

GVP

BRANDS



Art. No. 2221409

Microwave Oven, Mikrovågsugn, Mikrobølgeovn
User manual, Användarhandbok, Bruksanvisning

PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY

Do not attempt to operate this oven with the door open since open-door operation can result in harmful exposure to microwave energy. It is important not to defeat or tamper with the safety interlocks.

Do not place any object between the oven front face and the door or allow soil or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.

Do not operate the oven if it is damaged. It is particularly important that the oven door close properly and that there is no damage to the :

- a. Door (bent).
- b. Hinges and latches (broken or loosened).
- c. Door seals and sealing surfaces.

The oven should not be adjusted or repaired by anyone except properly qualified service personnel.

EN

Environmentally-friendly treatment:

According to the EU Directive No 2002/96/EC concerning the products labeled with a symbol of a crossed trash can, the manufacturer warns that this product cannot be considered a standard domestic waste. By proper treatment, management and recycling of such waste the owner of the product prevents users from the potential negative consequences to health, which may be caused by inadequate management or disposal of such waste. For more information concerning recycling and management of the product, please contact your local government office for dangerous waste management, or the vendor from which you purchased the product.

Waste electrical products must not be disposed with household waste. This equipment should be taken to your local recycling centre for safe treatment.



CONTENTS

PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY 2

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS 4

SPECIFICATIONS 5

INSTALLATION 5

RADIO INTERFERENCE 5

MICROWAVE COOKING PRINCIPLES 6

GROUNDING INSTRUCTIONS 6

BEFORE YOU CALL FOR SERVICE 6

UTENSILS GUIDE 7

PART NAMES 7

CONTROL PANEL 8

Power/Action Selector..... 8

Timer Knob 8

Microwave Cooking 8

HOW TO SET THE OVEN CONTROLS 8

CLEANING AND CARE 9

INSTRUCTIONS FOR COOKING..... 9

WARM UP INSTRUCTIONS 10

DEFROST INSTRUCTIONS 11

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using electrical appliance basic safety precautions should be followed, including the following:

WARNING: To reduce the risk of burns, electric shock, fire, injury to persons or exposure to excessive microwave energy:

1. Read all instructions before using the appliance.
2. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use corrosive chemicals or vapors in this appliance. This type of oven is specifically designed to heat, cook or dry food. It is not designed for industrial or laboratory use.
3. Do not operate the oven when empty.
4. Do not operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly or if it has been damaged or dropped. If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer or its service agent or a similarly qualified person in order to avoid a hazard
5. **WARNING:** Only allow children to use the oven without supervision when adequate instructions have been given so that the child is able to use the oven in a safe way and understands the hazards of improper use.
6. To reduce the risk of fire in the oven cavity
 - When heating food in plastic or paper container, check the oven frequently to the possibility of ignition.
 - Remove wire twist-ties from paper or plastic bags before placing bag in oven.
 - If smoke is observed, switch off or unplug the appliance and keep the door closed in order to stifle any flames.
 - Do not use the cavity for storage purposes. Do not leave paper products, cooking utensils or food in the cavity when not in use
7. **WARNING:** When the appliance is operated in the combination mode, children should only use the oven under adult supervision due to the temperatures generated.
8. Microwave heating of beverage can result in delayed eruptive boiling, therefore care has to be taken when handle the container.
9. Do not fry food in the oven. Hot oil can damage oven parts and utensils and even result in skin burns.
10. Eggs in their shell and whole hard-boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode even after microwave heating has ended.
11. Pierce foods with heavy skins such as potatoes, whole squashes, apples and chestnuts before cooking.
12. The contents of feeding bottles and baby jars should be stirred or shaken and the temperature should be checked before serving in order to avoid burns.
13. Cooking utensils may become hot because of heat transferred from the heated food. Potholders may be needed to handle the utensil.
14. Utensils should be checked to ensure that they are suitable for use in microwave oven.
15. **WARNING:** It is hazardous for anyone other than a trained person to carry out any service or repair operation which involves the removal of any cover which gives protection against exposure to microwave energy.
16. This product is a Group 2 Class B ISM equipment. The definition of Group 2 which contains all ISM (Industrial, Scientific and Medical) equipment in which radio-frequency energy is intentionally generated and/or used in the form of electromagnetic radiation for the treatment of material, and spark erosion equipment. For Class B equipment is equipment suitable for use in domestic establishments and in establishments directly connected to a low voltage power supply network which supplies buildings used for domestic purpose.
17. **WARNING:** Liquid or other food must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.
18. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
19. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

SPECIFICATIONS*

*The above quoted values are subject to change, and verification by the user with data available on the name plate of the oven. Any complaint about errors of these values will be subject to oblivion.

Power Consumption	230 V~50 Hz, 1100 W (Microwave)
Rated Microwave Power Output	700 W
Operation Frequency	2450 MHz
Outside Dimensions (mm)	243(H)x446(W)x329(D)
Oven Cavity Dimensions(mm)	202(H)x301(W)x311(D)
Oven Capacity	20 L
Cooking Uniformity	Turntable System
Net Weight	Approx. 9,4 kg

INSTALLATION

1. Make sure that all the packing materials are removed from the inside of the door.
2. **WARNING:** Check the oven for any damage, such as misaligned or bent door, damaged door seals and sealing surface, broken or loose door hinges and latches and dents inside the cavity or on the door. If there is any damage, do not operate the oven and contact qualified service personnel.
3. This microwave oven must be placed on a flat, stable surface to hold its weight and the heaviest food likely to be cooked in the oven.
4. Do not place the oven where heat, moisture, or high humidity are generated, or near combustible materials.
5. For correct operation, the oven must have sufficient airflow. Allow 20cm of space above the oven, 10cm at back and 5cm at both sides. Do not cover or block any openings on the appliance. Do not remove feet.
6. Do not operate the oven without glass tray, roller support, and shaft in their proper positions.
7. Make sure that the power supply cord is undamaged and does not run under the oven or over any hot or sharp surface.
8. The socket must be readily accessible so that it can be easily unplugged in an emergency.
9. Do not use the oven outdoors.

RADIO INTERFERENCE

Operation of the microwave oven can cause interference to your radio, TV, or similar equipment.

When there is interference, it may be reduced or eliminated by taking the following measures:

1. Clean door and sealing surface of the oven. Reorient the receiving antenna of radio or television.
2. Relocate the microwave oven with respect to the receiver.
3. Move the microwave oven away from the receiver.
4. Plug the microwave oven into a different outlet so that microwave oven and receiver are on different branch circuits.

MICROWAVE COOKING PRINCIPLES

1. Arrange food carefully. Place thickest areas towards outside of dish.
2. Watch cooking time. Cook for the shortest amount of time indicated and add more as needed. Food severely overcooked can smoke or ignite.
3. Cover foods while cooking. Covers prevent spattering and help foods to cook evenly.
4. Turn foods over once during microwave cooking to speed cooking of such foods as chicken and hamburgers. Large items like roasts must be turned over at least once.
5. Rearrange foods such as meatballs halfway through cooking both from top to bottom and from the center of the dish to the outside.

GROUNDING INSTRUCTIONS

This appliance must be grounded. This oven is equipped with a cord having a grounding wire with a grounding plug. It must be plugged into a wall receptacle that is properly installed and grounded. In the event of an electrical short circuit, grounding reduces risk of electric shock by providing an escape wire for the electric current.

It is recommended that a separate circuit serving only the oven be provided. Using a high voltage is dangerous and may result in a fire or other accident causing oven damage.

WARNING Improper use of the grounding plug can result in a risk of electric shock.

Note:

1. If you have any questions about the grounding or electrical instructions, consult a qualified electrician or service person.
2. Neither the manufacturer nor the dealer can accept any liability for damage to the oven or personal injury resulting from failure to observe the electrical connection procedures.

The wires in this cable main are colored in accordance with the following code:

Green and Yellow = EARTH

Blue = NEUTRAL

Brown = LIVE

BEFORE YOU CALL FOR SERVICE

If the oven fails to operate:

1. Check to ensure that the oven is plugged in securely. If it is not, remove the plug from the outlet, wait 10 seconds, and plug it in again securely.
2. Check for a blown circuit fuse or a tripped main circuit breaker. If these seem to be operating properly, test the outlet with another appliance.
3. Check to ensure that the control panel is programmed correctly and the timer is set.
4. Check to ensure that the door is securely closed engaging the door safety lock system. Otherwise, the microwave energy will not flow into the oven.

IF NONE OF THE ABOVE RECTIFIES THE SITUATION, THEN CONTACT A QUALIFIED TECHNICIAN.

DO NOT TRY TO ADJUST OR REPAIR THE OVEN YOURSELF.

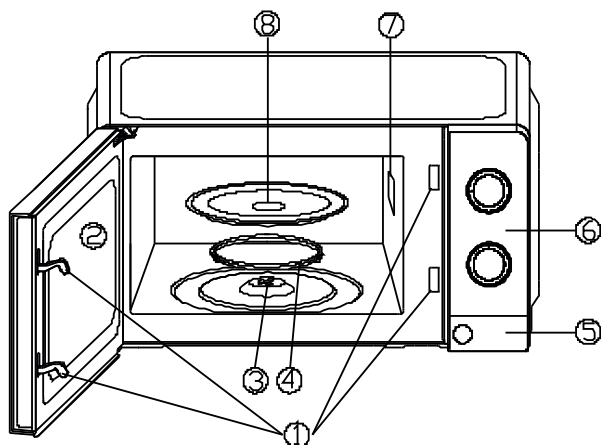
UTENSILS GUIDE

1. The ideal material for a microwave utensil is transparent to microwave, it allows energy to pass through the container and heat the food.
2. Microwave cannot penetrate metal, so metal utensils or dishes with metallic trim should not be used.
3. Do not use recycled paper products when microwave cooking, as they may contain small metal fragments which may cause sparks and/or fires.
4. Round /oval dishes rather than square/oblong ones are recommend, as food in corners tends to overcook.
5. Narrow strips of aluminum foil may be used to prevent overcooking of exposed areas. But be careful don't use too much and keep a distance of 1 inch (2.54 cm) between foil and cavity.
- 6.

The list below is a general guide to help you select the correct utensils.

COOKWARE	MICROWAVE
Heat-Resistant Glass	Yes
Non Heat-Resistant Glass	No
Heat-Resistant Ceramics	Yes
Microwave-Safe Plastic Dish	Yes
Kitchen Paper	Yes
Metal Tray	No
Metal Rack	No
Aluminum Foil & Foil Containers	No

PART NAMES



1. Door Safety Lock System
2. Oven Window
3. Shaft
4. Roller Ring
5. Door Release Button
6. Control Panel
7. Wave Guide (Please do not remove the mica plate covering the wave guide)
8. Glass Tray

CONTROL PANEL

The control panel consists of two function operators. One is a timer knob, and another a power knob.

POWER/ACTION SELECTOR

You use this operator knob to choose a cooking power level. It is the first step to start a cooking session.

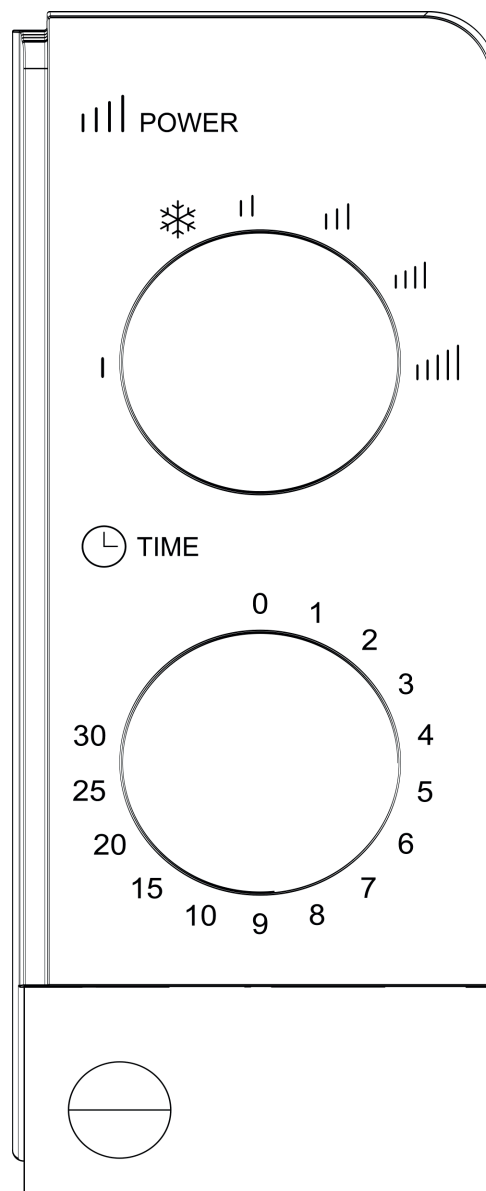
TIMER KNOB

Offers visual timing settings at easy turn of your thumb to select a desired cooking time up to 30 minutes per cooking session.

MICROWAVE COOKING

For pure microwave cooking, there are six power levels from which to choose one as best fit to do the job at hand. Power level increases with the knob turning clockwise. The power levels can be classified as the following:

	Power Output	Description
1	100%	HIGH
2	88%	M.HIGH
3	73%	MED
4	52%	M.LOW
5	42%	DEFROST
6	20%	LOW



HOW TO SET THE OVEN CONTROLS

To start cooking session,

1. Place food in oven and close the door.
2. Turn Power Selector to select a power level.
3. Use Timer knob to set a cooking time

NOTE:

As soon as the timer is turned, oven starts cooking. When selecting time for less than 2 minutes, turn timer past 2 minutes and then return to the correct time.

CAUTION:

ALWAYS RETURN TIMER BACK TO ZERO POSITION if food is removed from oven before the set cooking time is complete or when oven is not in use. To stop oven during cooking process, push the door release button or open the door by the handle.

CLEANING AND CARE

1. Turn off the oven and remove the power plug from the wall socket before cleaning.
2. Keep the inside of the oven clean. When food splatters or spilled liquids adhere to oven walls, wipe with a damp cloth. Mild detergent may be used if the oven gets very dirty. Avoid the use of spray and other harsh cleaners as they may stain, streak or dull the door surface.
3. The outside surfaces should be cleaned with a damp cloth. To prevent damage to the operating parts inside the oven, water should not be allowed to seep into the ventilation openings.
4. Wipe the door and window on both sides, the door seals and adjacent parts frequently with a damp cloth to remove any spills or splatters. Do not use abrasive cleaner.
5. Do not allow the control panel to become wet. Clean with a soft, damp cloth. When cleaning the control panel, leave oven door open to prevent oven from accidentally turning on.
6. If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe with a soft cloth. This may occur when the microwave oven is operated under high humidity condition. And it is normal.
7. It is occasionally necessary to remove the glass tray for cleaning. Wash the tray in warm sudsy water or in a dishwasher.
8. The roller ring and oven floor should be cleaned regularly to avoid excessive noise. Simply wipe the bottom surface of the oven with mild detergent. The roller ring may be washed in mild sudsy water or dishwasher. When removing the roller ring from cavity floor for cleaning, be sure to replace in the proper position.
9. Remove odors from your oven by combining a cup of water with the juice and skin of one lemon in a deep microwaveable bowl, microwave for 5 minutes. Wipe thoroughly and dry with a soft cloth.
10. When it becomes necessary to replace the oven light, please consult a dealer to have it replaced.
11. The oven should be cleaned regularly and any food deposits removed. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous.
12. Please do not dispose this appliance into the domestic rubbish bin; it should be disposed to the particular disposal center provided by the municipalities.

INSTRUCTIONS FOR COOKING

COOKING

1. For bigger quantities of the food, you will need a longer cooking time.
2. Cooking time will be a shorter for food stored on the normal room temperature than from refrigerator.
3. If you are cooking a few particles of the same food type and size, put food particles on the plate into a circle .
4. If your food contains a husk, please make a puncture with a pick.
5. If you are cooking a different particles size of the same food type, put smaller particles of the food into center on the cooking plate.
6. After cooking, leave a food a few minutes before serving (see tables).

WARMING UP

1. The best results you can succeed if you put a thin food particles into center of the cooking plate and bigger particles put out of the center.
2. When you warming up vegetables or sauces, our recommendation is to stir up once at least, to allow good warmth distribution.
3. For shorter warming up time and to keep food fresh and damply, our recommendation is to put cover on the dish (see tables).
4. During the warming up of the thicker meat slices, put each meat slice separately. A smaller meat slices, you can put more closely.
5. After warm up, leave a food a few minutes before serving (see tables).

DEFROSTING

1. Packed frozen food (in PVC foil, paper packing) you can put unpacked into microwave oven directly. Do not put packing with metal parts only!
2. The shape of the packing has affect on defrost time. Food with a thin packing will have a shorter defrosting time.
3. Put a bigger food particles on the plate separately, because defrosting time will be a shorter.
4. The big food particles you need to turn round after a half defrosting time run up.
5. After defrosting, leave a food a few minutes before serving (see tables).

INSTRUCTIONS FOR COOKING

FOOD TYPE	WEIGHT	POWER OUTPUT	COOKING TIME	TIME BEFORE SERVING	RECOMMENDATIONS
Chicken	800-1000 g	High (100%)	18-20 min	5-10 min	Stir up once at least. Check that cooking sauce is clear after cooking finishing.
Chicken slice or particles	500 g	High (100%)	8-10 min	5 min	Check that cooking sauce is clear after cooking finishing.
Meat loaf	600-700 g	Medium high (85%)	12-14 min	5 min	
Bacon	150 g	High (100%)	3-4 min	1-2 min	Put on the kitchen paper in 2-3 layers. Cover with kitchen paper.
Fish (a whole)	600 g	Medium high (85%)	8-9 min	4-5 min	Remove a skin. Make cooking in dish with cover.
Fish slice, Meat slice	400 g	Medium (85%)	5-6 min	2-3 min	Put smaller particles of the food into center on the cooking plate. Make cooking in dish with cover.
Fresh vegetables	300 g	High (100%)	3-4 min	1-2 min	Make cooking in dish with cover. Add 200 ml of the fresh water.
Frozen vegetables	250-400 g	High (100%)	3-4 min 5-6 min	1-2 min	Make cooking in dish with cover.
Potato with husk	1 pcs 4 pcs	High (100%)	4-6 min 12-15 min	2 min 5 min	Make a puncture with a pick or fork (1 pcs=250g). Stir up once at least

WARM UP INSTRUCTIONS

FOOD TYPE	WEIGHT	POWER OUTPUT	COOKING TIME	TIME BEFORE SERVING	RECOMMENDATIONS
Meal in the plate	300 g 450 g	High (100%)	3-4 min 4-5 min	1-2 min	Make cooking in dish with cover.
Rise	2 dl 6 dl	High (100%)	1-2 min 3-4 min	1 min 2 min	Make cooking in dish with cover.
Meat dumplings	250 g	High (100%)	2 min	1-2 min	Warm up in open dish (do not cover)
Hot dog	1 pcs 2 pcs	Medium high (85%)	1/2-1 min 1-1 1/2 min	1 min	
Lasagna	500 g	Medium high (85%)	5-6 min	2-3 min	
Drink	2 dl	High (100%)	1-1 1/2 min	1 min	To avoid boiling, put a small teaspoon into a cup.
Soups	2 1/2 dl	High (100%)	2-2 1/2 min	1 min	Warm up in open and depth dish (do not cover)
Vegetable and sauces	2 1/2 dl	High (100%)	2 1/2 -3 min	1 min	Do not fill a pot more than 3/4 of container volume. Stir up once at least

DEFROST INSTRUCTIONS

FOOD TYPE	WEIGHT	POWER OUTPUT	COOKING TIME	TIME BEFORE SERVING	RECOMMENDATIONS
Grill meat	800-1000 g	Defrosting	20-22 min	10-15 min	Stir up once at least.
Mince meat	500 g	Defrosting	8-10 min	5 min	Stir up once at least. Divide defrosted particles.
Meat dumplings, cutlet, steak	500 g	Defrosting	7-9 min	5-10 min	Stir up once at least.
Chicken particles	1200 g	Defrosting	25 min	10-15 min	Stir up once at least.
Chicken or fillets	500 g	Defrosting	7-9 min	5-10 min	Stir up once at least. Protect wings and legs of the chicken with foil to avoid overheating.
Fish	600 g	Defrosting	8-10 min	5-10 min	To avoid boiling, put a small teaspoon into a cup.
Fish fillet, steak	400 g	Defrosting	6-7 min	5 min	Do not fill a pot more than 3/4 of container volume.
Bread	500 g	Defrosting	4-6 min	5 min	Warm up in open and depth dish (do not cover)
Baking	4 pcs. (150-200 g)	Defrosting	1 1/2-2 min	2-3 min	Warm up in open and depth dish (do not cover)
Fruits	200 g	Defrosting	2-3 min	2-3 min	Warm up in open and depth dish (do not cover)

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER FÖR ATT UNDVIKA EVENTUELL EXPONERING FÖR MIKROVÅGSENERGI

Försök inte använda ugnen med öppen lucka eftersom drift med öppen lucka kan leda till skadlig exponering för mikro vågseenergi. Det är viktigt att inte manipulera eller förstöra säkerhetsspärrarna.

Placera inga föremål mellan ugnens framsida och luckan, och låt inte smuts eller rester av rengöringsmedel ansamlas på tätningssytor.

Använd inte ugnen om den är skadad. Det är särskilt viktigt att ugnsluckan stängs ordentligt och att det inte finns några skador på

- a. luckan (böjd)
- b. gångjärn och spärrar (trasiga eller lossade)
- c. luckans tätningar och tätningssytor.

Ugnen får inte justeras eller repareras av någon annan än behörig servicepersonal.

Miljövänlig hantering:

Enligt EU-direktiv nr 2002/96/EG gällande produkter som är märkta med en symbol med en överkryssad soptunna varnar tillverkaren för att denna produkt inte kan betraktas som vanligt hushållsavfall. Genom rätt hantering och återvinning av sådant avfall förhindrar produktens ägare att användarna får potentiella negativa konsekvenser för hälsan som kan orsakas av olämplig hantering eller bortskaffande av sådant avfall. Om du vill ha mer information om återvinning och hantering av produkten kontaktar du den lokala myndighet som ansvarar för hantering av farligt avfall eller den leverantör som du köpte produkten från.

Avfall som utgörs av elektriska produkter får inte slängas i hushållssoporna. Den här utrustningen ska tas till din lokala återvinningscentral för säker behandling.



INNEHÅLL

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER FÖR MIKROVÅGSENERGI.....	2
VIKTIGA SÄKERHETSFÖRESKRIFTER	4
SPECIFIKATIONER	5
INSTALLATION	5
RADIOSTÖRNINGAR	5
PRINCIPER FÖR TILLAGNING I MIKROVÅGSUGN	6
ANVISNINGAR FÖR JORDNING.....	6
INNAN DU RINGER TILL SERVICE	6
GUIDE TILL KOKKÄRL	7
DELARNAS NAMN	7
REGLAGEPANEL	8
Effektväljare	8
Timervred	8
Tillagning i mikrovågsugn	8
HUR DU STÄLLER IN UGNENS REGLAGE	8
RENGÖRING OCH SKÖTSEL	9
ANVISNINGAR FÖR TILLAGNING	9
ANVISNINGAR FÖR UPPVÄRMNING	10
ANVISNINGAR FÖR UPPTINING	11

VIKTIGA SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

När elektrisk utrustning används ska grundläggande säkerhetsåtgärder följas, inklusive följande:

VARNING: För att minska risken för brännskador, elektriska stötar, brand, personskador eller exponering för överdriven mikrovågsenergi:

1. Läs alla anvisningar innan du använder enheten.
2. Den här enheten ska endast användas för sitt avsedda ändamål enligt beskrivningen i den här handboken. Använd inte frätande kemikalier eller ångor i enheten. Denna typ av ugn är specifikt konstruerad för att värma, tillaga eller torka mat. Den är inte avsedd för industriell användning eller laboratorieanvändning.
3. Kör inte ugnen när den är tom.
4. Använd inte enheten om den har en skadad sladd eller stickkontakt, om den inte fungerar som den ska eller om den har skadats eller tappats. Om nätsladden är skadad måste den bytas ut av tillverkaren eller dess serviceombud eller annan behörig person för att undvika fara.
5. **VARNING:** Låt endast barn använda ugnen utan tillsyn när tillräckliga anvisningar har getts så att barnet kan använda ugnen på ett säkert sätt och förstår riskerna med felaktig användning.
6. För att minska risken för brand i ugnsutrymmet
 - När du värmer mat i plast- eller pappersbehållare ska du kontrollera ugnen ofta då det finns risk för antändning.
 - Ta bort påsförslutare från pappers- eller plastpåsar innan du lägger påsen i ugnen.
 - Om du ser rök ska du stänga av enheten eller dra ur stickkontakten och hålla luckan stängd för att kväva eventuella lågor.
 - Använd inte ugnsutrymmet till förvaring. Lämna inte pappersprodukter, kokkärl eller mat i ugnen när den inte används.
7. **VARNING:** När enheten används i kombinationsläget får barn endast använda ugnen under övervakning av vuxna på grund av de höga temperaturer som genereras.
8. Mikrovågsuppvärmning av dryck kan resultera i fördröjd eruptiv kokning, därför måste försiktighet iakttas när behållaren hanteras.
9. Stek inte mat i ugnen. Het olja kan skada ugnens delar och kokkärl samt till och med orsaka brännskador på huden.
10. Ägg i sina skal och hela hårdkokta ägg bör inte värmas i mikrovågsugnar eftersom äggen kan explodera även efter att mikrovågsuppvärmningen har upphört.
11. Stick hål på matvaror med tjocka skal som potatis, hel squash, äpplen och kastanjer före tillagning.
12. Innehållet i nappflaskor och barnmatsburkar bör omröras eller skakas, och temperaturen ska kontrolleras före servering för att undvika brännskador.
13. Kokkärlen kan bli heta på grund av värmen som överförs från den uppvärmda maten. Grytlappar kan behövas för att hantera kokkärl.
14. Kokkärl bör kontrolleras för att säkerställa att de är lämpliga att använda i mikrovågsugn.
15. **VARNING:** Det är farligt för andra än utbildade personer att utföra service- eller reparationsarbeten som innebär att man tar bort höljen som skyddar mot exponering för mikrovågsenergi.
16. Denna produkt är en ISM-utrustning i grupp 2 klass B. Definitionen av grupp 2 som innehåller all ISM-utrustning (industriell, vetenskaplig och medicinsk) där radiofrekvent energi avsiktligt genereras och/eller används i form av elektromagnetisk strålning för behandling av material, och utrustning för gnisterosion. Utrustning i klass B är utrustning som är lämplig för användning i hemmiljö och i anläggningar som är direkt anslutna till ett lågspänningsnät som strömförser bostadshus.
17. **VARNING:** Vätska eller annan mat får inte värmas upp i förseglade behållare eftersom de riskerar att explodera.
18. Enheten är inte avsedd att användas av personer (inklusive barn) med nedsatta fysiska, sensoriska eller mentala förmågor, eller av personer som inte har kunskap om enheten, såvida användaren inte övervakas eller fått anvisningar om hur enheten används av en person som ansvarar för användarens säkerhet.
19. Barn ska övervakas så att de inte leker med enheten.

SPECIFIKATIONER*

*Det nedan citerade kan komma att ändras kraftigt, och bör verifieras av användaren mot tillgängliga data på ugnens typskylt. Eventuella klagomål på fel i dessa kommer att ignoreras.

Strömförbrukning	230 V ~50 Hz, 1 100 W (mikrovåg)
Klassad mikrovågseffekt	700 W
Driftfrekvens	2 450 MHz
Ytermått (mm)	243 (H) x 446 (B) x 329 (D)
Ugnsutrymmets mått (mm)	202 (H) x 301 (B) x 311 (D)
Ugnens volym	20 L
Likformig tillagning	Roterande tallrik
Nettovikt	cirka 9,4 kg

INSTALLATION

1. Se till att allt förpackningsmaterial tagits bort från luckans insida.
2. **VARNING:** Kontrollera ugnen med avseende på skador, såsom skev eller böjd lucka, skadade lucktätningar och tätningssytor, trasiga eller lösa gångjärn och spär-rar i luckan, samt bucklor i utrymmet eller på luckan. Om det finns några skador ska du inte använda ugnen utan kontakta kvalificerad servicepersonal.
3. Denna mikrovågsugn måste placeras på en plan, stabil yta som kan bära upp dess vikt inklusive den tyngsta mat som sannolikt kommer att tillagas i ugnen.
4. Placera inte ugnen på en plats där värme, fukt eller hög luftfuktighet genereras, eller nära brännbara material.
5. För att ugnen ska fungera korrekt måste den ha tillräckligt luftflöde. Se till att det finns 20 cm utrym-me ovanför ugnen, 10 cm bakom och 5 cm på båda sidorna. Täck inte över eller blockera några öppningar på enheten. Ta inte bort fötterna.
6. Använd inte ugnen om inte glastallriken, rullringen och axeln är i sina rätta lägen.
7. Se till att nätsladden är oskadad och inte ligger under ugnen eller över någon het eller skarp yta.
8. Eluttaget måste vara lättåtkomligt så att kontakten enkelt kan dras ur i en nödsituation.
9. Använd inte ugnen utomhus.

RADIOSTÖRNINGAR

Användning av mikrovågsugnen kan orsaka störningar i din radio, tv eller liknande utrustning.

Om störningar förekommer kan de minskas eller elimineras genom att vidta följande åtgärder:

1. Rengör ugnens lucka och tätningssyta. Rikta om motta-garantennen på radion eller tv:n.
2. Flytta mikrovågsugnen i förhållande till mottagaren.
3. Flytta mikrovågsugnen bort från mottagaren.
4. Anslut mikrovågsugnen till ett annat eluttag så att mik-rovågsugnen och mottagaren sitter i olika grenkretsar.

PRINCIPER FÖR TILLAGNING I MIKROVÅGSUGN

1. Placera maten noggrant. Lägg de tjockaste delarna mot fatets ytterkant.
2. Iaktta tillagningstiden. Tillaga under den kortaste tid som anges och förläng tiden efter behov. Mat som kraftigt övertillagas kan börja ryka eller antändas.
3. Täck över den mat som tillagas. Lock förhindrar stänk och bidrar till att maten tillagas jämnt.
4. Vänd på maten en gång under mikrovågstillagningen för att påskynda tillagningen av sådana livsmedel som kyckling och hamburgare. Stora livsmedel som stekar måste vändas minst en gång.
5. Flytta runt livsmedel som köttbullar efter halva tillagningstiden, både uppifrån och ned och från mitten av fatet till dess ytterkant.

ANVISNINGAR FÖR JORDNING

Den här enheten måste vara jordad. Den här ugnen är utrustad med en jordad sladd med en jordkontakt. Den måste anslutas till ett vägguttag som är korrekt installerat och jordat. I händelse av en kortslutning minskar jordningen risken för elektriska stötar genom att leda strömmen en snabbare väg till jord.

Vi rekommenderar att en separat krets tillhandahålls som endast används till ugnen. Användning av hög spänning är farlig och kan leda till brand eller annan olycka som kan skada ugnen.

WARNING! Felaktig användning av jordkontakten kan leda till risk för elektriska stötar.

Obs!

1. Om du har några frågor om jordningen eller elanvisningarna ska du kontakta en behörig elektriker eller servicepersonal.
2. Varken tillverkaren eller återförsäljaren kan påta sig något ansvar för skador på ugnen eller personskador som uppstår till följd av underlåtenhet att följa procedurerna för elanslutning.

Ledarna i den här kabeln är färgmärkta enligt följande:

Grön och gul = SKYDDSJORD

Blå = NEUTRAL

Brun = FASLEDARE

INNAN DU RINGER TILL SERVICE

Om ugnen inte fungerar:

1. Kontrollera att ugnen är ordentligt ansluten. Är den inte det ska du dra ur kontakten från eluttaget, vänta 10 sekunder och sätta i kontakten igen ordentligt.
2. Undersök om det finns en trasig säkring eller om huvudströmbrytaren löst ut. Om dessa verkar fungera testar du uttaget med en annan apparat.
3. Kontrollera att reglagepanelen är korrekt programmerad och att timern är inställd.
4. Kontrollera att luckan är ordentligt stängd så att säkerhetsspärssystemet är aktiverat. Annars flödar inte mikrovågsenergin in i ugnen.

OM INGET AV OVANSTÅENDE LÖSER PROBLEMET SKA DU KONTAKTA EN BEHÖRIG TEKNIKER.
FÖRSÖK INTE JUSTERA ELLER REPARERA UGNEN SJÄLV.

GUIDE TILL KOKKÄRL

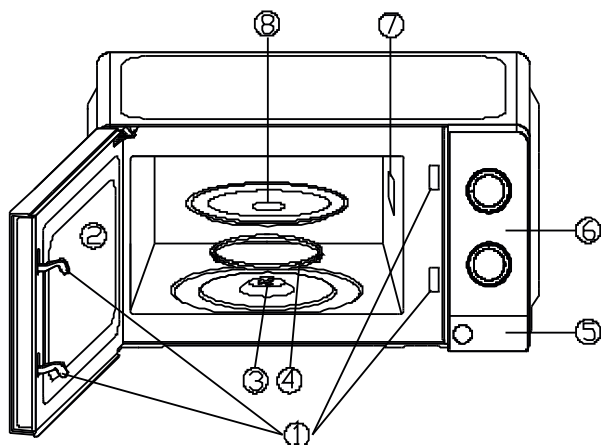
1. Det idealiska materialet för ett mikrovågskokkärl släpper igenom mikrovågorna och låter energin passera genom behållaren och värma upp maten.
2. Mikrovågor kan inte tränga igenom metall, så kärl eller fat med metalldetaljer bör inte användas.
3. Använd inte återvunna pappersprodukter när du tillagar mat i mikrovågsugn, eftersom de kan innehålla små metallfragment som kan orsaka gnistor och/eller bränder.
4. Vi rekommenderar runda/ovala fat i stället för fyrkantiga/avlånga fat, eftersom mat i hörn tenderar att bli övertillagad.
5. Smala remsor av aluminiumfolie kan användas för att förhindra överkokning av utsatta delar. Men var försiktig.
6. Använd inte för mycket och lämna ett avstånd på ca 2,5 cm mellan folien och ugnsväggen.

Listan nedan är en allmän guide som hjälper dig att välja rätt kokkärl.

KÖKSREDSKAP	MIKROVÅGSUGN
Värmebeständigt glas	Ja
Ej värmebeständigt glas	Nej
Värmebeständig keramik	Ja
Mikrovågståligt plastkärl	Ja
Hushållspapper	Ja
Metallbricka	Nej
Metallställning	Nej
Aluminiumfolie och foliebehållare	Nej

SV

DELARNAS NAMN



1. Luckans säkerhetssystem
2. Ugnsfönster
3. Axel
4. Rullring
5. Lucköppningsknapp
6. Reglagepanel
7. Vågledare (Ta inte bort mica-plattan som täcker vågledaren)
8. Glastallrik

REGLAGEPANEL

Reglagepanelen består av två funktionsväljare. Med det ena vredet ställer du in tid och med det andra väljer du effekt.

EFFEKTVÄLJARE

Med det här vredet väljer du en effektnivå för tillagningen. Det är det första steget när du ska starta en tillagningsomgång.

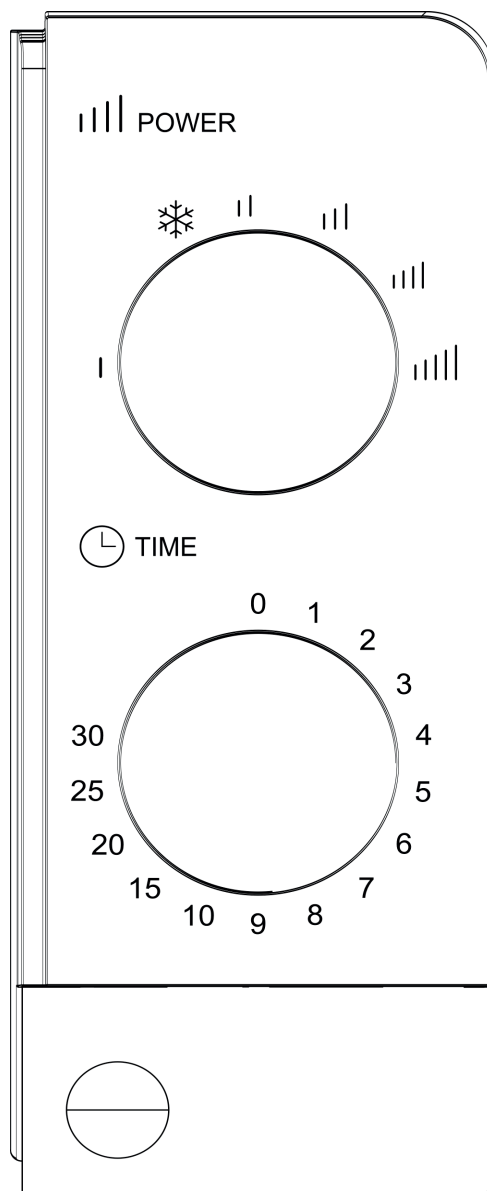
TIMERVRED

Ger dig en visuell inställning av tiden. Med en enkel vridning kan du välja önskad tillagningstid upp till 30 minuter per tillagningsomgång.

TILLAGNING I MIKROVÅGSUGN

För mikrovågstillagning finns det sex effektnivåer, så att du kan välja den som passar bäst för uppgiften. Effektnivån ökar vartefter vredet vrids medurs. Effektnivåerna kan klassificeras enligt följande:

	Uteffekt	Beskrivning
1	100 %	HÖG
2	88 %	M.HÖG
3	73 %	MED
4	52 %	M.LÅG
5	42 %	UPPTINING
6	20 %	LÅG



HUR DU STÄLLER IN UGNENS REGLAGE

Så här startar du tillagningsomgången:

1. Placera maten i ugnen och stäng luckan.
2. Välj en effektnivå genom att vrida på effektväljaren.
3. Använd timervredet för att ställa in en tillagningstid.

OBS!

Så snart timern vrids börjar ugnen värma upp. När du väljer en kortare tid än 2 minuter vrider du först vredet förbi 2 minuter och vrider sedan tillbaka till önskad tid.

FÖRSIKTIGHET!

ÅTERFÖR ALLTID TIMERN TILL NOLLÄGET om maten tas ut ur ugnen innan den inställda tillagningstiden har gått eller när ugnen inte används. För att stoppa ugnen under pågående tillagning trycker du på lucköppningsknappen eller öppnar luckan med handtaget.

RENGÖRING OCH SKÖTSEL

1. Stäng av ugnen och dra ur stickkontakten ur vägguttaget innan du rengör den.
2. Håll ugnens insida ren. När matstänk eller spillda vätskor fastnat på ugnsväggarna torkar du dem med en fuktig trasa. Milt rengöringsmedel kan användas om ugnen är mycket smutsig. Undvik att använda sprejer och andra starka rengöringsmedel eftersom de kan lämna fläckar och ränder eller göra luckans yta matt.
3. De yttre ytorna bör rengöras med en fuktig trasa. För att förhindra att funktionskomponenterna i ugnen skadas, ska du se till att vatten inte kommer in i ventilationsöppningarna.
4. Torka ofta av luckan och fönstret på båda sidor, luckans tätningar och närliggande delar med en fuktig trasa för att ta bort spill eller stänk. Använd inte slipande rengöringsmedel.
5. Låt inte reglagepanelen bli våt. Rengör den med en mjuk fuktig trasa. När du rengör reglagepanelen ska du lämna ugnsluckan öppen så att ugnen inte slås på av misstag.
6. Om ånga ansamlas inuti eller runt utsidan av ugnsluckan torkar du av den med en mjuk trasa. Detta kan inträffa när mikrovågsugnen används vid hög luftfuktighet. Och det är normalt.
7. Det är ibland nödvändigt att ta ut och rengöra glas-tallriken. Diska tallriken i varmt löddrande vatten eller i diskmaskin.
8. Rullringen och ugnsbotten bör rengöras regelbundet för att undvika överdrivet missljud. Torka bara av ugnsbotten med mildt rengöringsmedel. Rullringen kan diskas i mildt löddrande vatten eller i diskmaskin. När rullringen tagits bort från ugnsbotten ska du se till att sätta tillbaka den i rätt läge.
9. Avlägsna dålig lukt från ugnen genom att blanda 2,5 dl vatten med saften och skalet från en citron i en djup mikrovågstålig skål och mikra den i 5 minuter. Torka av noggrant och torka torrt med en mjuk trasa.
10. När det blir nödvändigt att byta ut ugnslampan ska du kontakta en återförsäljare för att få den utbytt.
11. Du bör rengöra ugnen regelbundet och ta bort eventuella matavlagringar. Om ugnen inte hålls ren kan det leda till att ytan bryts ner, vilket kan förkorta enhetens livslängd och eventuellt innebära fara.
12. Släng inte enheten i hushållsavfallet. Den bör kasseras på någon av de återvinningscentraler som tillhandahålls av kommunen.

ANVISNINGAR FÖR TILLAGNING

TILLAGNING

1. För större mängder mat behövs en längre tillagningstid.
2. Tillagningstiden blir kortare för mat som förvarats i normal rumstemperatur än i kylskåp.
3. Om du ska tillaga några få bitar av samma livsmedelstyp och storlek lägger du bitarna i en cirkel på tallriken.

UPPVÄRMNING

1. Du får de bästa resultaten om du lägger tunnare matbitar i mitten av tallriken och större bitar längre ut.
2. När du värmer grönsaker eller såser rekommenderar vi att du rör om minst en gång så att värmen fördelas väl.

UPPTINING

1. Förpackad fryst mat (i PVC-folie, pappersförpackning) kan du lägga upppackad direkt i mikrovågsugnen. Lägg inte in förpackningar med metalledlar!
2. Förpackningens form påverkar upptiningstiden. Mat med tunn förpackning har en kortare upptiningstid.

4. Om livsmedlet har ett skal ska du sticka hål på det.
5. Om du tillagar samma typ av livsmedel men i olika stora bitar lägger du de små bitarna i mitten av fatet.
6. Låt den tillagade maten stå några minuter före servering (se tabeller).

3. Vid kortare uppvärmningstider och för att maten ska hålla sig fräsch och inte bli torr rekommenderar vi att du sätter ett lock över fatet (se tabeller).
4. Tjockare köttbitar som ska värmas upp bör läggas separat. Tunnare skivor kött kan läggas tätare.
5. Låt den uppvärmda maten stå några minuter före servering (se tabeller).

3. Lägg större matbitar separat på tallriken så blir upptiningstiden kortare.
4. Stora matbitar behöver värdas efter halva upptiningstiden.
5. Låt den upptinade maten stå några minuter före servering (se tabeller).

ANVISNINGAR FÖR TILLAGNING

TYP AV MAT	VIKT	UTEFFEKT	TILLAGNINGSTID	TID FÖRE SERVERING	REKOMMENDATIONER
Kyckling	800-1 000 g	Hög (100 %)	18-20 min.	5-10 min.	Rör om minst en gång. Kontrollera att matlagningssäsen är klar efter tillagningen.
Kyckling i skivor eller bitar	500 g	Hög (100 %)	8-10 min.	5 min.	Kontrollera att matlagningssäsen är klar efter tillagningen.
Köttfärslimpa	600-700 g	Medelhög (85 %)	12-14 min.	5 min.	
Bacon	150 g	Hög (100 %)	3-4 min.	1-2 min.	Lägg på hushållspapper i 2-3 lager. Täck med hushållspapper.
Fisk (en hel)	600 g	Medelhög (85 %)	8-9 min.	4-5 min.	Flå fisken. Tillaga på fat med lock.
Fiskskiva, kötskiva	400 g	Medel (85 %)	5-6 min.	2-3 min.	Lägg mindre bitar av maten i mitten av fatet. Tillaga på fat med lock.
Färska grönsaker	300 g	Hög (100 %)	3-4 min.	1-2 min.	Tillaga på fat med lock. Tillsätt 2 dl färskt vatten.
Frysta grönsaker	250-400 g	Hög (100 %)	3-4 min. 5-6 min.	1-2 min.	Tillaga på fat med lock.
Potatis med skal	1 st. 4 st.	Hög (100 %)	4-6 min. 12-15 min.	2 min. 5 min.	Stick hål med en sticka eller gaffel (1 st. = 250 g). Rör om minst en gång.

SV

ANVISNINGAR FÖR UPPVÄRMNING

TYP AV MAT	VIKT	UTEFFEKT	TILLAGNINGSTID	TID FÖRE SERVERING	REKOMMENDATIONER
Måltidsportion på tallrik	300 g 450 g	Hög (100 %)	3-4 min. 4-5 min.	1-2 min.	Tillaga på fat med lock.
Ris	2 dl 6 dl	Hög (100 %)	1-2 min. 3-4 min.	1 min. 2 min.	Tillaga på fat med lock.
Köttbullar	250 g	Hög (100 %)	2 min.	1-2 min.	Värm upp på fat utan lock
Varmkorv	1 st. 2 st.	Medelhög (85 %)	0,5-1 min. 1-1,5 min.	1 min.	
Lasagne	500 g	Medelhög (85 %)	5-6 min.	2-3 min.	
Dryck	2 dl	Hög (100 %)	1-1,5 min.	1 min.	Undvik kokning genom att ställa en liten tesked i muggen.
Soppor	2,5 dl	Hög (100 %)	2-2,5 min.	1 min.	Värm upp i en djup tallrik utan lock.
Grönsaker och såser	2,5 dl	Hög (100 %)	2,5-3 min.	1 min.	Fyll ett kärl till högst 3/4 av behållarvolymen. Rör om minst en gång.

ANVISNINGAR FÖR UPPTINING

TYP AV MAT	VIKT	UTEFFEKT	TILLAGNINGSTID	TID FÖRE SERVERING	REKOMMENDATIONER
Grillkött	800-1 000 g	Upptining	20-22 min.	10-15 min.	Rör om minst en gång.
Köttfärs	500 g	Upptining	8-10 min.	5 min.	Rör om minst en gång. Dela upp upptinade bitar.
Köttbullar, kotlett, biff	500 g	Upptining	7-9 min.	5-10 min.	Rör om minst en gång.
Kycklingbitar	1 200 g	Upptining	25 min.	10-15 min.	Rör om minst en gång.
Kyckling eller filéer	500 g	Upptining	7-9 min.	5-10 min.	Rör om minst en gång. Skydda kycklingvingar och lår med folie för att undvika överhettning.
Fisk	600 g	Upptining	8-10 min.	5-10 min.	Undvik kokning genom att ställa en liten tesked i muggen.
Fiskfilé, biff	400 g	Upptining	6-7 min.	5 min.	Fyll ett kärl till högst 3/4 av behållarvolymen.
Bröd	500 g	Upptining	4-6 min.	5 min.	Värm upp i en djup tallrik utan lock.
Bakning	4 st. (150-200 g)	Upptining	1,5-2 min.	2-3 min.	Värm upp i en djup tallrik utan lock.
Frukt	200 g	Upptining	2-3 min.	2-3 min.	Värm upp i en djup tallrik utan lock.

FORHOLDSREGLER FOR Å UNNGÅ MULIG EKSPONERING FOR OVERDREVEN MIKROBØLGEENERGI

Ikke forsøk å bruke denne ovnen med døren åpen, da bruk med åpen dør kan medføre helseskadelig eksponering for mikrobølgeenergi. Det er viktig å ikke forsere eller manipulere sikkerhetssperrene.

Ikke plasser gjenstander mellom ovnens forside og døren, og la det ikke samle seg smuss eller vaske-middelrester på tetningsoverflatene.

Ikke bruk ovnen dersom den er skadet. Det er spesielt viktig at ovnsdøren lukker ordentlig og at det ikke er noen som helst skade på:

- a. Døren (misformet).
- b. Hengsler og sperrer (ødelagt eller løse).
- c. Dørtetninger og tetningsoverflater.

Ovnen skal ikke justeres eller repareres av andre enn kvalifisert servicepersonale.

Miljøvennlig håndtering:

I henhold til EU-direktiv nr. 2002/96/EF vedrørende produkter merket med søppeldunk med kryss advarer fabrikanten om at dette produktet ikke er å anse som ordinært husholdningsavfall. Ved riktig behandling, håndtering og gjenvinning av slikt avfall forebygger eieren av produktet mulige negative helsekonsekvenser, noe som kan forårsakes av feilaktig behandling eller destruksjon av slikt avfall. For mer informasjon om gjenvinning og håndtering av produktet, vennligst kontakt din lokale kommunale avdeling vedrørende håndtering av farlig avfall eller forhandleren du har kjøpt produktet av.

Elektriske avfallsprodukter skal ikke kastes sammen med husholdningsavfallet. Dette utstyret skal fraktes til ditt lokale gjenvinnings-senter for sikker behandling.



INNHold

FORHOLDSREGLER FOR OVERDREVEN MIKROBØLGEENERGI.....	2
VIKTIGE SIKKERHETSANVISNINGER	4
SPESIFIKASJONER.....	5
INSTALLERING	5
RADIOFORSTYRRELSE	5
PRINSIPPER FOR MATLAGING MED MIKROBØLGER	6
JORDINGSANVISNING	6
FØR DU TILKALLER SERVICE	6
UTSTYRSVEILEDNING	7
NAVN PÅ DELER	7
BETJENINGSPANEL	8
På/Programvelger	8
Tidsvelger	8
Matlaging med mikrobølger	8
HVORDAN STILLE INN OVNEN	8
RENGJØRING OG VEDLIKEHOLD	9
HVORDAN BRUKE OVNEN.....	9
OPPVARMINGSANVISNING.....	10
TININGSSANVISNING	11

VIKTIGE SIKKERHETSANVISNINGER

Ved bruk av elektrisk utstyr må man følge grunnleggende forholdsregler vedrørende sikkerheten, inkludert følgende:

ADVARSEL: For å redusere risikoen for brannskader, elektrisk støt, brann, personskade eller eksponering for overdreven mikrobølgeenergi:

1. Les hele bruksanvisningen før du bruker mikrobølgeovnen.
2. Bruk denne enheten kun til dens tiltenkte formål som beskrevet i denne bruksanvisningen. Ikke bruk etsende kjemikalier eller damp i denne enheten. Denne typen ovn er spesifikt konstruert til å varme, koke eller tørke mat. Den er ikke ment for industriell bruk eller laboratoriebruk.
3. Ikke bruk ovnen hvis den er tom.
4. Ikke bruk denne enheten hvis den har skadd ledning eller støpsel, hvis den ikke fungerer som den skal eller hvis den er blitt skadet eller har falt i gulvet. Hvis ledningen er skadd, må den byttes av fabrikanten eller dennes servicerepresentant eller tilsvarende kvalifisert person for å unngå en farlig situasjon.
5. **ADVARSEL:** Barn må kun få bruke ovnen uten tilsyn dersom de har fått tilstrekkelig innføring i bruken, slik at barnet kan bruke ovnen på en trygg måte og forstå farene forbundet med feilaktig bruk.
6. Slik reduseres risikoen for brann i ovnsrommet
 - Ved oppvarming av mat i plast- eller papirbeholder, kontroller ovnen hyppig med hensyn til antennesesfare.
 - Fjern poselukkere av metall fra papir- eller plastposer før posen legges i ovnen.
 - Hvis man ser røyk, må man slå av ovnen eller trekke ut støpselet og holde døren lukket for å kvele eventuelle flammer.
 - Ikke bruk ovnsrommet som oppbevaringsplass. Ikke la det være papirposer, kokekar eller matvarer i ovnen når den ikke er i bruk.
7. **ADVARSEL:** Når enheten brukes i kombi-modus skal barn kun bruke ovnen under tilsyn av en voksen på grunn av temperaturen som oppstår.
8. Mikrobølgeoppvarming av drikke kan føre til forsinket koking, så beholderen må håndteres med stor forsiktighet.
9. Ikke stek mat i ovnen. Varm olje kan skade ovnsdeler og tilbehør og forårsake brannskader på hendene.
10. Egg med skall og hele hardkokte egg skal ikke varmes opp i mikrobølgeovn, da de kan eksplodere også etter at mikrobølgeoppvarmingen er avsluttet.
11. Stikk hull på matvarer med kraftig skall/skinn, som poteter, hel squash, epler og kastanjer før tilberedning.
12. Innholdet i tåteflasker og barnematglass bør ristes eller røres opp og temperaturen kontrolleres før det gis til barnet for å unngå forbrenningskader.
13. Kjøkkenredskaper kan bli varme på grunn av varme overført fra den oppvarmede maten. Man bør eventuelt bruke grytekluter til å håndtere redskapet.
14. Kjøkkenredskaper må kontrolleres for å være sikker på at de egner seg til bruk i mikrobølgeovn.
15. **ADVARSEL:** Det er farlig for ufaglærte å utføre service eller reparasjon som medfører å ta av et deksel som beskytter mot eksponering for mikrobølgeenergi.
16. Dette produktet er klassifisert som utstyr i Gruppe 2 Klasse B ISM. Definisjonen av Gruppe 2 som omfatter alt ISM-utstyr (industrielt, vitenskapelig og medisinsk) der radiofrekvensenergi genereres med hensikt og/eller brukes i form av elektromagnetisk stråling til behandling av materiale og gnisterosjonsutstyr. Klasse B-utstyr er utstyr som egner seg til bruk i hjem og steder som er direkte tilkoplede til lavspenningsnett som forsyner boligbygg med strøm.
17. **ADVARSEL:** Væske og matvarer må ikke varmes opp i lukkede beholdere, da de kan eksplodere.
18. Enheten er ikke ment til bruk av personer (inkludert barn) med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner, eller manglende erfaring eller kunnskap, med mindre de har tilsyn eller har fått anvisninger vedrørende bruk av enheten av en person som har ansvaret for deres sikkerhet.
19. Barn skal ha tilsyn for å sikre at de ikke leker med enheten.

SPESIFIKASJONER*

*Teksten nedenfor kan endres, og brukeren må kontrollere opplysningene på ovns merkeplate. Klager som skyldes at ovennevnte ikke etterfølges vil bli avvist.

Effekt	230 V~50 Hz, 1100 W (Mikrobølge)
Mikrobølgeeffekt	700 W
Frekvens	2450 MHz
Utvendige mål (mm)	243(H)x446(B)x329(D)
Ovnsrom mål (mm)	202(H)x301(B)x311(D)
Ovnskapasitet	20 l
Enhetlig tilberedning	Tallerkensystem
Nettvekt	Ca. 9,4 kg

INSTALLERING

1. Påse at all emballasje er fjernet fra innsiden av døren.
2. ADVARSEL: Kontroller ovnen med henblikk på eventuell skade, som skjev eller bøyd dør, skadde dørtetninger og lukkeoverflate, ødelagte eller bøyde dørhengslar og lås samt bulker inne i ovnsrommet eller på døren. Ved skade må man ikke bruke ovnen, men kontakte kvalifisert servicepersonale.
3. Denne mikrobølgeovnen må settes på et plant, stabilt underlag som kan bære vekten av ovnen og de tyngste matvarene en kan tenkes å tilberede i ovnen.
4. Ikke plasser ovnen der det genereres varme, fukt eller høy luftfuktighet, eller nær brennbare materialer.
5. For å kunne fungere ordentlig, må ovnen ha tilstrekkelig lufttilstrømming. La det være 20 cm plass over ovnen, 10 cm på baksiden og 5 cm på begge sider. Ikke tildekk eller blokker noen av åpningene på enheten. Ikke ta av føttene.
6. Ikke bruk ovnen uten glassplate, rullestøtte og aksel i riktig stilling.
7. Påse at strømtilførselsledningen er uskadd og ikke er trukket under ovnen eller over et varmt eller skarpt underlag.
8. Støpselet må være lett tilgjengelig slik at det er lett å trekke ut i et nødtilfelle.
9. Ikke bruk ovnen utendørs.

RADIOFORSTYRRELSE

Bruk av mikrobølgeovnen kan forstyrre radio, TV eller tilsvarende utstyr.

Slik forstyrrelse kan reduseres ved å treffe følgende tiltak:

1. Rengjør dørens og ovns tetningsflater. Flytt radio- eller TV-antennen.
2. Flytt mikrobølgen i forhold til mottakeren.
3. Flytt mikrobølgeovnen bort fra mottakeren.
4. Plugg inn mikrobølgen i en annen kurs slik at mikrobølgeovnen og mottakeren er på forskjellige kurser.

PRINSIPPER FOR MATLAGING MED MIKROBØLGER

1. Vær oppmerksom på hvordan du plasserer maten. Legg de tykkeste delene mot utkanten av tallerkenen.
2. Vær oppmerksom på tilberedningstiden. Bruk kortest mulig angitt tid og øk tiden ved behov. Mat som blir kraftig overbehandlet kan begynne å ryke eller antennes.
3. Tildekk maten under tilberedningen. Tildekking hindrer sprut og bidrar til at maten blir jevnt tilberedt.
4. Snu maten én gang under mikrobølgetilberedning slik at tilberedningen av eksempelvis kylling og hamburgere går raskere. Store stykker som stek må snus minst én gang.
5. Flytt litt på matvarer som eksempelvis kjøttboller halvveis under tilberedningen fra topp til bunn og fra midten av tallerkenen til utkanten.

JORDINGSANVISNING

Enheter må være jordet. Denne ovnen er utstyrt med en ledning med jordleder og jordet støpsel. Den skal plugges i en stikkontakt som er forskriftsmessig montert og jordet. I tilfelle kortslutning reduserer jordingen faren for elektrisk støt ved at den elektriske strømmen ledes bort.

Det anbefales å ha en egen kurs kun for mikrobølgeovnen. Bruk av høy spenning er farlig og kan føre til brann eller annet som forårsaker skade på ovnen.

ADVARSEL: Feilaktig bruk av jordingstøpset kan medføre fare for elektrisk støt.

NB:

1. Kontakt kvalifisert elektriker eller servicetekniker hvis du har spørsmål om jordingen eller tilkoplingen.
2. Verken fabrikanten eller forhandleren kan påta seg noe ansvar for skade på ovnen eller personskafe som følge av at tilkoplingsprosedyren ikke er fulgt.

Lederne i denne ledningen er fargekodet i henhold til følgende kode:

Grønn og Gul = JORD

Blå = NULLEDER

Brun = STRØMFØRENDE

FØR DU TILKALLER SERVICE

Hvis ovnen ikke fungerer:

1. Kontroller at ovnens støpsel sitter ordentlig i stikkontakten. Hvis den ikke gjør det, trekk støpset ut av stikkontakten, vent 10 sekunder og sett den ordentlig inn igjen.
2. Kontroller om en sikring er røket eller hovedbryteren er utløst. Hvis dette ser ut til å være i orden, kan du prøve stikkontakten med annet elektrisk utstyr.
3. Kontroller at betjeningspanelet er riktig programmert og at tidsuret er stilt.
4. Kontroller at døren er ordentlig lukket med sikkerhetslåsesystemet. Hvis ikke vil det ikke strøme mikrobølgeenergi inn i ovnen.

HVIS IKKE NOE AV OVENNEVNT LØSER SITUASJONEN, KONTAKT KVALIFISERT TEKNIKER.

IKKE FORSØK Å JUSTERE ELLER REPARERE OVNE SELV.

UTSTYRSVEILEDNING

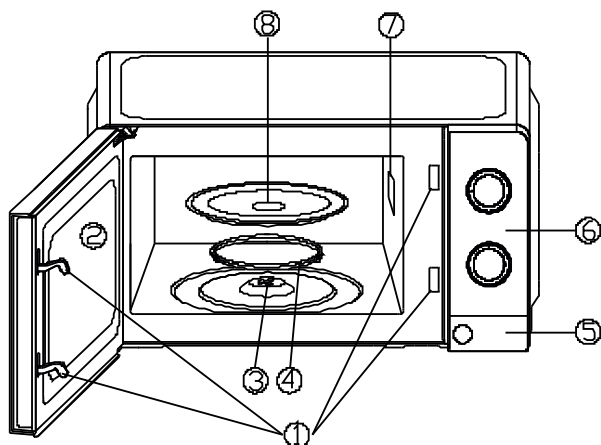
1. Det ideelle materialet i utstyr for mikrobølgeovn slipper gjennom mikrobølger, slik at energien trenger gjennom beholderen og varmer opp maten.
2. Mikrobølger kan ikke trenge gjennom metall, så metallbeholdere eller fat/skåler/former med metallkant skal ikke brukes.
3. Ikke bruk produkter av resirkulert papir i mikrobølgeovnen, da de kan inneholde små metallfragmenter som kan forårsake gnister og/eller brann.
4. Runde/ovale former anbefales fremfor firkantede/avlange, da mat i hjørnene gjerne får for mye varmebehandling.
5. Smale remser av aluminiumsfolie kan brukes for å hindre at utsatte deler får for mye varmebehandling. Men pass på at du ikke bruker for mye, og sørg for en avstand på 2,5 cm mellom folien og ovnens innside.

Listen nedenfor er en generell veiledning som kan hjelpe deg å velge riktig utstyr.

KOKEKAR	MIKROBØLGE
Ildfast glass	Ja
Ikke-ildfast glass	Nei
Ildfast keramikk	Ja
Mikrobølgesikker plastform	Ja
Kjøkkenpapir	Ja
Metallform	Nei
Metallrist	Nei
Aluminiumsfolie og folieformer	Nei

NO

NAVN PÅ DELER



1. Sikkerhetslåssystem dør
2. Ovnsvindu
3. Aksel
4. Valsering
5. Døråpnerknapp
6. Betjeningspanel
7. Bølgestyring (Ikke fjern glimmerplaten som dekker bølgestyringen)
8. Glassplate

BETJENINGSPANEL

Betjeningspanelet består av to funksjonsvelgere. Den ene er til tidsuret, den andre er På/Programvelgerknapp.

PÅ/PROGRAMVELGER

Du bruker denne knappen til å velge tilberednings-effektnivå. Dert er første steg i tilberedningsprosessen.

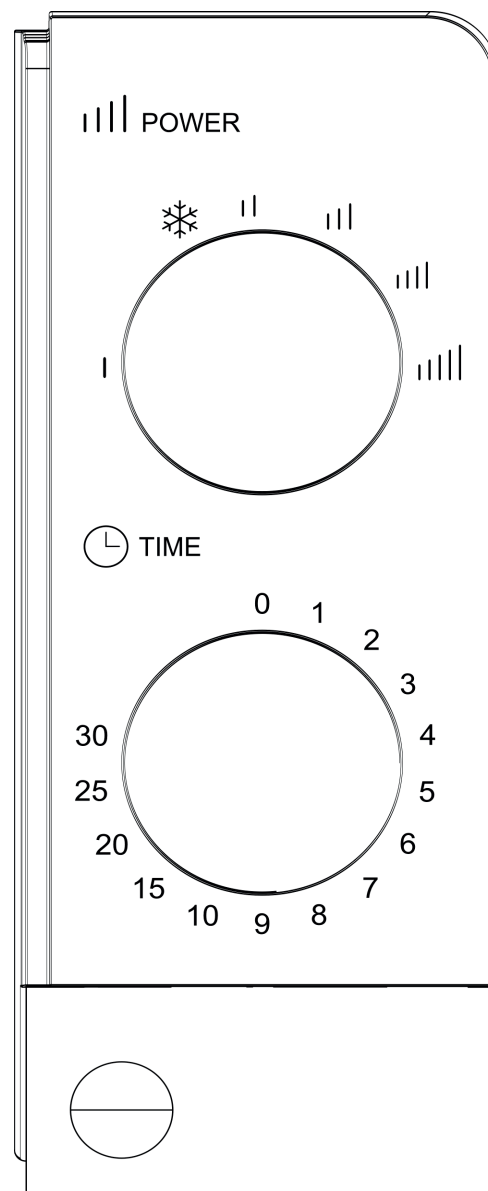
TIDSVELGER

Viser tidsinnstillingen når du dreier knappen med tommelen til ønsket tilberedningstid opp til 30 minutter per tilberedningsøkt.

MATLAGING MED MIKROBØLGER

Til ren mikrobølgetilberedning er det seks effektnivåer å velge mellom for å finne det som passer best. Effektnivået økes ved å dreie knappen med urviseren. Effektnivåene kan klassifiseres slik:

	Avgitt effekt	Beskrivelse
1	100 %	HØY
2	88 %	M. HØY
3	73 %	MIDDELS
4	52 %	M. LAV
5	42 %	TINING
6	20 %	LAV



HVORDAN STILLE INN OVNEN

For å starte tilberedningsprosessen:

1. Legg maten i ovnen og lukk døren.
2. Still Programvelgeren på ønsket effektnivå.
3. Bruk Tidsvelgeren for å stille inn tilberedningstid.

NB:

Så snart man dreier på tidsvelgeren, starter ovnen tilberedningen. Hvis du skal velge mindre enn 2 minutter, dreier du tidsvelgeren forbi 2 minutter og deretter tilbake til riktig tid.

OBS!

VRI ALLTID TIDSVELGEREN TILBAKE TIL NULLSTILLING dersom du tar mat ut av ovnen før innstilt tilberedningstid er omme eller ovnen ikke er i bruk. For å stanse ovnen under tilberedning, trykk på døråpnerknappen eller åpne døren med håndtaket.

RENGJØRING OG VEDLIKEHOLD

1. Slå av ovnen og trekk støpselet ut av stikkontakten før rengjøring.
2. Hold innsiden av ovnen ren. Hvis det setter seg matsprut eller væskesøl på ovnsveggene, tørker du dem av med en fuktet klut. Mildt vaskemiddel kan brukes dersom ovnen er svært skitten. Unngå å bruke spray eller sterke vaskemidler, da de kan lage flekker eller striper på overflaten eller gjøre den matt.
3. De utvendige overflatene skal vaskes med en fuktig klut. For å hindre skade på ovnens innvendige deler må man ikke la det komme inn vann gjennom ventilasjonsåpningene.
4. Tørk av døren og vinduet på begge sider, dørtetningene og tilstøtende deler ofte med en fuktet klut for å fjerne eventuelt søl eller sprut. Ikke bruk skurende vaskemiddel.
5. Ikke la betjeningspanelet bli vått. Gjør det rent med en myk, fuktet klut. Når du rengjør betjeningspanelet, la ovnsdøren være åpen for å hindre at ovnen slås på i vanvare.
6. Hvis det samles kondens på innsiden eller rundt utsiden av ovnsdøren, tørk av med en myk klut. Dette kan forekomme når mikrobølgeovnen brukes der det er høy luftfuktighet. Og det er helt normalt.
7. Iblant vil det være nødvendig å ta ut glassplaten for å vaske den. Vask platen i varmt såpevann eller i oppvaskmaskin.
8. Valseringen og ovnsbunnen bør rengjøres iblant for å unngå overdreven støy. Det er bare å tørke av bunnen i ovnsrommet med et mildt vaskemiddel. Valseringen kan vaskes i mildt såpevann eller oppvaskmaskin. Når du tar valseringen ut av ovnen for rengjøring, må du passe på å sette den tilbake i riktig stilling.
9. Fjern lukt fra ovnen ved å blande en kopp vann med saft og skall fra en sitron i en dyp skål som kan brukes i mikrobølgeovnen og la mikrobølgeovnen gå i 5 minutter. Tørk ovnsrommet grundig og tørk etter med en myk klut.
10. Få hjelp av en forhandler til å få byttet lyspæren i ovnen når det er nødvendig.
11. Ovnen skal rengjøres jevnlig og eventuelle matrester fjernes. Hvis man ikke holder ovnen ren, kan overflaten skades og eventuelt gjøre den farlig å bruke.
12. Denne ovnen skal ikke kastes i husholdningsavfallet; den skal leveres på et kommunalt gjenvinningsanlegg.

HVORDAN BRUKE OVNE

MATLAGING

1. For større mengder mat vil du trenge lengre tilberedningstid.
2. Tilberedningstiden vil være kortere for mat oppbevart i vanlig romtemperatur og ikke kommer rett fra kjøleskapet.
3. Hvis du tilbereder mindre deler av samme matvaretype og størrelse, kan du legge delene i ring på platen.

OPPVARMING

1. Du oppnår best resultat hvis du legger tynne biter midt på platen og større stykker utenfor midten.
2. Når du varmer opp grønnsaker eller sauser, anbefaler vi at du rører om minst én gang for å få god varmefordeling.
3. Ved kortere oppvarmingstider og for å holde maten

frisk og fristende, anbefaler vi at du legger lokk på formen/tallerkenen (se tabellene).

4. Under oppvarming av tykkere kjøttkiver legger du hver kjøttkive for seg. Mindre kjøttkiver kan du plassere mer tett.
5. Etter oppvarming lar du maten hvile et par minutter før servering (se tabeller).

TINING

1. Du kan legge innpakke matvarer (i Plastfolie, papiremballasje) rett i mikrobølgeovnen. Ikke bruk emballasje av eller med metall!
2. Pakkens form har innvirkning på opptiningstiden. Mat med tynn emballasje har kortere opptiningstid.

3. Legg større stykker mat separat på platen for at opptiningstiden skal bli kortere.
4. Større matstykker må du snu når halve opptiningstiden er omme.
5. Etter opptining lar du maten hvile et par minutter før servering (se tabeller).

HVORDAN BRUKE OVNE

TYPE MAT- VARE	VEKT	EFFEKT	TILBERED- NINGSTID	TID FØR SER- VERING	ANBEFALINGER
Kylling	800-1000 g	Høy (100 %)	18-20 min	5-10 min	Rør om minst én gang. Kon- troller at kraften er klar når tilberedningen er ferdig.
Kylling i skiver eller biter	500 g	Høy (100 %)	8-10 min	5 min	Kontroller at kraften er klar når tilberedningen er ferdig.
Kjøttpudding	600-700 g	Middels høy (85 %)	12-14 min	5 min	
Bacon	150 g	Høy (100 %)	3-4 min	1-2 min	Legg det på 2-3 lag kjøkken- papir. Dekk med kjøkkenpapir.
Fisk (hel)	600 g	Middels høy (85 %)	8-9 min	4-5 min	Ta av skinnet. Legg fisken i form med lokk.
Fisk eller kjøtt i skiver	400 g	Middels høy (85 %)	5-6 min	2-3 min	Legg mindre stykker midt på platen. Tilbered maten i form med lokk.
Ferske grønn- saker	300 g	Høy (100 %)	3-4 min	1-2 min	Tilbered maten i form med lokk. Tilsett 200 ml rent vann.
Dypfryste grønnsaker	250-400 g	Høy (100 %)	3-4 min 5-6 min	1-2 min	Tilbered maten i form med lokk.
Potet med skall	1 stk. 4 stk.	Høy (100 %)	4-6 min 12-15 min	2 min 5 min	Stikk hull i skallet med en gaffel (1 stk. = 250 g). Rør om minst én gang.

NO

OPPVARMINGSANVISNING

TYPE MAT- VARE	VEKT	EFFEKT	TILBERED- NINGSTID	TID FØR SER- VERING	ANBEFALINGER
Måltid på tallerken	300 g 450 g	Høy (100 %)	3-4 min 4-5 min	1-2 min	Tilbered maten i form med lokk.
Ris	2 dl 6 dl	Høy (100 %)	1-2 min 3-4 min	1 min 2 min	Tilbered maten i form med lokk.
Kjøttkaker	250 g	Høy (100 %)	2 min	1-2 min	Varm opp i åpen form (uten lokk)
Varm pølse	1 stk. 2 stk.	Middels høy (85 %)	1/2-1 min 1-1 1/2 min	1 min	
Lasagne	500 g	Middels høy (85 %)	5-6 min	2-3 min	
Drikke	2 dl	Høy (100 %)	1-1 1/2 min	1 min	Legg en liten teskje i koppen for å unngå at det koker.
Supper	2 1/2 dl	Høy (100 %)	2-2 1/2 min	1 min	Varm opp i åpen og dyp tallerken (utildekket)
Grønnsaker og sauser	2 1/2 dl	Høy (100 %)	2 1/2 -3 min	1 min	Ikke fyll tallerkenen mer enn 3/4 full. Rør om minst én gang.

TININGSSANVISNING

TYPE MAT- VARE	VEKT	EFFEKT	TILBERED- NINGSTID	TID FØR SER- VERING	ANBEFALINGER
Grillkjøtt	800-1000 g	Tining	20-22 min	10-15 min	Rør om minst én gang.
Kjøttdeig	500 g	Tining	8-10 min	5 min	Rør om minst én gang. Del dypfryste biter fra hverandre.
Kjøttkaker, kotelett, biff	500 g	Tining	7-9 min	5-10 min	Rør om minst én gang.
Kylling i biter	1200 g	Tining	25 min	10-15 min	Rør om minst én gang.
Kylling eller fileter	500 g	Tining	7-9 min	5-10 min	Rør om minst én gang. Beskytt kyllingvinger og -lår med folie for å unngå overoppheting.
Fisk	600 g	Tining	8-10 min	5-10 min	Legg en liten teskje i en kopp for å unngå at det koker.
Fiskefilet, fisk i skive	400 g	Tining	6-7 min	5 min	Ikke fyll tallerkenen mer enn 3/4 full.
Brød	500 g	Tining	4-6 min	5 min	Varm opp i åpen og dyp tallerken (utildekket)
Bakst	4 stk. (150-200 g)	Tining	1 1/2-2 min	2-3 min	Varm opp i åpen og dyp tallerken (utildekket)
Frukt	200 g	Tining	2-3 min	2-3 min	Varm opp i åpen og dyp tallerken (utildekket)

GVP

BRANDS

Sternhammar AB
Skjutbanevägen 6
SE-703 69 Örebro

Phone: +46 (0)19 25 80 50
www.sternhammar.se

 Axel Johnson
International
Sternhammar is part of Axel Johnson International