriées ont été données afin que l'enfant puisse utiliser le four de façon sûre et comprenne les dangers d'un usage incorrect.
- (g) **ATTENTION:** Lorsque l'appareil fonctionne en mode combi, les enfants ne doivent pas utiliser le four sans la surveillance d'un adulte à cause de la température élevée.

## TABLE DES MATIÈRES

PRECAUTIONS CONTRE LES RISQUES DE SUREXPOSITION A L'ENERGIE MICRO-ONDES ....	1
CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES.....	2
INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE .....	3
INSTALLATION.....	3
FONCTIONS .....	4
FONCTIONNEMENT .....	4
PRECAUTIONS D'EMPLOI.....	5
QUESTIONS ET RÉPONSES .....	6
AVANT DE FAIRE RÉPARER VOTRE FOUR.....	7
ENTRETIEN ET NETTOYAGE.....	7
SPECIFICATIONS .....	8
IMPORTANT .....	8
INSTRUCTIONS DE CUISSON .....	9
USTENSILES DE CUISINE .....	9
UTILISATION DU FOUR EN TOUTE SÉCURITÉ .....	10
FORMATION D'UN ARC ÉLECTRIQUE.....	11
PRINCIPES D'UTILISATION DES MICRO-ONDES.....	12
COMMENT LES MICRO-ONDES CUISENT LES ALIMENTS.....	12
TABLEAUX DE CONVERSION.....	12
TECHNIQUES DE CUISSONS .....	13
GUIDE DE DÉCONGÉLATION .....	14
TABLEAU DE DÉCONGÉLATION.....	15
TABLEAU DE CUISSON ET DE RÉCHAUFFAGE.....	16
TABLEAU DES LÉGUMES .....	17





# CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

**LISEZ CES INSTRUCTIONS AVEC ATTENTION ET CONSERVEZ-LES POUR POUVOIR VOUS Y RÉFÉRER**

**AVERTISSEMENT : Comme pour tout appareil électroménager, des précautions sont nécessaires afin d'éviter incendies, brûlures, électrocutions et autres risques. Les règles ci-dessous permettent d'assurer le bon fonctionnement de ce four :**

1. N'utilisez pas le four à des fins autres que la préparation des aliments, telles que la stérilisation et le séchage des vêtements, de papier ou de tout autre matériau non alimentaire.
2. N'utilisez pas le four à vide. Cela risque de l'endommager.
3. Ne rangez pas de papiers, livres, ustensiles de cuisine, etc., dans la cavité du four.
4. N'utilisez pas le four sans avoir installé le plateau en verre. Assurez-vous qu'il repose correctement sur la base tournante.
5. Retirez les couvercles ou bouchons avant de cuire des aliments conditionnés en bocal ou en bouteille.
6. Ne laissez pas de matériau étranger entre la surface et la porte du four. Cela risque de provoquer une fuite d'énergie micro-ondes excessive.
7. N'utilisez pas de produits en papier recyclé pour la cuisson. Ils peuvent contenir des impuretés qui risquent de provoquer des étincelles et/ou un incendie pendant le fonctionnement.
8. Ne cuisez du pop-corn que si vous disposez d'un ustensile spécialement conçu pour les fours à micro-ondes. Le four à micro-ondes est moins efficace que les méthodes traditionnelles : de nombreux grains ne seront pas soufflés. N'utilisez pas d'huile, sauf si le fabricant l'autorise.
9. Ne réchauffez aucun aliment entouré d'une membrane (œufs, pommes de terre, foie de volaille, etc.) sans les avoir préalablement percés plusieurs fois à l'aide d'une fourchette.
10. Ne faites pas cuire de pop-corn au-delà de la durée indiquée par le fabricant. (Le pop-corn cuit généralement en moins de 3 minutes). Prolonger la cuisson ne produit pas de pop-corn supplémentaire et risque de provoquer carbonisations et incendies. De plus, le plateau de cuisson peut être trop chaud pour être manipulé et même se casser.
11. Si la fumée s'échappe en quantité du micro-ondes, débranchez l'appareil du secteur et laissez la porte fermée jusqu'à extinction des flammes.
12. Si vous réchauffez des aliments dans des récipients en plastique ou en papier, surveillez régulièrement le four, en raison du risque d'inflammation de ces matériaux.
13. Mélangez ou remuez des biberons et des petits pots pour bébés, et vérifiez-en la température pour éviter les brûlures.
14. Contrôlez toujours la température des boissons ou aliments chauffés dans un four à micro-ondes avant de les servir, en particulier pour les enfants et les personnes âgées. Cette recommandation est très importante car les produits chauffés dans un four à micro-ondes continuent de chauffer, même après l'arrêt du four.
15. Les œufs avec coquille et les œufs durs entiers ne doivent pas être chauffés dans le micro-ondes car ils risquent d'exploser.
16. Vérifiez que le capot du guide d'ondes est toujours propre. Nettoyez l'intérieur du four avec un chiffon humide après chaque utilisation. Si vous laissez des graisses dans le four, celles-ci peuvent surchauffer, produire de la fumée et même prendre feu lors de l'utilisation suivante.
17. Ne chauffez jamais d'huile ou de graisse de friture, car vous ne pouvez pas en contrôler la température et risquez donc de provoquer une surchauffe et un incendie.
18. Les boissons réchauffées aux micro-ondes peuvent bouillir et déborder à retardement, aussi, manipulez le récipient avec précaution et attendez quelques instant avant utilisation.
19. Cet appareil ne doit pas être utilisé par des personnes (y compris les enfants) ayant des capacités de mobilité, réaction ou mentales réduites, ou sans expérience ou habitude, seules sans surveillance ou tant qu'elles n'ont pas été formées par une personne responsable de leur sécurité.
20. N'autorisez les enfants à utiliser le four sans surveillance que si des des instructions appropriées leur ont été données, permettant à l'enfant d'utiliser le four de façon sûre et de comprendre les dangers d'une utilisation incorrecte.

**AVERTISSEMENT :** Si l'appareil n'est pas maintenu dans un bon état de propreté, sa surface pourrait se dégrader et affecter de façon inexorable la durée de vie de l'appareil et conduire à une situation dangereuse.

**GARDER POUR DE FUTURES UTILISATIONS :** Lors de son utilisation, l'appareil devient chaud, il y lieu de veiller à ne pas toucher les éléments chauffants situés à l'intérieur du four .

## CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS





# INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Cet appareil doit être relié à la terre. En cas de court-circuit, la mise à la terre réduit les risques de choc électrique en permettant au courant d'être évacué par le fil de terre. Cet appareil est équipé d'un fil de terre et d'une prise de terre. Celle-ci doit être branchée sur une prise de courant correctement installée et mise à la terre.

## AVERTISSEMENT :

Une mise à la terre défectueuse peut créer un risque de choc électrique. Consultez un électricien ou un réparateur qualifié si vous n'êtes pas certain de comprendre parfaitement ces instructions ou si vous avez des doutes sur la mise à la terre correcte de cet appareil. Si une rallonge est nécessaire, utilisez exclusivement une rallonge à 3 fils équipée d'une prise de terre adaptée à la prise de l'appareil. La puissance indiquée sur la rallonge doit être supérieure ou égale à la puissance électrique de l'appareil.

## INSTALLATION

### 1. Ventilation

N'obstruez pas les orifices de ventilation. Si ces orifices sont obstrués pendant le fonctionnement, le four risque de surchauffer et de tomber en panne. Pour une bonne ventilation, laissez un espace d'environ 7,5 cm sur les côtés et à l'arrière du four. Le dégagement au-dessus du four doit être d'au moins 10 cm.

### 2. Emplacement plat et stable

Ce four doit être installé sur une surface plane et stable. Il est conçu pour être placé exclusivement sur un plan de travail. Cet appareil n'est pas prévu pour une utilisation dans un meuble.

### 3. Dégagement à l'arrière et sur les côtés

Toutes les grilles d'aération doivent être dégagées. Si elles sont obstruées pendant le fonctionnement, le four risque de surchauffer et de tomber en panne.

### 4. Interférence avec les téléviseurs et les postes de radio

Le four peut perturber la réception s'il est placé trop près des antennes, des lignes d'alimentation, des téléviseurs et des postes de radio. Placez le four le plus loin possible de ces appareils.

### 5. Autres appareils de chauffage et robinets d'eau

Placez le four à l'abri de l'air chaud, de la vapeur ou des projections d'eau, afin d'éviter une dégradation de l'isolation qui pourrait provoquer l'arrêt de l'appareil.

### 6. Alimentation électrique

- Vérifiez votre installation électrique. Ce four doit être alimenté par un courant d'environ 10A, 230 V 50 Hz.
- Le cordon d'alimentation doit mesurer environ 80 cm.
- Utilisez exclusivement une alimentation correspondant à la tension indiquée sur le four. Une tension plus élevée peut provoquer un incendie ou être la cause d'un accident endommageant le four. Une tension plus faible ralentit la cuisson. Nous ne pouvons être tenus responsables des dégâts causés par l'utilisation de ce four sous une tension différente de celle spécifiée.
- Un cordon d'alimentation endommagé doit être remplacé par le fabricant, un réparateur agréé ou toute personne qualifiée, afin d'éviter tout risque.

### 7. Inspection du four après déballage afin de repérer tout défaut éventuel :

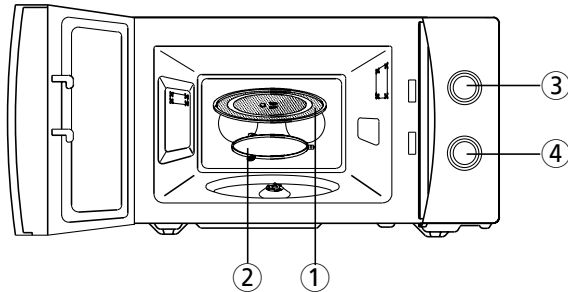
Porte désaxée ou cassée ou cavité endommagée. Si tel est le cas, N'INSTALLEZ PAS l'appareil et contactez immédiatement le revendeur.

### 8. Ne pas utiliser le four s'il est plus froid que la température de la pièce.

(Ceci peut se produire en cas de livraison par temps froid.) Laissez le four se réchauffer à température ambiante avant de le faire fonctionner.



## Fonctions



- ① Plateau en verre
- ② Anneau de guidage – Il doit toujours être utilisé avec le plateau pour la cuisson.
- ③ Bouton de commande - permet de sélectionner un niveau de puissance micro-ondes.
- ④ Bouton de minuterie – Permet de régler le temps de cuisson pour toutes les fonctions.

## Fonctionnement

Cette section présente toutes les informations utiles concernant le fonctionnement du four.

1. Branchez la prise sur une sortie électrique.
2. Placez des aliments dans un récipient adéquat, ouvrez la porte du four et posez le récipient sur le plateau en verre. Le plateau en verre et l'anneau de guidage doivent toujours être en place pendant l'utilisation.
3. Fermez la porte. Vérifiez qu'elle est bien fermée. Lorsque la porte est ouverte, la lumière s'éteint.

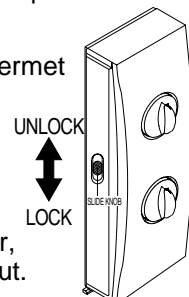
Vous pouvez ouvrir la porte du four à tout moment pendant le fonctionnement en appuyant sur le bouton d'ouverture situé sur le panneau de commandes. Le four s'arrête alors automatiquement.

4. Réglez le bouton de réglage de la puissance sur le niveau de puissance souhaité.

SYMBOLE	NIVEAU DE PUISSANCE	PUISSANCE
	Bas	144W
	Tiède	208W
	Décongélation	352W
	Moyen bas	400W
	Moyen	550W
	Moyen élevé	660W
	Elevé	800W

5. Réglez le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton de la minuterie. La cuisson par micro-ondes commence.
  - Pour régler un temps de cuisson inférieur à 2 minutes, tournez d'abord le bouton sur une durée supérieure à 2 minutes, puis revenez à la durée souhaitée.
6. L'énergie micro-ondes s'arrête automatiquement lorsque le bouton de la minuterie atteint la position « OFF ». Vous pouvez alors retirer les aliments du four.
  - Pour éviter tout fonctionnement avec la porte ouverte, votre four à micro-ondes est équipé de commutateurs de sécurité fonctionnant à la fermeture de la porte.
  - Si vous souhaitez vérifier les aliments lors de la cuisson, ouvrez simplement la porte. Le four arrête immédiatement la cuisson. Pour continuer la cuisson, il vous suffit de fermer la porte.
  - Si vous arrêtez la cuisson, tournez le bouton de la minuterie sur la position « OFF ». Vous pouvez modifier le réglage de la cuisson en tournant le bouton de la minuterie.
  - Ne laissez pas la minuterie fonctionner après avoir retiré les aliments ou lorsque le four est vide.

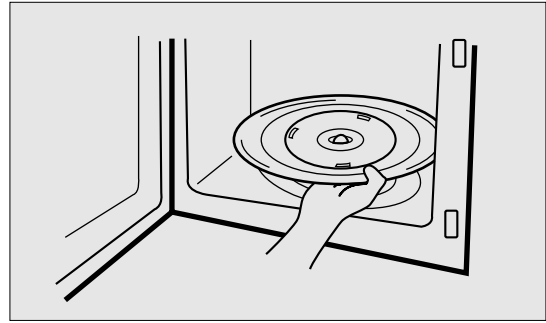
7. Le verrouillage de sécurité permet d'éviter tout fonctionnement involontaire, notamment de la part des enfants. Pour l'installer, pousser le bouton vers le bas, comme indiqué sur le schéma. Pour l'annuler, pousser le bouton vers le haut.





## PRECAUTIONS D'EMPLOI

- 1** Avant de commencer le nettoyage, éteindre le four.
- 2** Garder l'intérieur du four toujours propre. Si des éclaboussures viennent se déposer sur les parois du four, essuyer avec un torchon humide. Si le four est très sale, vous pouvez utiliser un détergent doux.  
Ne pas utiliser de produits corrosifs.
- 3** L'extérieur du four doit être nettoyé avec du savon et de l'eau. Rincer et essuyer avec un torchon sec.  
Pour éviter d'endommager l'appareil, les grilles de ventilation ne doivent pas être mises en contact avec l'eau.
- 4** Si le panneau d'affichage devient humide, nettoyer avec un torchon sec. Ne pas utiliser de détergent nocif et corrosif sur le panneau d'affichage.
- 5** Il peut arriver que de la buée se forme à l'intérieur et autour de l'appareil quand celui-ci est utilisé dans des conditions de forte humidité ou pour des applications non appropriées. Dans ce cas, essuyer avec un chiffon doux.
- 6** Il est parfois nécessaire de retirer le plateau tournant pour le nettoyer. Laver le plateau à l'eau tiède et au savon ou le mettre au lave-vaisselle.
- 7** L'anneau de guidage et la paroi inférieure du four doivent être nettoyés régulièrement pour éviter une rotation trop bruyante du plateau. Nettoyer simplement le bas de la cavité avec un produit de nettoyage doux ou avec du lave-vitre et sécher.  
L'anneau de guidage doit être lavé à l'eau et au savon.

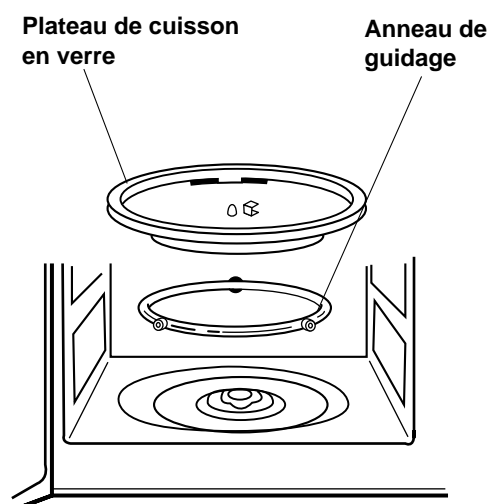


### ANNEAU DE GUIDAGE

- 1** L'anneau de guidage et la paroi inférieure du four doit être lavés fréquemment pour éviter l'apparition de bruit.
- 2** L'anneau de guidage doit toujours fonctionner avec le plateau tournant.

### PLATEAU TOURNANT

- 1** Ne pas faire fonctionner le four sans le plateau tournant.
- 2** Ne pas utiliser un autre plateau que celui fourni avec votre appareil.
- 3** Si le plateau est chaud, le laisser refroidir avant de le nettoyer ou le placer dans l'eau.
- 4** Ne pas cuisiner directement sur le plateau tournant.





## QUESTIONS ET RÉPONSES

\* Q : Pourquoi arrive-t-il aux œufs d'éclater ?

\* R : Lorsque vous cuisez ou pochez des œufs, le jaune peut éclater en raison de la formation de vapeur à l'intérieur de la membrane du jaune. Pour empêcher cela, il suffit de percer le jaune avec un cure-dent avant la cuisson. Ne faites jamais cuire d'œufs sans avoir percé leur coquille.

\* Q : Pourquoi le temps de repos après la cuisson est-il instauré ?

\* R : Le temps de repos est très important.

Avec la cuisson aux micro-ondes, la chaleur se trouve dans les aliments, et non dans le four. La plupart des aliments génèrent assez de chaleur interne pour permettre la poursuite du processus de cuisson, même lorsque les aliments ont été retirés du four. Le temps de repos pour les morceaux de viande, les gros légumes et les gâteaux permet de terminer la cuisson à l'intérieur, sans trop cuire l'extérieur.

\* Q : Le four à micro-ondes sera-t-il endommagé si je l'utilise à vide ?

\* R : Oui. Ne l'utilisez jamais à vide.

\* Q : Puis-je utiliser mon four à micro-ondes sans le plateau tournant ou en retournant le plateau tournant pour poser un grand plat ?

\* R : Non. Si vous retirez ou retournez le plateau tournant, votre cuisson ne sera pas efficace. Les plats utilisés dans votre four doivent pouvoir tenir sur le plateau tournant.

\* Q : Est-ce normal que le plateau tournant puisse tourner dans les deux sens ?

\* R : Oui. Le plateau tournant tourne dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire, en fonction de la rotation du moteur lorsque le cycle de cuisson démarre.

\* Q : Puis-je faire du pop-corn dans mon four à micro-ondes ? Comment obtenir les meilleurs résultats ?

\* R : Oui. Faites cuire le pop-corn spécialement emballé pour four à micro-ondes en suivant les instructions du fabricant. N'utilisez pas de sacs en papier traditionnels. Utilisez le « test de bruit » en arrêtant le four à micro-ondes dès que vous entendez des éclatements toutes les 1 à 2 secondes. Ne faites pas recuire les grains non soufflés. Ne faites pas cuire de pop-corn dans des récipients en verre.

\* Q : J'ai accidentellement fait fonctionner le four sans aucun aliment à l'intérieur. Est-il endommagé ?

\* R : L'utilisation du four à vide durant une courte durée n'endommagera pas le four. Toutefois, nous ne le recommandons pas.

\* Q : Le four peut-il être utilisé sans le plateau en verre ou l'anneau de guidage ?

\* R : Non. Le plateau en verre et l'anneau de guidage doivent toujours être installés dans le four avant de commencer la cuisson. Il ne faut en aucun cas qu'il soit empêché de tourner.

\* Q : Puis-je ouvrir la porte du four en cours de cuisson ?

\* R : La porte du four peut être ouverte à tout moment pendant la cuisson. L'énergie micro-ondes est immédiatement coupée et n'est pas rétablie tant que la porte reste ouverte.

\* Q : Pourquoi y a-t-il de l'humidité dans le four après utilisation ?

\* R : La présence d'humidité sur les parois de votre four à micro-ondes est normale. Elle est due au contact de la vapeur d'eau qui se dégage des aliments sur la surface froide du four.

\* Q : L'énergie micro-ondes traverse-t-elle la vitre de la porte ?

\* R : Non. L'écran métallique renvoie l'énergie dans la cavité du four. Les trous laissent passer la lumière mais arrêtent l'énergie micro-ondes.







## AVANT DE FAIRE RÉPARER VOTRE FOUR

Effectuez les vérifications suivantes afin d'éviter toute démarche inutile.

**\* Le four ne fonctionne pas :**

1. Vérifiez que le câble d'alimentation est correctement branché.
2. Vérifiez que la porte est bien fermée.
3. Vérifiez que le temps de cuisson est programmé.
4. Vérifiez les fusibles et le disjoncteur électrique de votre domicile.

**\* Des étincelles apparaissent dans la cavité :**

1. Vérifiez les ustensiles utilisés. Les récipients ou les plats utilisés ne doivent pas comporter aucune partie métallique.
2. Vérifiez qu'il n'y a ni broche métallique ni en aluminium touchant les parois intérieures.

Si le problème persiste, contactez un réparateur.

Une liste des centres de service après-vente est fournie avec le four.

## ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Même si votre four est équipé de dispositifs de sécurité, il est important de respecter les précautions suivantes :

1. N'essayez pas de forcer ni de déformer les crochets de sécurité.
2. Ne placez aucun objet entre la porte et la face avant du four et ne laissez pas la saleté ou les résidus s'accumuler sur les joints. Nettoyez régulièrement les joints avec un détergent doux, rincez et essuyez. N'utilisez jamais de poudre ni d'éponge abrasive.
3. N'exercez aucun effort sur la porte ouverte. Par exemple, un enfant suspendu à la porte ou toute autre charge peut faire tomber le four, provoquer des blessures et endommager la porte. Un four endommagé ne doit pas être utilisé tant qu'il n'a pas été réparé par une personne qualifiée. Il est particulièrement important que le four ferme correctement et que :
  - i) la porte ne soit pas déformée ;
  - ii) les charnières et les crochets ne soient ni cassés ni branlants ;
  - iii) les joints de porte et d'étanchéité soient effectivement étanches.
4. Toute réparation doit être exclusivement effectuée par un technicien qualifié.
5. Le four doit être nettoyé régulièrement et les résidus d'aliments doivent être retirés.
6. Si le four n'est pas maintenu en bon état de propreté sa surface pourrait se dégrader et affecter de façon inexorable la durée de vie de l'appareil et conduire à une situation dangereuse.





## SPECIFICATIONS

ALIMENTATION	230 V 50 Hz, MONOPHASE AVEC MISE À LA TERRE
CONSOMMATION MICRO-ONDES	1200 W
PUISSANCE RESTITUÉE MICRO-ONDES	800 W
FRÉQUENCE MICRO-ONDES	2450 MHz
DIMENSIONS EXTÉRIEURES	(L X H X P) 465 X 287 X 364 mm
DIMENSIONS INTÉRIEURES	(L X H X P) 290 X 220 X 283 mm
VOLUME CAVITE	23L
POIDS NET APPROXIMATIF	environ 11.7 Kg
MINUTEUR	35 mn DEUXVITESSES
NIVEAUX DE PUISSANCE	7 NIVEAUX

\* Les spécifications sont sujettes à modification sans préavis.

**AVERTISSEMENT** : cet appareil doit être relié à la terre.





# INSTRUCTIONS DE CUISSON

Assurez-vous que vos ustensiles sont adaptés à la cuisson aux micro-ondes.

## TEST D'USTENSILES

Placez l'ustensile en question à côté d'un verre mesureur rempli d'eau dans le four à micro-ondes. Faites chauffer dans le micro-ondes à pleine puissance pendant 1 à 2 minutes. Si l'eau chauffe mais que l'ustensile reste froid, il est adapté aux micro-ondes. Au contraire, s'il devient chaud, les micro-ondes sont absorbées par l'ustensile et il n'est pas adapté à la cuisson dans un four à micro-ondes. Votre cuisine contient certainement de nombreux ustensiles pouvant servir à la cuisson aux micro-ondes. Lisez la liste ci-dessous.

# USTENSILES DE CUISINE

## *Utilisation recommandée*

- **Plats et bols en verre ou vitrocéramique** – À utiliser pour chauffer ou cuire.
- **Plats brunisseurs pour micro-ondes** – À utiliser pour faire revenir l'extérieur de petits aliments tels que des steaks, des côtelettes ou des crêpes. Suivez les instructions fournies avec votre plat brunisseur.
- **Film plastique adapté aux micro-ondes** – À utiliser pour retenir la vapeur. Laissez une petite ouverture pour permettre l'évacuation d'une partie de la vapeur et évitez de le placer directement sur la nourriture.
- **Papier sulfurisé** – À utiliser comme couvercle afin d'éviter les projections.
- **Essuie-tout, serviettes et gobelets en papier** – À utiliser pour chauffer et recouvrir pour de courtes durées ; ils absorbent trop d'humidité pour réchauffer les aliments. Soyez particulièrement vigilant car une surchauffe peut provoquer un incendie dans votre four. N'utilisez pas de produits en papier recyclé, par exemple des essuie-tout, sauf s'ils sont spécialement conçus pour les fours à micro-ondes. Ces produits peuvent contenir des impuretés qui risquent de provoquer des étincelles et/ou un incendie pendant le fonctionnement.
- **Thermomètres** – Utilisez uniquement ceux adaptés aux micro-ondes et suivez toutes les instructions. Vérifiez les aliments en différents endroits. Les thermomètres classiques ne peuvent être utilisés qu'une fois les aliments sortis du four.
- **Film étirable et sacs à rôtir pour micro-ondes** – Les sacs et les films étirables pour micro-ondes doivent être aérés pour laisser s'échapper la vapeur et percés à 4 ou 5 endroits différents. N'utilisez aucune attache métallique ni attache en plastique car elles risquent de fondre ou de provoquer un incendie en raison de la formation d'un arc électrique.





### **Utilisation limitée**

- **Feuilles d'aluminium** – Utilisez des bandes étroites de feuille de papier aluminium pour éviter la surcuisson des parties exposées. L'utilisation excessive de feuilles de papier aluminium peut endommager votre four, aussi, soyez vigilant.
- **Céramique, porcelaine et poterie** – Utilisez ces ustensiles s'ils sont adaptés aux micro-ondes. Dans le cas contraire, testez-les pour vous assurer qu'ils peuvent être utilisés en toute sécurité. N'utilisez jamais aucun plat comportant des parties métalliques.
- **Plastique** – N'utilisez que les plastiques adaptés aux micro-ondes. Les autres plastiques peuvent fondre.
- **Récipients en plastique fin, papier, paille et bois** – Surveillez toujours le four attentivement. Regarder de temps en temps dans le four est indispensable lorsque vous faites cuire ou réchauffer des aliments dans des conteneurs jetables en plastique, papier ou tout autre matériau combustible. Ne les utilisez que pour faire réchauffer des aliments. Soyez particulièrement vigilant car une surchauffe peut provoquer un incendie dans votre four.

### **Utilisation non recommandée**

- **Bouteilles et pots en verre** – Le verre classique est trop fin pour être utilisé dans un four à micro-ondes et risque de casser.
- **Sacs en papier** – Ils présentent des risques d'incendie, sauf les sacs à pop-corn spécialement conçus pour les micro-ondes.
- **Tasses et assiettes en mousse de polystyrène** – Ils peuvent fondre et dégager un résidu dangereux sur les aliments.
- **Récipients alimentaires et de stockage en plastique** – Des récipients tels que des boîtes de margarine peuvent fondre dans le four à micro-ondes.
- **Ustensiles métalliques** – Ils peuvent endommager votre four. Retirez tout ce qui est métallique avant la cuisson.

## **UTILISATION DU FOUR EN TOUTE SÉCURITÉ**

### **Utilisation générale**

Ne pas essayer de forcer ni de déformer les crochets de sécurité.

Ne pas placer d'objet entre la porte et la face avant du four et ne pas laisser de résidus s'accumuler au niveau des joints. Nettoyer avec un détergent doux, rincer et essuyer. Ne jamais utiliser de poudre ni d'éponge abrasive.

Ne pas exercer d'effort ni de poids sur la porte du four, notamment en se suspendant à la porte ouverte. Cela risque de faire tomber le four et de l'endommager, ainsi que de provoquer des blessures.

Ne pas utiliser le four si les joints de porte et d'étanchéité sont endommagés, si la porte est déformée ou si les charnières sont cassées ou branlantes.

Ne pas utiliser le four à vide. Vous risquez de l'endommager.

Ne pas essayer de sécher des vêtements, des journaux ou tout autre matériau dans le four. Ils risquent de provoquer un incendie.

Ne pas utiliser de produits en papier recyclé car ils peuvent contenir des impuretés pouvant provoquer des étincelles ou un incendie.

Ne pas frapper le panneau de commande avec des objets lourds. Vous risquez d'endommager le four.





## ALIMENTS

Ne jamais utiliser votre four à micro-ondes pour faire vos conserves personnelles. Le four n'est pas conçu pour cette utilisation. Des aliments mis en conserve de façon inappropriée peuvent s'abîmer et être nocifs à la consommation.

Toujours utiliser le temps de cuisson minimum. Il est préférable de ne pas suffisamment faire cuire les aliments plutôt que de les faire trop cuire. Les aliments non assez cuits peuvent être recuits dans le four, alors que pour les aliments trop cuits, rien ne peut être fait.

Faites chauffer les petites quantités de nourriture ou les aliments contenant peu d'humidité avec attention. Ils peuvent rapidement sécher, brûler ou provoquer un incendie.

Ne pas faire chauffer d'œufs dans leur coquille. Une pression risque de se former et les œufs peuvent éclater.

Les pommes de terre, les pommes, les jaunes d'œufs et les saucisses sont des exemples d'aliments avec une peau non poreuse. Ils doivent être percés avant la cuisson afin d'empêcher qu'ils n'exploient.

Ne pas essayer de faire frire l'huile dans votre four à micro-ondes.

Toujours mélanger les aliments liquides avant de les faire chauffer. Les aliments liquides chauffés peuvent jaillir s'ils ne sont pas mélangés avec l'air.

Ne pas laisser le four sans surveillance lorsque vous faites cuire du pop-corn.

Ne pas faire cuire de pop-corn dans un sac en papier sauf s'il s'agit d'un emballage commercial spécialement adapté à cet usage. Les grains peuvent surchauffer et enflammer un sac brunisseur en papier.

Ne pas placer le sac à pop-corn spécialement conçu pour les micro-ondes directement sur le plateau de cuisson du four. Placez-le sur une assiette en céramique ou en verre adaptée aux micro-ondes pour éviter que le plateau ne surchauffe et ne casse.

Ne pas dépasser le temps de cuisson suggéré par le fabricant de pop-corn pour micro-ondes.

Prolonger la cuisson ne permet pas d'obtenir davantage de pop-corn et accroît les risques de carbonisation, de brûlure ou d'incendie. N'oubliez pas que le sac à pop-corn et le plateau peuvent être trop chauds pour être manipulés. Retirez-les avec précaution à l'aide de gants.

## FORMATION D'UN ARC ÉLECTRIQUE

*Si vous voyez un arc électrique se former, appuyez sur le bouton ARRÊT/ANNUL. pour corriger ce problème.*

Le terme d'arc électrique est utilisé pour désigner les étincelles dans le four à micro-ondes.

Les arcs sont dus à :

- la présence de métal ou d'aluminium en contact avec les parois du four ;
- la présence d'aluminium ne recouvrant pas parfaitement la nourriture (les bords retournés font office d'antennes) ;
- la présence dans le four à micro-ondes de métal, tel que des papillotes en aluminium, des piques à broche ou des plats à liseré d'or ;
- l'utilisation dans le four à micro-ondes de serviettes en papier recyclé contenant des particules métalliques.



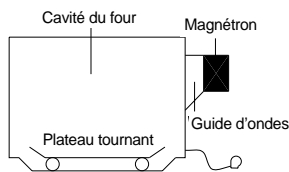


# PRINCIPES D'UTILISATION DES MICRO-ONDES

L'énergie micro-ondes est utilisée pour cuire et réchauffer les aliments depuis les premières expériences avec RADAR qui ont eu lieu durant la deuxième guerre mondiale. Les micro-ondes sont toujours présentes dans l'atmosphère, par des sources naturelles et humaines. Les sources humaines incluent les liaisons radar, radio, télévision, de télécommunications et les voitures.

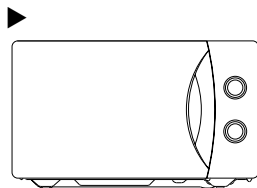
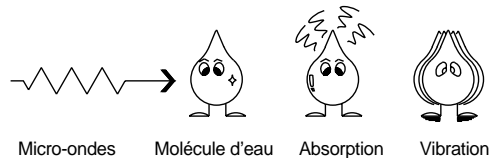
## COMMENT LES MICRO-ONDES CUISENT LES ALIMENTS

Le four micro onde est un équipement ISM groupe 2 dans lequel sont générées des radiofréquences et utilisées sous forme d'ondes lectromagnétiques pour le traitement des matières, ce four est un équipement de classe B prévu pour fonctionner dans des locaux a usage domestique et et doit être utilisé dans des locaux alimentés en basse tension pour une utilisation domestique



Dans un four à micro-ondes, l'électricité est convertie en micro-ondes par le **MAGNÉTRON**.

### ► ABSORPTION

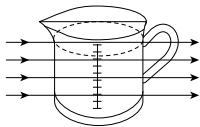


### ► RÉFLEXION

Les micro-ondes se réverbèrent sur les parois métalliques et l'écran métallique de la porte.

Les micro-ondes provoquent la vibration des molécules d'eau qui entraîne la **FRICITION**, c'est-à-dire la **CHALEUR**. Cette chaleur cuit ensuite les aliments. Les micro-ondes sont également attirées vers les particules de graisse et de sucre et les aliments en contenant beaucoup cuiront plus rapidement. Les micro-ondes peuvent uniquement pénétrer à une profondeur de 4 à 5 cm et comme la chaleur se propage dans les aliments par conduction, comme dans un four traditionnel, les aliments cuisent de l'extérieur vers l'intérieur.

### ► TRANSMISSION



Elles traversent ensuite les ustensiles de cuisson pour être absorbées par les molécules d'eau contenues dans les aliments. Tous les

aliments contiennent de l'eau en plus ou moins grande quantité.

## TABLEAUX DE CONVERSION

MESURES DE POIDS		MESURES DE VOLUME		MESURES DE CUILLÈRES	
15 g	1/2 oz.	30 ml	1 fl.oz.	1.25 ml	1/4 cuil. à café
25 g	1 oz.	100 ml	3 fl.oz.	2.5 ml	1/2 cuil. à café
50 g	2 oz.	150 ml	5 fl.oz. (1/4 pt)	5 ml	1 cuil. à café
100 g	4 oz.	300 ml	10 fl.oz. (1/2 pt)	15 ml	1 cuil. à soupe
175 g	6 oz.	600 ml	20 fl.oz. (1pt)		
225 g	8 oz.				
450 g	1 lb.				

MESURES DE FLUIDE		
1 tasse	= 8 fl.oz.	= 240 ml
1 pinte	= 16 fl.oz. (RU 20 fl.oz.)	= 480 ml (RU 560 ml)
1 quart	= 32 fl.oz. (RU 40 fl.oz.)	= 960 ml (RU 1120 ml)
1 gallon	= 128 fl.oz. (RU 160 fl.oz.)	= 3840 ml (RU 4500 ml)





# TECHNIQUES DE CUISSONS

## TEMPS DE REPOS

Les aliments denses tels que la viande, les pommes de terre en robe de chambre et les gâteaux nécessitent un temps de repos (à l'intérieur ou à l'extérieur du four) après la cuisson, pour permettre à la chaleur de terminer sa conduction et de cuire entièrement le centre. Enveloppez les morceaux de viande et les pommes de terre dans une feuille de papier aluminium pendant le temps de repos. Les morceaux de viande nécessitent un temps de repos d'environ 10 à 15 minutes, les pommes de terre en robe de chambre d'environ 5 minutes. Les autres aliments, tels que les plats préparés, les légumes, les poissons, etc. nécessitent un repos de 2 à 5 minutes. Après la décongélation, un temps de repos doit également être consenti. Si les aliments ne sont pas cuits après le temps de repos, remettez-les au four et cuisez-les un moment supplémentaire.

## TENEUR EN HUMIDITÉ

La teneur en humidité de nombreux aliments frais, notamment des fruits et des légumes, varie en fonction des saisons, en particulier les pommes de terre en robe de chambre. C'est la raison pour laquelle les temps de cuisson doivent être ajustés. Les ingrédients secs tels que le riz et les pâtes peuvent s'assécher pendant le stockage. Leur cuisson peut donc être différente.

## DENSITÉ

Les aliments légers et poreux chauffent plus rapidement que les aliments lourds et denses.

## FILM ÉTIRABLE

Le film étirable permet de conserver l'humidité des aliments et la vapeur ainsi emprisonnée accélère le temps de cuisson. Percez le film avant la cuisson afin de laisser s'échapper la vapeur en excès. Enlevez toujours le film avec précaution d'un plat car la formation de vapeur l'aura rendu très chaud.

## FORME

Les formes régulières cuisent uniformément. Les aliments cuisent mieux avec les micro-ondes dans un récipient rond plutôt que carré.

## ESPACEMENT

Les aliments cuisent plus rapidement et uniformément s'ils sont espacés. N'empilez JAMAIS les aliments les uns sur les autres.

## TEMPÉRATURE DE DÉPART

Plus les aliments sont froids, plus leur cuisson est longue. Les aliments sortant du réfrigérateur nécessitent une cuisson plus longue que les aliments à température ambiante.

## ALIMENTS LIQUIDES

Tous les aliments liquides doivent être agités avant et pendant leur chauffage. L'eau en particulier doit être agitée avant et pendant le chauffage afin d'éviter les éruptions. Ne chauffez pas d'aliments liquides ayant auparavant été portés à ébullition. **NE LES RÉCHAUFFEZ PAS.**

## RETOURNEMENT ET MÉLANGE

Certains aliments doivent être mélangés pendant leur cuisson. Les viandes et les volailles doivent être retournées à mi-cuisson.

## DISPOSITION

Les aliments individuels, tels que les morceaux de poulet ou les côtelettes doivent être placés dans un plat de telle sorte que les parties les plus épaisses soient tournées vers l'extérieur.

## QUANTITÉ

Les petites quantités cuisent plus rapidement que les grosses et les petits plats se réchauffent plus rapidement que les grosses portions.

## PERÇAGE

La peau ou la membrane de certains aliments entraîne la formation de vapeur pendant la cuisson. Ces aliments doivent être percés ou une bande de peau doit être retirée avant la cuisson pour permettre à la vapeur de s'évacuer. Les œufs, les pommes de terre, les pommes, les saucisses, etc. doivent être percés avant la cuisson. **N'ESSAYEZ PAS DE CUIRE DES ŒUFS DANS LEUR COQUILLE.**

## COUVERTURE

Couvrez les aliments avec un couvercle ou un film étirable pour micro-ondes. Couvrez les poissons, les légumes, les plats cuisinés, les soupes. Ne recouvrez pas les gâteaux, les sauces, les pommes de terre en robe de chambre ni les pâtisseries.





## GUIDE DE DÉCONGÉLATION

- Ne pas décongeler de viande couverte. Le fait de couvrir la viande peut entraîner sa cuisson. Toujours retirer les emballages et les couvercles. Utiliser uniquement des récipients adaptés aux micro-ondes.
- Commencer la décongélation d'un poulet entier en le positionnant les ailes tournées vers le plat. Commencer la décongélation d'un rôti la face grasse tournée vers le plat.
- La forme des aliments modifie leur temps de décongélation. Les formes rectangulaires fines décongèlent plus rapidement qu'un bloc épais.
- Au bout du tiers du temps de décongélation, vérifiez les aliments. Il peut s'avérer nécessaire de retourner, découper, redispser ou retirer des portions déjà décongelées.
- Pendant la décongélation, le four vous invitera à retourner les aliments. À ce moment, ouvrez la porte du four et vérifiez les aliments. Suivez les techniques décrites ci-dessous pour obtenir les meilleurs résultats de décongélation. Fermez ensuite la porte du four et appuyez sur le bouton DÉPART pour terminer la décongélation.
- Une fois décongelés, les aliments doivent être froids et uniformément ramollis. S'ils sont encore légèrement gelés, remettez-les dans le four pour quelques instants ou laissez-les à l'air libre quelques minutes. Une fois décongelés, laissez les aliments à l'air libre 5 à 60 minutes s'il reste des parties gelées. Les volailles et les poissons peuvent être placés sous le robinet pour terminer leur décongélation.
  - ⇒ **Retournez** : rôtis, côtes, poulets entiers, escalopes de dinde, hot-dogs, saucisses, steaks ou côtelettes.
  - ⇒ **Redispsez** : steaks découpés ou séparés, côtelettes, hamburger, viande hachée, morceaux de poulet ou fruits de mer, morceaux de viande, par exemple des cubes de bœuf.
  - ⇒ **Protégez** : utilisez de petites bandes de papier aluminium pour protéger les parties fines ou les coins des aliments non uniformes, par exemple des cuisses de poulet. Pour empêcher la formation d'un arc électrique, ne permettez pas à la feuille de s'approcher à moins de 2,5 cm des parois ou de la porte du four.
  - ⇒ **Retirez** : pour empêcher qu'elles ne cuisent, les parties décongelées doivent être retirées du four. Cela permet de réduire le temps de décongélation des aliments pesant moins de 1350 g.







## TABLEAU DE DÉCONGÉLATION

Plat et poids	Temps de décongélation	Temps de repos	Techniques spéciales
<b>BŒUF</b> Bœuf haché 454 g	10-12 mn	15-20 mn	Découpez et retirez les parties décongelées avec une fourchette.
Viande en sauce 675 g	9-11 mn	25-30 mn	Séparez et redispsez une fois.
Rôti de longe 900 g	15-18 mn	45-60 mn	Retournez à mi-cuisson. Protégez si nécessaire.
4 boulettes (110 g)	7-8 mn	15-20 mn	Retournez à mi-cuisson.
<b>PORC</b> Rôti de longe 900 g	15-16 mn	45-60 mn	Retournez à mi-cuisson. Protégez si nécessaire.
Travers 450g	6-7 mn	25-30 mn	Séparez et redispsez une fois.
4 côtelettes (125 g)	7-8 mn	25-30 mn	Séparez et retournez une fois.
Porc haché 450 g	9-10 mn	15-20 mn	Découpez et retirez les parties décongelées avec une fourchette.
<b>VOLAILLE</b> Poulet entier 1125 g	20-22 mn	45-90 mn	Cassez la partie retournée. Retournez à mi-cuisson. Protégez si nécessaire.
Escalope de poulet 450 g	9-10 mn	15-30 mn	Séparez et redispsez une fois.
Poulet à rôtir (morceau) 900 g	12-14 mn	25-30 mn	Séparez et redispsez une fois.
Cuisses de poulet 675 g	12-14 mn	15-30 mn	Séparez et redispsez une fois.
<b>POISSON ET FRUITS DE MER</b> Whole Fish 1lb./450g	6-7 mn	15-20 mn	Retournez à mi-cuisson. Protégez si nécessaire
Filets de poisson 675 g	7-8 mn	15-20 mn	Séparez et retournez une fois.
Crevettes 225 g	3-4 mn	10-15 mn	Séparez et redispsez une fois.

\* Les temps sont approximatifs car les températures de congélation varient.





## TABLEAU DE CUISSON ET DE RÉCHAUFFAGE

Plat	Niveau de puissance	Temps de cuisson par 450 g		
<b>VIANDE</b>				
<b>Bœuf</b>				
Roulé / à plat - saignant	P-80	9-11 mn		
- à point	P-80	10-12 mn		
- bien cuit	P-80	12-14 mn		
Bœuf haché (pour préparation)	P-HI	5-7 mn		
Hamburgers, frais ou décongelés (100 g chacun) 2 boulettes	P-HI	3-5 mn		
4 boulettes	P-HI	4-6 mn		
<b>Porc</b>				
Longe, cuisse	P-80	13-16 mn		
Bacon 4 tranches	P-HI	2-3 mn		
Bacon 6 tranches	P-HI	3-4 mn		
<b>REMARQUE :</b> Les temps ci-dessus ne sont donnés qu'à titre indicatif. Des différences sont possibles en fonction des goûts et des préférences de chacun. Les durées peuvent varier en raison de la forme, de la découpe et de la composition de la viande.				
<b>VOLAILLE</b>				
<b>Poulet</b>				
Entier	P-HI	8-10 mn		
Cuisse (avec os)	P-80	6-8 mn		
Morceaux	P-80	7-9 mn		
<b>Dinde</b>				
Entière	P-HI	10-12 mn		
<b>REMARQUE :</b> Les temps ci-dessus ne sont donnés qu'à titre indicatif. Des différences sont possibles en fonction des goûts et des préférences de chacun. Les durées peuvent varier en raison de la forme, de la découpe et de la composition de la viande.				
<b>POISSON FRAIS</b>				
Plat	Niveau de puissance	Temps de cuisson par 450 g	Méthode	Méthode
Filets de poisson	P-HI	4-6 mn	Ajouter 15-30 ml (1-2 cuil. à soupe)	2-3 mn
Maquereau entier Lavé et préparé	P-HI	4-6 mn	-	3-4 mn
Truite entière Lavée et préparée	P-HI	5-7 mn	-	3-4 mn
Steaks de saumon	P-HI	5-7 mn	Ajouter 15-30 ml (1-2 cuil. à soupe)	3-4 mn
Plat	Niveau de puissance	Temps de cuisson	Temps de repos	
Lasagnes 1 portion (300 g)	P-HI	5-7 mn	Placez les lasagnes dans un plat adapté aux micro-ondes. Couvrez avec un film plastique et aérez.	
Plat préparé 1 assiette 4 assiettes	P-HI P-HI	1 1/2 -3 mn 5-7 mn	Cuissez dans un récipient recouvert allant au four à micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.	
Purée de pommes de terre 1 assiette 4 assiettes	P-HI P-HI	2-3 mn 6-8 mn	Cuissez dans un récipient recouvert allant au four à micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson	
Haricots sauce tomate 1 assiette	P-HI	2-3 mn	Cuissez dans un récipient recouvert allant au four à micro-ondes. Mélangez une fois à mi-cuisson.	





Plat	Niveau de puissance	Temps de cuisson	Temps de repos
Raviolis ou pâtes en sauce 1 assiette 4 assiettes	P-HI P-HI	3-4 mn 8-11 mn	Cuisez dans un récipient recouvert allant au four à micro-ondes Mélangez une fois à mi-cuisson.
Sandwich 1	P-HI	20-30 s	Enveloppez dans une serviette en papier et placez dans un plat en verre adapté aux micro-ondes. <b>* Remarque : Ne pas utiliser de serviettes en papier recyclé.</b>

## TABLEAU DES LÉGUMES

\* Remarque : Utilisez le four à puissance P-HI sauf si indication contraire.

LÉGUMES	QUANTITÉ	DURÉE	INSTRUCTIONS SPÉCIALES
<b>Asperges</b> Pointes fraîches Pointes surgelées	450 g paquet de 280 g	5-8 mn 4-7 mn	Dans un récipient moyen, versez 1/4 tasse d'eau. Dans un récipient moyen.
<b>Haricots</b> Verts frais Verts surgelés De lima surgelés	450 g coupés en 2 paquet de 280 g paquet de 280 g	10-15 mn 5-8 mn 4-7 mn	Dans un récipient moyen, versez 1/2 tasse d'eau. Dans un récipient moyen, versez 2 cuil. à soupe d'eau. Dans un récipient moyen, versez 1/4 de tasse d'eau.
<b>Betteraves</b> Fraîches, entières	1 poignée/560-680g	16-22 mn	Dans un récipient moyen, versez 1/2 tasse d'eau.
<b>Brocolis</b> Frais Fleurettes fraîches	1 poignée/560-680g 1 bouquet /560-680g	5-9 mn 7-11 mn	Dans un grand récipient, versez 1/2 tasse d'eau. Dans un grand récipient, versez 1/2 tasse d'eau.
Morceaux surgelés Fleurettes surgelées	paquet de 280 g paquet de 280 g	4-7 mn 4-7 mn	Dans un récipient moyen. Dans un récipient moyen, versez 3 cuil. à soupe d'eau.
<b>Chou</b> Frais	1 tête moyenne (900 g)	6-10 mn 5-9 mn	Dans un grand récipient, versez 1/4 tasse d'eau. Dans un grand récipient, versez 1/4 tasse d'eau.
<b>Carottes</b> Fraîches, en rondelles Surgelées	450 g paquet de 280 g	4-8 mn 4-7 mn	Dans un grand récipient, versez 1/2 tasse d'eau. Dans un récipient moyen, versez 2 cuil. à soupe d'eau.
<b>Chou-fleur</b> Fleurettes	1 tête moyenne (environ 900 g)	7-11 mn	Dans un grand récipient, versez 1/2 tasse d'eau.
Frais	1 tête moyenne (environ 900 g)	7-15 mn	Dans un grand récipient, versez 1/2 tasse d'eau.
Surgelé	paquet de 280 g	3-7 mn	Dans un récipient moyen, versez 2 cuil. à soupe d'eau.
<b>Maïs</b> Grains surgelés	paquet de 280 g	2-6 mn	Dans un récipient moyen, versez 2 cuil. à soupe d'eau.





LÉGUMES	QUANTITÉ	DURÉE	INSTRUCTIONS SPÉCIALES
<b>Épis de maïs</b> Frais	1-5 épis	(par épis) 1 1/4 -4mn	Dans un grand plat en verre, placez les épis. Si le maïs n'est pas décortiqué, n'utilisez pas d'eau ; sinon, versez 1/4 tasse d'eau. Redispensez le maïs à mi-cuisson. Placez dans un grand plat large en verre. Couvrez avec un film plastique aéré. Redispensez le maïs à mi-cuisson.
Surgelés	1 épi 2-6 épis	3-6 mn 2-3 mn	
<b>Légumes écrasés</b> Surgelé	paquet de 280	2-6 mn	Dans un récipient moyen, versez 3 cuil. à soupe d'eau.
<b>Pois</b> Frais, écosés	450 g non écosés	7-10 mn	Dans un récipient moyen, versez 1/4 tasse d'eau.
Surgelés	paquet de 280 g	2-6 mn	Dans un récipient moyen, versez 2 cuil. à soupe d'eau.
<b>Pommes de terre</b> Fraîches, découpés, blanches	4 pommes de terre (160-220 g chacune)	9-12 mn	Épluchez et coupez-les en cubes de 2,5 cm. Disposez-les dans un grand récipient avec 1/2 tasse d'eau. Mélangez à mi-cuisson. Percez avec une fourchette. Placez dans le four, espacées de 2,5 cm, de façon circulaire. Laissez reposer 5 minutes.
Fraîches, entières sucrées ou blanches	1 (160-220)	2-4 mn	
<b>Épinards</b> fresh	10-16 oz./280-450g	3-6 mn	In large casserole, place washed spinach. In medium casserole, place 3 tbsp water.
frozen, chopped, and leaf	10-oz./280g package	3-6 mn	
<b>Squash</b> Fraîches, d'été et jaune	450 g en tranches	3-5 mn	Dans un grand récipient, versez 1/4 tasse d'eau. Coupez les courges en deux et retirez les membranes fibreuses. Placez les courges dans un grand plat en verre, la partie découpée vers le plat. Retournez après 4 minutes.
D'hiver, poivrées ou musquées	1-2 courges (environ 450 g chacune)	5-9 mn	





**Traitement des appareils électriques et électroniques en fin de vie (applicable dans les pays de l'union européenne et aux autres pays européens disposant de systèmes de collecte sélective).**

Ce symbole, apposé sur le produit ou sur son emballage, indique que ce produit ne doit pas être traité avec les déchets ménagers. Il doit être remis à un point de collecte approprié pour le recyclage des équipements électriques et électroniques. En s'assurant que ce produit est bien mis au rebus de manière appropriée, vous aiderez à prévenir les conséquences négatives potentielles pour l'environnement et la santé humaine. Le recyclage des matériaux aidera à conserver les ressources naturelles. Pour toute information supplémentaire au sujet du recyclage de ce produit, vous pouvez consulter votre municipalité, votre déchetterie ou le magasin où vous avez acheté le produit.



## INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

L'usage de tout appareil électrique implique certaines précautions de base pour la sécurité, notamment:

**ATTENTION** - Pour réduire les risques de brûlure, d'électrocution, d'incendie, d'exposition aux micro-ondes ou autres dommages corporels:

1. Lisez toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil.
2. Lisez et respectez les "conseils de sécurité pour éviter toute exposition aux micro-ondes" figurant en page 1.
3. Cet appareil doit être mis à la terre. Ne le branchez que si votre installation électrique est appropriée.
4. Installez et placez cet appareil dans un lieu conforme aux instructions d'installation ci-jointes.
5. Certains produits, tels que les œufs et les récipients clos (ex: bocal de verre fermé) risquent d'exploser et ne doivent pas être chauffés dans ce four.
6. N'utilisez cet appareil que pour l'usage auquel il est destiné, décrit dans ce manuel.
7. Comme pour tout appareil il doit être régulièrement contrôlé, s'il est utilisé par des enfants.
8. Ne faites pas fonctionner le four si le cordon d'alimentation ou la prise sont abîmés, s'il ne fonctionne pas normalement ou à la suite d'un endommagement ou d'une chute.
9. Cet appareil ne doit être réparé que par le personnel de dépannage compétent. Contactez le service de dépannage le plus proche pour toute révision, réparation ou réglage.
10. Aucune ouverture de l'appareil ne doit être couverte ou bloquée.
11. N'utilisez pas cet appareil à l'extérieur.
12. Ne placez jamais le cordon d'alimentation ou la prise dans l'eau.
13. Eloignez le cordon d'alimentation de toute surface chaude.
14. Ne laissez pas traîner le câble au-dessus d'une table ou la prise dans l'eau.
15. Pour le nettoyage des surfaces de la porte et du four qui sont en contact lorsque l'appareil est fermé, n'utilisez que des détergents doux et non abrasifs et appliquez-les à l'aide d'une éponge ou d'un chiffon.
16. Pour réduire les risques d'incendie dans la cavité du four:
  - a) Ne laissez pas les aliments cuire trop longtemps. Surveillez soigneusement l'appareil si vous avez utilisé du papier, du plastique ou tout autre matière combustible pour faciliter la cuisson.
  - b) Retirez les attaches contenant du métal lorsque vous placez un sac de plastique dans le four.
  - c) Si les éléments placés dans le four s'enflamment, laissez la porte du four fermée, éteignez l'appareil et débranchez-le ou coupez le courant à l'interrupteur général.
17. N'utilisez pas ce four pour chauffer des produits chimiques corrosifs (notamment les sulfures et les chlorures). Les vapeurs de ces produits chimiques corrosifs risquent d'endommager les contacts et les ressorts des interrupteurs de sécurité, les mettant hors service.
18. Mélangez ou remuez le contenu des biberons et des petits pots pour bébés, et vérifiez-en la température pour éviter les brûlures. Il est préférable de ne pas laisser la tétine sur le biberon pendant le réchauffage afin d'éviter les risques de projection de liquide brûlant.
19. Si de la fumée s'échappe en quantité du four micro-ondes, indiquant que son contenu a pris feu, laissez la porte fermée, éteignez l'appareil et débranchez-le.
20. Si vous cuisez des aliments facilement brûlables (ex: Pop-corn), vérifiez la cuisson périodiquement pour prévenir les risques.
21. Attention aux jaillissements éventuels de liquides en ébullition lors de l'ouverture de la porte.



**DAEWOO ELECTRONICS S. A.**

277, rue de la Belle Etoile BP 50068  
95947 Roissy CDG Cedex  
Tel. : 01.41.59.92.00 Fax : 01.41.59.92.01