

SIEMENS

For at det skal bli like morsomt å lage mat som åspise den

bør du lese denne bruksanvisningen. Du kan da dra nytte av alle de tekniske fordelene ved din nye mikrobølge-kompaktstekeovn.

Her finner du viktig informasjon om sikkerheten. Du blir nærmere kjent med de enkelte delene på din nye stekeovn. Og vi viser deg, trinn for trinn, hvordan du foretar de ulike innstillingene. Det hele er svært enkelt.

I tabellene finner du innstillingsverdier og innsetningshøyder for en rekke vanlige retter. Alt er testet i vårt prøvekjøkken.

Og hvis det noen gang skulle oppstå en feil, så finner du her opplysninger om hvordan du selv kan utbedre mindre feil.

Ved hjelp av den utførlige innholdsfortegnelsen er det lett å finne frem i bruksanvisningen.

Nå gjenstår det bare å ønske god appetitt.

Bruksanvisning



HB86K.70S

HB86K58.S

no

5650 044 520

Innholdsfortegnelse

Hva du må ta hensyn til	5
Før montering	5
Sikkerhetsanvisninger	5
Sikkerhetsanvisninger ved bruk av mikrobølgefunksjonen	7
Årsaker til skader	9
Ditt nye apparat	10
Betjeningsfelt	10
Taster for mikrobølgeeffektene	10
Funksjonsvelger	11
Bryter	11
Betjeningsknapper og indikasjonsfelt	12
Nedsenkbare brytere	12
Varmetyper	13
Stekeovn og tilbehør	16
Kjølevifte	17
Før første gangs bruk	18
Still inn klokkeslettet	18
Velg språk for tekstdisplay	18
Oppvarming av stekeovnen	18
Rengjøring av tilbehøret før bruk	19
Mikrobølgefunksjonen	19
Kokekar	19
Slik stiller du inn	20
Flere mikrobølgeeffekter etter hverandre	22

Innholdsfortegnelse

Stille inn stekeovnen	22
Slik stiller du inn	23
Stekeovnen skal slås av automatisk	24
Stekeovnen skal slås automatisk på og av	26
Hurtigoppvarming	27
Slik stiller du inn:	27
Stille inn stekeovn og mikrobølge i kombinasjon	28
Slik stiller du inn	29
Programautomatikk	31
Slik stiller du inn:	31
Veiledning til programautomatikk	34
Programtabell	37
Minne	40
Lagre minnet	41
Starte minnefunksjonene	43
Klokkeslett	44
Slik stiller du inn	44
Autostart	45
Grunninnstillinger	46
Slik stiller du inn	47
Barnesikring	48
Varselur	48
Slik stiller du inn	48
Automatisk sikkerhetsutkobling	50

Innholdsfortegnelse

Vedlikehold og rengjøring	50
Utsiden av apparatet	50
Stekeovnen	51
Rengjøring av glassrutene	53
Tetning	55
Tilbehør	55
Det har oppstått en feil, hva kan du gjøre?	56
Skifte ut stekeovnslampen	57
Skifting av dørpakningen	59
Kundeservice	59
Tabeller og tips	60
Opptining, oppvarming og koking med mikrobølgefunksjon	60
Tips for mikrobølge	65
Kjøtt, fjærkre, fisk	65
Tips for steking og grilling	68
Kaker og bakst	69
Tips for baking	72
Energisparetips	73
Gratenger, toast	73
Frosne ferdigretter	74
Langtidssteking	74
Tips om langtidssteking	76
Akrylamid i matvarer	76
Hva kan du gjøre?	77
Testretter	78

Hva du må ta hensyn til

Les grundig igjennom bruksanvisningen. Det er en forutsetning for at du skal kunne bruke apparatet på en sikker og riktig måte.

Ta godt vare på bruks- og montasjeanvisningen. Hvis du gir apparatet videre til andre, må disse anvisningene følge med.

Før montering

Miljøvennlig fjerning



Pakk ut apparatet og kvitt deg med emballasjen på en miljøvennlig måte.

Dette apparatet er klassifisert i henhold til det europeiske direktivet 2002/96/EF om avhending av elektrisk- og elektronisk utstyr (waste electrical and electronic equipment - WEEE).

Direktivet angir rammene for innlevering og gjenvinning av innbytteprodukter.

Transportskader

Kontroller apparatet etter at du har pakket den ut. Hvis det har oppstått en transportskade, må du ikke slå på apparatet.

Elektrisk tilkobling

Hvis strømledningen er skadd, må den byttes av en fagperson som har fått opplæring av produsenten for å unngå farer.

Oppstilling og tilkobling

Følg den særskilte monteringsveiledningen.

Sikkerhetsanvisninger



Dette apparatet er bare beregnet til bruk i private husholdninger.

Apparatet må utelukkende brukes til oppvarming og tilberedning av matvarer.

Omgivelser



Utsett ikke apparatet for kraftig hete eller fuktighet. Fare for kortslutning!

Barn og mikrobølgefunksjon

Barn kan kun bruke mikrobølgefunksjonen alene når de har fått opplæring i bruken. De må kunne betjene apparatet riktig. De må også forstå farene som det er redegjort for i bruksanvisningen.

Ved kombinasjonsdrift kan barn kun bruke apparatet når de er under oppsyn av voksne. Fare for forbrenning!

Varm stekeovn



Åpne stekeovnsdøren forsiktig. Varm damp kan strømme ut.

Overflatene på kokeapparater må aldri berøres.

De varme, innvendige stekeovnsflatene og varmeelementene må aldri berøres. Fare for forbrenning!

Barn må alltid holdes borte fra disse.

Oppbevar aldri brennbare gjenstander i stekeovnen. Fare for brann!

Åpne aldri ovnsdøren hvis det oppstår røyk i stekeovnen. Fare for forbrenning! Slå av apparatet. Trekk ut støpselet eller koble ut den aktuelle sikringen i sikringsskapet.

Kabler fra elektriske apparater må ikke komme i klem i stekeovnsdøren. Kabelisolasjonen kan smelte. Fare for kortslutning!

Skadet stekeovnsdør eller dørpakning



Mikrobølgefunksjonen må ikke brukes når stekeovnsdøren eller dørpakningen er ødelagt. Det kan trenge ut mikrobølgeenergi. Mikrobølgefunksjonen kan først brukes når apparatet er reparert.

Mangelfull rengjøring



Rengjør apparatet med jevne mellomrom. Ved mangelfull rengjøring kan overflaten bli ødelagt og apparatet kan over tid gjennomrustes. Mikrobølgeenergi slipper ut.

Reparasjon



Ukyndige reparasjoner er farlig. Fare for elektrisk støt! Reparasjon må bare utføres av servicetekniker som har fått opplæring av oss.

Hvis apparatet er defekt, må du slå av sikringen i sikringsboksen eller trekke ut støpselet. Ring til kundeservice.

Kabinettet må aldri åpnes. Apparatet arbeider under høyspenning. Fare for støt!

Sikkerhetsanvisning er ved bruk av mikrobølge- funksjonen



Bruk kun mikrobølgefunksjonen for tilberedning av matvarer. Andre bruksmåter kan være farlige og føre til skader. Blant annet kan oppvarming av varmeputer med korn- eller krydderinnhold føre til at putene antennes. Fare for brann!

Mikrobølgeeffekt og -tid

Still aldri inn en for høy mikrobølgeeffekt eller -tid. Matvarer kan ta fyr. Ovnene kan bli ødelagt. Fare for brann!
Følg anvisningene i bruksanvisningen.

Kokekar



Bruk aldri kokekar som ikke er egnet for mikrobølgeovner.

Kokekar av porselen og keramikk kan ha små hull i hank eller lokk. Bak disse hullene skjuler det seg hulrom. Fuktighet som trenger inn i disse hulrommene, kan føre til at delen sprekker. Fare for personskader!

Oppvarmet mat avgir varme. Kokekaret kan bli svært varmt. Fare for forbrenning!
Bruk alltid grytekluter når du tar kokekar og tilbehør ut av ovnen.

Emballasje



Varm aldri opp mat i termopakker. Fare for brann!
Varm aldri opp matvarer i beholdere av plast, papir eller annet brennbart materiale uten oppsyn.

Emballasje som er lufttett kan sprekke. Fare for forbrenning!
Følg anvisningene på emballasjen. Bruk alltid grytekluter når du tar ut rettene.

Tørking av matvarer



Tørk aldri matvarer med mikrobølgefunksjonen. Fare for brann!

Matolje

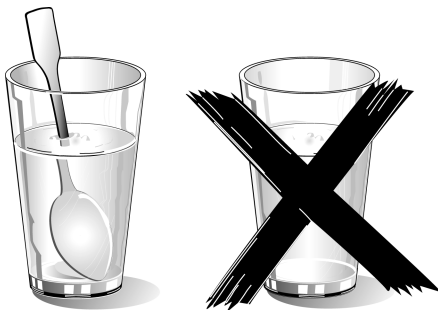


Varm aldri opp matolje alene med mikrobølgefunksjonen. Fare for brann!

Drikkevarer



Ved oppvarming av væske kan det forekomme forsinket koking. Det betyr at koketemperaturen blir nådd uten at de typiske dampboblene stiger opp. Bare ved en ørliten rystelse av kokekaret kan den varme væsken plutselig koke kraftig over eller sprute opp. Fare for forbrenning!
Legg alltid en skje i kokekaret ved oppvarming av væsker. På denne måten unngår du forsinket koking.



Varm aldri opp drikker i lukkede kokekar. Fare for eksplosjon!

Alkoholholdige drikker må ikke varmes for kraftig. Fare for eksplosjon!

Babymat



Varm ikke opp babymat i lukkede kokekar. Ta alltid av lokket eller smokken.

Rør godt rundt i babymaten eller rist den etter oppvarmingen. Bare på denne måten blir varmen jevnt fordelt. Fare for forbrenning!

Kontroller temperaturen før du gir maten til barnet.

Matvarer med skinn eller skall



Kok aldri egg med skallet på. Varm aldri opp hardkokte egg. Disse kan sprekke på en eksplosjonsartet måte. Det samme gjelder skalldyr/skjell. Fare for forbrenning!

Ved tilberedning av speilegg eller kokte egg må du først stikke hull på eggeplommen.

På matvarer med fast skall eller skinn, f. eks. epler, tomater, poteter og pølser, kan skinnet/skallet sprekke. Stikk hull på skallet/skinnet før oppvarming.

Matvarer som inneholder lite fuktighet



Tin eller varm aldri opp matvarer som inneholder lite fuktighet, for eksempel brød, med for høy effekt eller for lenge. Fare for brann!

Årsaker til skader

Stekebrett eller aluminiumsfolie på ovnsbunnen

Ikke sett stekebrett på ovnsbunnen. Legg heller ikke aluminiumsfolie i bunnen.

Det kan føre til overoppheting. Bake- og steketidene stemmer ikke lenger, og emaljen blir skadet.

Vann i stekeovnen

Hell aldri vann inn i den varme stekeovnen. Det kan oppstå skader på emaljen.

Fruktsaft

Ikke legg for mye i universalpannen hvis du lager saftige fruktkaker. Fruktsaft som drypper fra universalpannen etterlater seg flekker som du ikke får fjernet senere.

Kjøøl av med åpen stekeovnsdør

Stekeovnen må kun avkjøles i lukket tilstand. Ikke sett noe i klem i stekeovnsdøren. Selv om stekeovnsdøren bare står på gløtt, kan elementfronter som står i nærheten, bli skadet over tid.

Svært skitten stekeovnstetning

Hvis dørpakningen er svært skitten, går ikke stekeovnsdøren ordentlig igjen. Elementfronter i området rundt kan bli skadet. Hold tetningen ren.

Stekeovnsdøren som sitteflate

Ikke stå på eller sett deg på stekeovnsdøren.

Mikrobølgefunksjonsdrift uten matvarer

Ikke slå på mikrobølgefunksjonen dersom det ikke er matvarer i stekeovnen. Uten matvarer kan apparatet bli overbelastet. Et unntak fra denne regelen er kortvarige tester av kokekar (se veiledning om kokekar).

Ditt nye apparat

Her kan du bli kjent med det nye apparatet ditt. Vi forklarer hvordan du bruker betjeningsfeltet med brytere og displayet. Her finner du informasjon om varmetyper og tilbehøret som følger med.

Betjeningsfelt



Taster for mikrobølgeeffektene

Du stiller inn ønsket mikrobølgeeffekt med tastene.

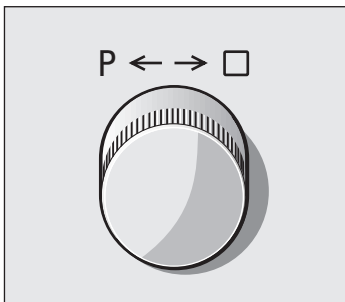
90 W	til opptining av ømfintlige matvarer
180 W	til opptining og viderekoking
360 W	til koking av kjøtt og oppvarming av ømfintlige matvarer
600 W	til oppvarming og koking av matvarer
900 W	til oppvarming av væsker

Hvis du trykker på en tast, lyser den valgte funksjonen på displayet.

Funksjonsvelger

Med funksjonsvelgeren stiller du inn driftstype, temperatur og "Individuell tilpasning" for programautomatikken. Hvis du vrir funksjonsvelgeren mot høyre, vises varmetypene. Vrir du den mot venstre, vises programmene.

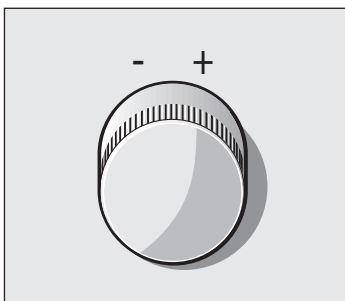
På displayet ser du den valgte oppvarmingsmåten, og i den andre linjen en foreslått temperatur eller trinn.



Driftstype	Temperaturområde/trinn
Over-/undervarme	30-300 °C
Intensivvarme	100-300 °C
Varmluft	30-250 °C
3d-varmluft	30-250 °C
Undervarme	30-200 °C
Omluftgrilling	100-250 °C
Grill, liten flate	svak, middels, sterk
Grill, stor flate	svak, middels, sterk
Langtidssteking	70-100 °C
Forvarming	30-70 °C
Varmholding	60-100 °C
Programautomatikk	11 programgrupper 51 programmer

Bryter

Med bryteren stiller du inn klokkeslett, varighet, sluttid, varselur og vekt for programautomatikken.



Områder	
1 sek - 10.00 t	Tid (varighet)
1 sek - 1.30 t	Mikrobølgevarighet Unntak: 900 W = 1 sek - 30 min.
Vekt	Avhengig av programmet
1 sek - 10.00 h	Varselur

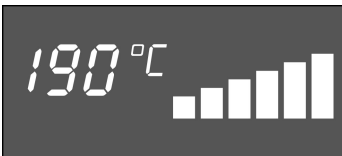
Betjeningsknapper og indikasjonfelt

Tasten ↓↑	Med denne skifter du linje i displayet
Tast for hurtigoppvarming »	Med denne kan du varme opp stekeovnen raskt
Klokketast ⊕	Med denne velger du klokkeslettet eller sluttiden →
M-tasten	Med denne velger du en minneinnstilling
Varselurtasten ⚠	Med denne velger du varselur-funksjonen - uavhengig av stekeovnen
Stopptast	Med denne stanser du bruken av stekeovnen eller du sletter en innstilling
Starttast	Med denne starter du bruken av stekeovnen

I indikasjonfeltet vises de innstilte verdiene.

Tekstdisplayet fører deg gjennom innstillingen. Det viser valgt driftstype og temperatur eller trinn. Det viser rettene i programautomatikken og gir tips om innstillinger. Tekstene på tekstdisplayet kan vises på flere språk

Oppvarmingskontrollen viser temperaturøkningen. Ved grilling og programautomatikk vises ikke oppvarmingskontrollen.



Nedsenkbare brytere

Bryterne er nedsenkbare. Trykk på en bryter for å senke eller heve den.

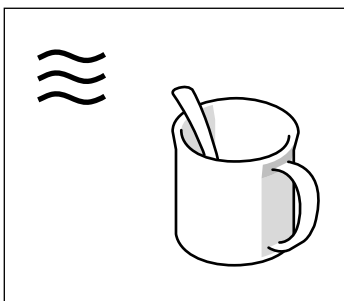
Du kan vri bryterne mot høyre eller venstre.

Varmetyper

For stekeovnen har du forskjellige varmetyper å velge mellom. Dermed kan du velge optimal tilberedningsmåte for alle typer retter.

Mikrobølger

I matvarer blir de omdannet til varme. Mikrobølgefunksjonen egner seg til rask opptining, oppvarming, smelting og koking.

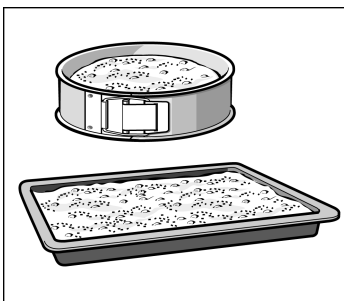


Over-/undervarme

Her kommer varmen jevnt ovenfra og fra undersiden mot kaken eller steken.

Fine kaker av rørt deig i form, sukkerbrød og kaker i universalpanne blir best på denne måten.

Over-/undervarme er også godt egnet for mager stek av oksekjøtt, kalv og vilt.

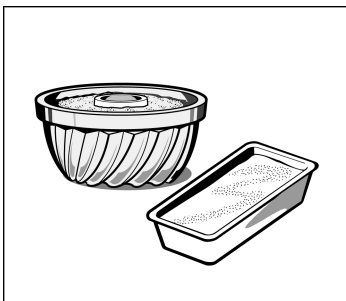


Intensivvarme

På grunn av den sterke varmen på undersiden får bakevarer som en spesielt sprø bunn. Pikante kaker som quiche lorraine trenger ikke lenger stekes på forhånd.

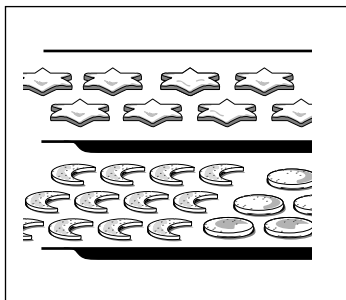
Også for baking i former av lys aluminium, glass eller porselen, som reflekterer varme, eller som leder dårlig, er intensivvarmen den ideelle varmetypen.





Varmluft

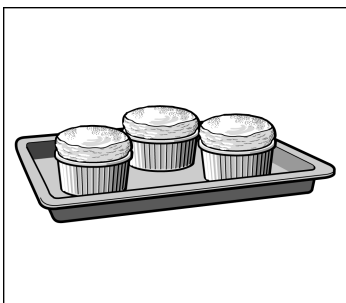
En ventilator i bakveggen fordeler varmen fra over-/undervarmen jevnt i stekeovnen. Med varmluft kan du bake kaker av rørt deig i form.



3D-varmluft

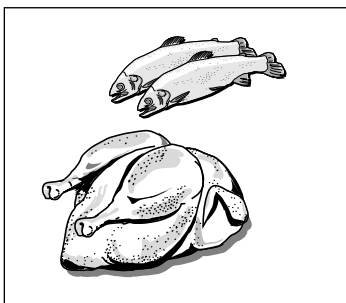
En ventilator i bakveggen på stekeovnen fordeler varmen fra overvarme, undervarme og ringelement jevnt i stekeovnen.

Med 3D-varmluft kan du steke kaker og småkaker i to høyder. De nødvendige stekeovnstemperaturene er lavere enn ved over-/undervarme. Ekstra brett får du i spesialforretninger.



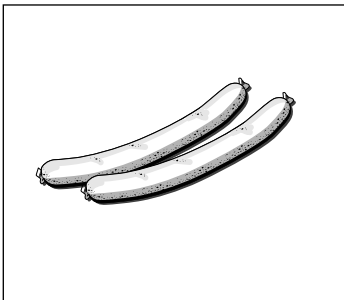
Undervarme

Med undervarme kan du ettersteke eller brune retter fra undersiden. Også egnet til steking av retter i vannbad.



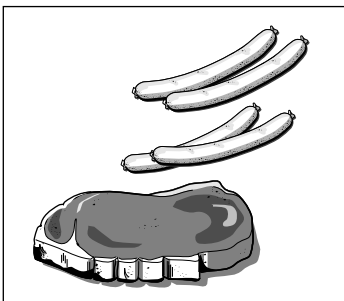
Omluftgrilling

Grillspiralene og ventilatoren slås vekselvis på og av. I varmepausen blåser ventilatoren varmen fra grillen rundt maten. På den måten blir kjøttstykkene sprø og brune på alle sidene.



Grill, liten flate

Her blir kun den midterste delen av grillen slått på. Denne varmetypen er godt egnet for små mengder. Du sparer energi. Legg grillstykkene på midten av risten.



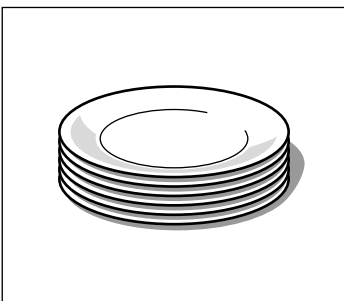
Grill, stor flate

Hele flaten under grillristen blir varm. Du kan grille flere biffer, pølser, fisk eller toast.



Langtidssteking

Med langtidssteking i temperaturområdet 70-100 °C blir alle møre kjøttstykker spesielt saftige.

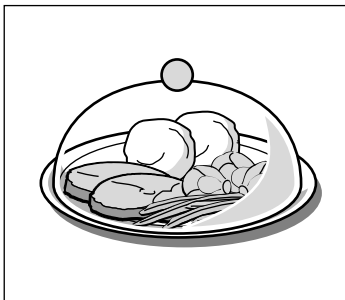


Forvarming

Porselensserviser kan forvarmes i området fra 30-70 °C.

I forvarmet servise blir ikke maten så fort kald. Drikkevarer holder seg lengre varme.

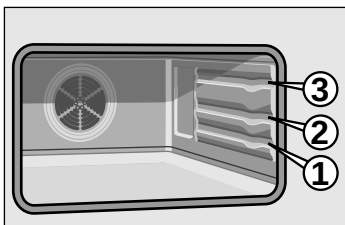
Bruk alltid grytevott eller grytelapper når du tar ut kokekar.



Varmholding

Matretter kan holdes varme i området fra 60-100 °C. Husk at varme retter blir raskere bedervet. Derfor må ikke maten holdes varm i mer enn to timer.

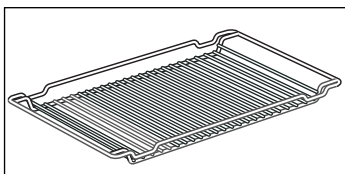
Stekeovn og tilbehør



Tilbehøret kan settes inn i stekeovnen i 3 forskjellige høyder.

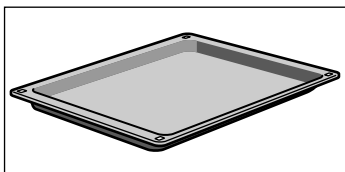
Tilbehøret kan trekkes ut i to tredjedels lengde uten at det vipper ut. Dermed er det enkelt å ta ut rettene.

Tilbehør



Rist

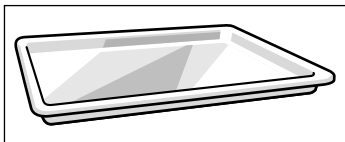
til kokekar, kakeformer, stek og grillstykker. Risten kan settes inn med den krumme delen vendt oppover  eller nedover .



Universalpanne HZ86U000

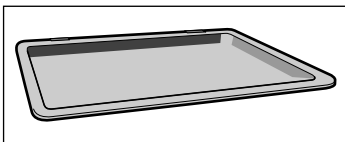
til store steker, tørre og saftige kaker, suffleer og gratenger. Den beskytter mot sprut når du griller kjøtt rett på risten. Sett universalpannen på høyde 1. Universalpannen legges inn i stekeovnen med den skrå enden vendt mot stekeovnsdøren.

Ekstra tilbehør



Glasspanne HZ86G000

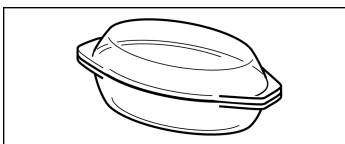
til store steker, saftige kaker, suffleer og gratenger. Den beskytter mot sprut når du griller kjøtt rett på risten. Sett glasspannen på høyde 1.



Emaljebrett HZ86B000

til kaker/småkaker.

Sett inn stekebrettet i stekeovnen med skråkanten vendt mot stekeovnsdøren inntil det stopper.



Glassfat HZ915000

til surrede retter og gratenger som tilberedes i stekeovn. Spesielt godt egnet for programautomatikk.

Veiledning:

Det kan oppstå kondens på glassruten i døren, på innvendige vegger og på bunnen. Dette er normalt, funksjonen til mikrobølgen blir ikke påvirket av dette. Tørk bort kondensvannet etter at du er ferdig med matlagingen.

Kjølevifte

Stekeovnen er utstyrt med en kjølevifte. Den slås av og på etter behov. Den varme luften slipper ut via døren.

Stekeovnen forblir kald når mikrobølgefunksjonen er aktiv. Kjøleviften slår seg likevel på. Den kan fortsette å gå også når mikrobølgefunksjonen er avsluttet.

Før første gangs bruk

I dette kapitlet finner du alt du trenger å vite før du går i gang med å lage mat for første gang.

Varm opp stekeovnen og rengjør tilbehøret. Les nøye sikkerhetsanvisningene i kapitlet "Hva du må ta hensyn til"!

Kontroller først hvorvidt klokkesymbolet  og tre nuller blinker i displayet. På displayet vises "Still klokken".

Still inn klokkeslettet

1. Still inn klokkeslettet med bryteren.

2. Trykk på klokketasten .

Nå er stekeovnen klar til bruk.

Velg språk for tekstdisplay

Tekstene som vises på displayet på stekeovnen, vises på tysk.

Du kan velge forskjellige språk for tekstdisplayet.

Endre språk

1. Trykk på "M"-tasten inntil "Sprache auswählen" vises på den første linjen.

2. Gå til andre linje ved hjelp av tasten  .

3. Still inn språk med funksjonsvelgeren.

4. Trykk på "M"-tasten.
Språket er lagret.

Oppvarming av stekeovnen

Slik går du frem:

Du kan kvitte deg med lukten av "ny ovn" ved å varme opp ovnen. Ovnrommet må være lukket og tomt.

1. Velg varmluft med funksjonsvelgeren.

2. Gå til andre linje ved hjelp av tasten  .

3. Still inn 250 °C med funksjonsvelgeren.

4. Trykk på klokketasten . På displayet vises 20.00 minutter.

5. Trykk på starttasten.

Etter 20 minutter slår stekeovnen av seg selv. På displayet vises "Slutt". Du hører et lydsignal. Trykk på stopptasten. Signalet opphører, og klokkeslettet vises igjen.

Luft kjøkkenet mens stekeovnen varmes opp.

Rengjøring av tilbehøret før bruk

Før du tar tilbehøret i bruk, må du rengjøre det med såpevann og en oppvaskklut.

Mikrobølgefunksjonen

Mikrobølgefunksjonen kan brukes alene eller sammen med en annen varmetype.

Her finner du informasjon om kokekar og kan lese hvordan du skal stille inn mikrobølgefunksjonen.

Tabeller og tips

I kapittelet Tabeller og tips finner du en rekke eksempler på opptining, oppvarming og steking med mikrobølgefunksjonen.

Kokekar

Egnede kokekar

Ildfaste kokekar av glass, glasskeramikk, porselen, keramikk eller mikrobølgesikker plast er egnet. Disse materialene slipper igjennom mikrobølgene.

Du kan også bruke serveringsfat. På den måten slipper du å legge opp/fylle over maten.

Kokekar med gull- eller sølvdekor må bare benyttes dersom produsenten kan garantere at det er egnet til bruk i mikrobølgeovn.

Uegnede kokekar

Kokekar av metall er ikke egnet.

Metall slipper ikke igjennom mikrobølgene. Matvarene blir ikke oppvarmet i lukkede metallkokekar.

Obs! Metall - for eksempel skjeen i glasset - må holdes minst 2 cm fra stekeovnsveggene og innsiden av døren. Gnister kan ødelegge glasset på innsiden av døren

Test av kokekar

Mikrobølgefunksjonen må ikke slås på når det ikke står matvarer i ovnen.

Det eneste unntaket er kokekar-testen nedenfor.

Dersom du ikke er sikker på om et kokekar er egnet for mikrobølge, kan du prøve denne testen:

Sett det tomme kokekaret inn i mikrobølgeovnen i 1/2 til 1 minutt på maksimal effekt. Kontroller temperaturen av og til. Kokekaret skal være kaldt eller lunkent.

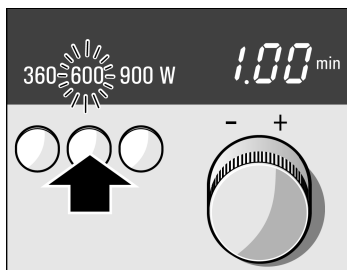
Dersom det blir varmt eller det oppstår gnister, er det ikke egnet til bruk i mikrobølgeovn.

Slik stiller du inn

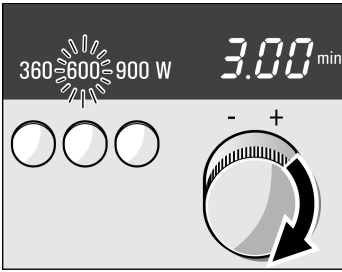
Mikrobølgeeffekten 900 watt kan stilles inn i maks.

30 minutter. For alle andre effekter er det mulig å stille inn en varighet på 90 minutter.

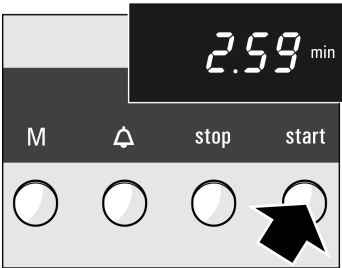
Eksempel:
Mikrobølgeeffekt 600 W,
3 minutter



1. Trykk på tasten for ønsket mikrobølgeeffekt.



2. Still inn varighet med bryteren.



3. Trykk på starttasten.

Varigheten telles ned og er synlig i indikasjonen.

Varigheten er telt ned

Du hører et lydssignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises “Slutt” eller “Apparatet avkjøles”. Klokkeslettet vises på nytt hvis du trykker på stopptasten eller åpner stekeovnsdøren.

Endre varighet

Du kan når som helst endre varigheten.

Stans

Åpne stekeovnsdøren. Mikrobølgefunksjonen avbrytes. Kjøleviften kan fortsetter å gå. Etter at du har lukket døren igjen, trykker du igjen på starttasten. Ovnsdriften fortsetter.

Du hører et signal etter ca. tre sekunder dersom du glemmer å trykke på starttasten. På displayet vises “Trykk på starttasten”.

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren og trykk én gang på stopptasten.

Veiledning

Varigheten vises på denne måten:

inntil **1.00** min i sekundintervall

inntil **15.00** min i 10-sekunders intervall

inntil **1.00** t i 30-sekunders intervall

inntil **1.30** t i 5-minutters intervall

Du kan også stille inn varigheten først og deretter mikrobølgeeffekt.

Flere mikrobølgeeffekter etter hverandre

Du kan stille inn inntil tre mikrobølgeeffekter og -tider for retten du skal lage.

Still inn som beskrevet i punkt 1 og 2. Still deretter inn den andre mikrobølgeeffekten og varigheten og ev. også en tredje.

Trykk til slutt på starttasten.

På displayet vises den totale varigheten. Denne telles ned. Den aktive mikrobølgeeffekten lyser sterkere.

Veiledning

Du kan også velge en mikrobølgeeffekt to ganger: f. eks. 600 W - 360 W - 600 W.

Effekten 900 W kan bare velges én gang.

Etter start kan du ikke lenger endre varigheten.

Stille inn stekeovnen

Du har flere muligheter når du skal stille inn stekeovnen.

Slå av stekeovnen manuelt

Når retten er ferdig, slår du av stekeovnen selv.

Stekeovnen slås automatisk av

Du kan også forlate kjøkkenet i et lengre tidsrom.

Stekeovnen slås automatisk på og av

Du kan for eksempel sette inn retten i stekeovnen før en søndagstur og stille inn ovnen slik at retten er ferdig senere på dagen.

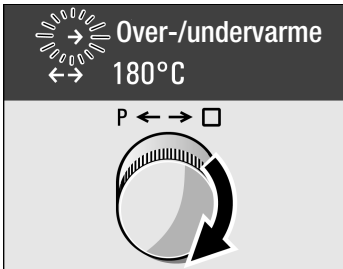
Tabeller og tips

I kapittelet Tabeller og tips finner du egnede innstillinger for en rekke retter.

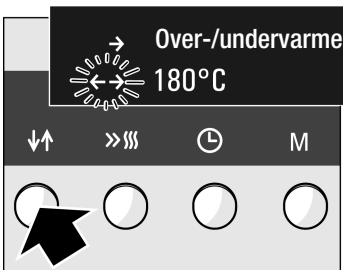
Slik stiller du inn

Eksempel:

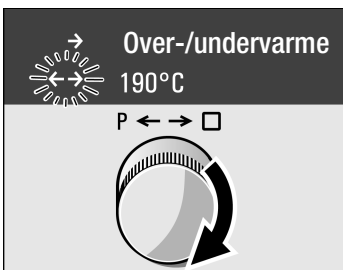
Over-/undervarme 190°C



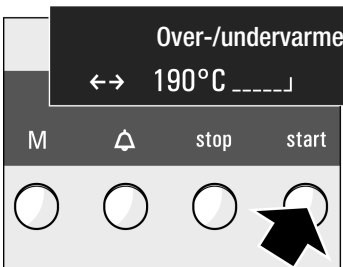
1. Vri funksjonsvelgeren mot høyre, inntil ønsket varmetype vises.
Den foreslåtte temperaturen eller det foreslåtte trinnet vises på andre linje.



2. Gå til andre linje ved hjelp av tasten ↓↑.



3. Still inn den ønskede temperaturen eller trinnet med funksjonsvelgeren.



4. Trykk på starttasten.

Utkobling

Når retten er ferdig, trykker du to ganger på stopptasten, eller du åpner stekeovnsdøren og trykker én gang på stopptasten. Kontrolllampen slukkes.

Endre innstilling

Du kan når som helst forandre temperaturen eller grilltrinnet.

Stans

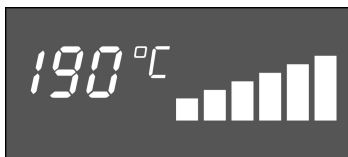
Åpne stekeovnsdøren. Kjøleviften kan fortsetter å gå. Etter at du har lukket døren igjen, trykker du igjen på starttasten. Ovnsdriften fortsetter.

Du hører et signal etter ca. tre sekunder dersom du glemmer å trykke på starttasten. På displayet vises "Trykk på starttasten".

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren og trykk én gang på stopptasten. Kontrolllampen slukkes.

Oppvarmingskontroll



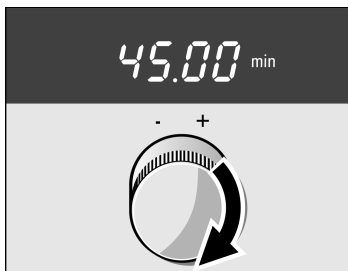
Oppvarmingskontrollen viser temperaturøkningen i stekeovnen.

Ved grilling vises ikke oppvarmingskontrollen.

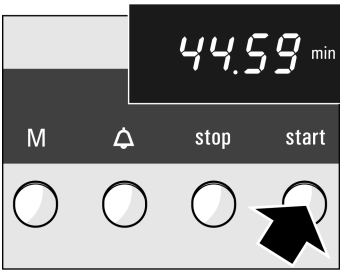
Stekeovnen skal slå av automatisk

Still inn som beskrevet i punkt 1 til 3. Angi også varighet (steketid) for retten.

Eksempel:
Varigheten er 45 minutter



4. Trykk på klokketasten . I displayet vises 20 minutter. Still inn ønsket varighet med bryteren.



5. Trykk på starttasten.

Varigheten telles ned og er synlig i indikasjonen.

Varigheten er telt ned

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises “Slutt” eller “Apparatet avkjøles”. Klokkeslettet vises på nytt hvis du trykker på stopptasten eller åpner stekeovnsdøren.

Endre innstilling

Du kan når som helst forandre varighet eller temperatur.

Stans

Trykk på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren. Etter at døren er lukket, trykker du på starttasten.

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne døren og trykk én gang på stopptasten.

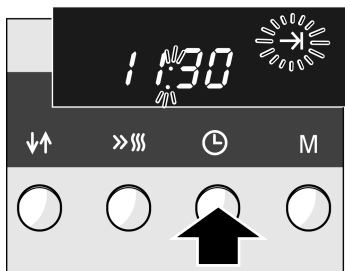
Veiledning

Du kan også stille inn temperaturen først og deretter varmetype og temperatur. Still inn varighet med bryteren og velg deretter varmetype med funksjonsvelgeren. Trykk på tasten ↓↑ og endre temperaturen. Start stekeovnen.

Stekeovnen skal slå automatisk på og av

Eksempel:

Klokken er 10.45. Det tar 45 minutter å tilberede retten, og den skal være ferdig til kl. 12.45.



Ta hensyn til at lett bedervelige matvarer ikke må stå for lenge i stekeovnen.

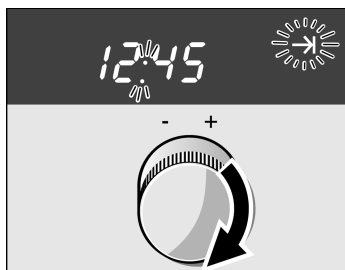
Still inn som beskrevet i punkt 1 til 4.

Stekeovnen skal ikke startes ennå.

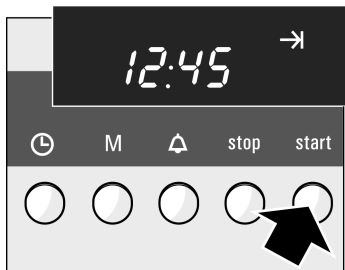
5. Trykk på klokketasten  inntil "Still inn sluttid" vises.

I indikasjonen blinker sluttsymbolet , og sluttidspunktet vises.

Dette er tidspunktet da retten er ferdig.



6. Med bryteren kan du forskyve sluttiden til et senere tidspunkt.



7. Trykk på starttasten.

Innstillingen brukes. I indikasjonen vises sluttiden inntil stekeovnen starter. Sluttsymbolet  lyser. Stekeovnen starter til riktig tidspunkt.

Endre sluttid

Stekeovnen skal ikke startes ennå. Trykk tre ganger på klokketasten  og endre sluttiden.

Varigheten er telt ned

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises “Slutt” eller “Apparatet avkjøles”. Klokkeslettet vises på nytt hvis du trykker på stopptasten.

Slette innstillingen

Trykk én gang på stopptasten.

Veiledning

Så lenge et symbol blinker, kan det endres. Når symbolet lyser, brukes den innstilte verdien.

Underveis kan du vise innstilt klokkeslett, varighet og sluttid. Trykk på klokketasten .

Hurtigoppvarming

Med denne kan du varme opp stekeovnen ekstra raskt. Hurtigoppvarmingen er ikke egnet for alle varmetyper.

Egnede varmetyper

Over-/undervarme
Intensivvarme
Varmluft
3D-varmluft

Hurtigoppvarming egner seg også for varmetypene kombinert med mikrobølgefunksjonen. Innstilt varighet begynner først etter at oppvarmingen er avsluttet.

Slik stiller du inn:

1. Still inn stekeovnen som ønsket.
2. Trykk på tasten for hurtigoppvarming . I displayet lyser symbolet .
3. Trykk på starttasten.
Stekeovnen varmer ikke.

Hurtigoppvarmingen er avsluttet

Du hører et kort lydsignal. Symbolet  slukkes. Sett retten inn i stekeovnen. Trykk på starttasten igjen. Innstilt varighet begynner først nå.

Avbryte hurtigoppvarmingen

Trykk på tasten for hurtigoppvarming »». Symbolet slukkes. Hurtigoppvarmingen er avbrutt.

Stans

Trykk på stopptasten. Trykk på starttasten for at hurtigoppvarmingen skal fortsette.

Veiledning

Hurtigoppvarmingen fungerer ikke hvis den innstilte temperaturen ligger under 100 °C.
Hvis temperaturen i stekeovnen bare er litt lavere enn den innstilte temperaturen, er hurtigoppvarming ikke nødvendig. Den blir ikke slått på.

Stille inn stekeovn og mikrobølge i kombinasjon

Når du velger en slik kombinasjon, er en varmetype i drift samtidig med mikrobølgen.

900 W-effektt trinnet kan ikke kombineres med en varmetype. På displayet vises "Ikke mulig".

Du kan stille inn inntil tre mikrobølgeeffekter og tider, men bare én varmetype og temperatur.

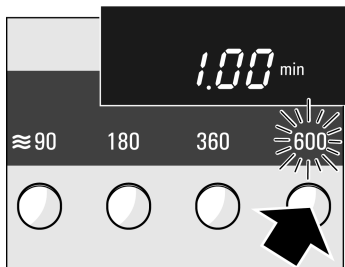
Du kan stille inn en varighet på inntil 1 time og 30 minutter.

Egnede varmetyper:

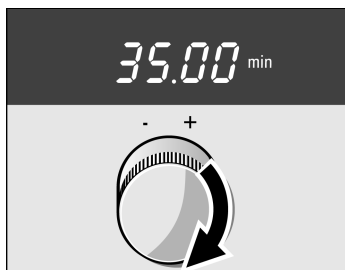
Over-/undervarme
Varmluft
3D-varmluft
Omluftgrilling
Grill, liten flate
Grill, stor flate

Slik stiller du inn

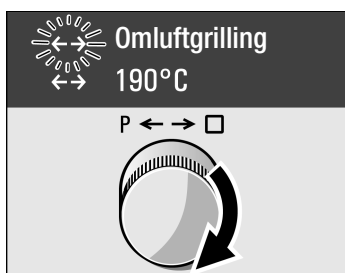
Eksempel:
Mikrobølgeeffekt 600 W,
35 minutter,
omluftgrilling 180 °C



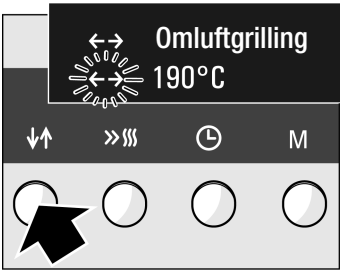
1. Trykk på tasten for ønsket mikrobølgeeffekt.



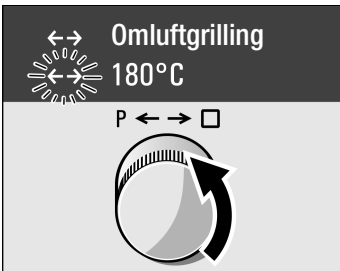
2. Still inn ønsket varighet med bryteren.



3. Vri funksjonsvelgeren mot høyre, inntil ønsket varmetype vises.



4. Gå til andre linje ved hjelp av tasten ↓↑.



5. Still inn den ønskede temperaturen eller trinnet med funksjonsvelgeren.



6. Trykk på starttasten.

Varigheten telles ned og er synlig i indikasjonen.

Varigheten er telt ned

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises "Slutt" eller "Apparatet avkjøles". Åpne stekeovnsdøren eller trykk på stopptasten.

Endre innstilling

Du kan når som helst forandre varighet eller grilltrinn.

Stans

Åpne stekeovnsdøren. Mikrobølgefunksjonen avbrytes. Kjøleviften kan fortsetter å gå. Etter at du har lukket døren igjen, trykker du igjen på starttasten. Ovnsdriften fortsetter.

Du hører et signal etter ca. tre sekunder dersom du glemmer å trykke på starttasten. På displayet vises "Trykk på starttasten".

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren og trykk én gang på stopptasten.

Stekeovn og mikrobølgefunksjon skal automatisk slås på og av

Still inn som beskrevet i punkt 1 til 5. Trykk på klokketasten  inntil "Still inn sluttid" vises. Endre sluttiden til et senere tidspunkt med bryteren og trykk igjen på starttasten.

Veiledning

Du kan også stille inn varmetype og temperatur først, og deretter mikrobølgeeffekt og varighet.

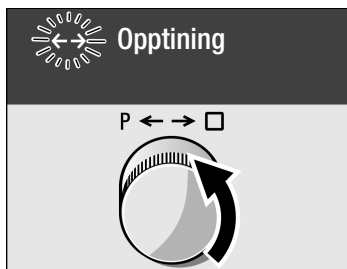
Programautomatikk

Slik stiller du inn:

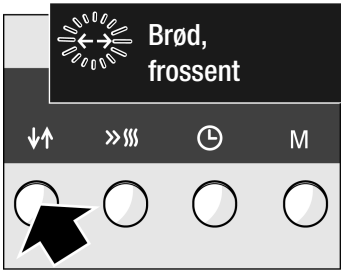
Med programautomatikken er det lettvinnt å tine opp matvarer, og du kan tilberede en rekke retter på en enkel og grei måte.

Det finnes 11 Programgrupper for programautomatikken med totalt 51 programmer.

Eksempel:
Frossen kjøttdeig, 1000 g



1. Dreii funksjonsvelgeren mot venstre og velg en programgruppe.

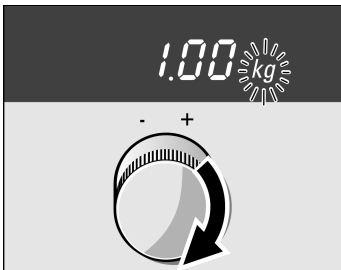


2. Trykk på tasten ↓↑.

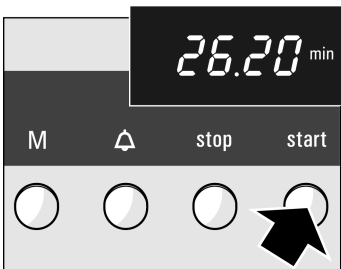
I displayet vises det første programmet samt foreslått vekt.



3. Still inn ønsket program med funksjonsvelgeren. Vektforslag vises på displayet.



4. Still inn ønsket vekt med bryteren.



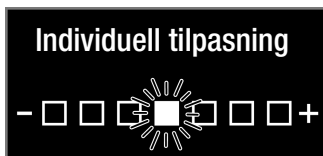
5. Trykk på starttasten.

Varigheten telles ned og er synlig på displayet.

Varigheten er telt ned.

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises "Slutt". Hvis stekeovnen ennå er varm, vises "Apparatet avkjøles" på displayet. Åpne stekeovnsdøren eller trykk på stopptasten.

Tilpasse stekeresultatet individuelt.



Du kan endre stekeresultatet dersom det ikke er slik du ønsker.

Still inn som beskrevet i punkt 1 til 4. Trykk på tasten $\downarrow\uparrow$ noen sekunder før start og flytt det lysende feltet med funksjonsvelgeren.

mot venstre = stekeresultatet blir svakere

mot høyre = stekeresultatet blir mer intensivt

Du kan endre "Individuell tilpasning" permanent dersom du ønsker et svakere henholdsvis mer intensivt stekeresultat.

Du kan lese mer om dette i kapitlet Grunninnstillinger.

Informasjon om tilbehøret

Hvis du trykker på minnetasten "M", vises informasjon om tilbehøret du trenger.

Stans

Åpne stekeovnsdøren. Kjøleviften kan fortsette å gå. Etter at du har lukket døren, trykker du igjen på starttasten. Ovnsdriften fortsetter.

Du hører et signal etter ca. tre sekunder dersom du glemmer å trykke på starttasten. På displayet vises "Trykk på starttasten".

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren og trykk én gang på stopptasten.

Programmet skal slås automatisk på og av

Ta hensyn til at lett bederverlige matvarer ikke må stå for lenge i stekeovnen.

Still inn som beskrevet i punkt 1 og 4. Trykk på klokketasten $\odot$ inntil "Still inn sluttid" vises. Endre sluttiden til et senere tidspunkt med bryteren og trykk igjen på starttasten.

Veiledning

Varigheten kan ikke endres.

Det er i noen programmer nødvendig å røre om eller snu maten. På displayet vises meldingen "Vend" eller "Rør om". Du hører et lydsignal. Teksten blir stående på displayet inntil du åpner stekeovnsdøren eller programmet er ferdig.

Veiledning til programautomatikk

Ta matvarene ut av emballasjen og vei dem. Hvis du ikke kan angi den nøyaktige vekten, runder du den opp eller ned.

Bruk alltid bare kokekar som er egnet til mikrobølge, for eksempel kokekar av glass, keramikk eller universalpannen. Ta også hensyn til veiledningen for tilbehøret i programtabellen.

Sett matvarene inn i kald stekeovn.

En tabell med egnede matvarer, det aktuelle vektområdet og nødvendig tilbehør finner du i tilknytning til programveiledningen.

Det er ikke mulig å stille inn vektverdier utenom vektområdet.

Ved mange retter hører du et lydsignal etter en viss tid. Vend matvarene eller rør om.

Opptining

Frys ned og oppbevar matvarene ved -18°C og i så flate porsjonspakker som mulig.

Legg de frosne matvarene på et flatt kokekar, f.eks. en glass- eller porselensstallerken.

Ømfintlige deler, og deler som stikker ut, dekkes med små biter aluminiumsfolie. På den måten unngår du at delene brunes for tidlig. Aluminiumsfolien må ikke komme borti ovnsveggene.

Etter opptiningen må matvarene ettertine i 10 - 90 minutter for å få riktig temperaturutjevning.

Ved opptining av kjøtt, fjærkre eller fisk blir det dannet væske. Denne må fjernes under opptiningsvarene når du vender dem. Den må ikke under noen omstendighet brukes videre eller komme i kontakt med andre matvarer.

Storfe-, lam- og svinekjøtt legges først med fettsiden ned i kokekaret.

Tin bare så mye brød du trenger om gangen. Det blir fort tørt.

Fjern kjøttdeig som alt er tint når du snur den.

Helt fjærkre legges først med brystsiden ned, stykker av fjærkre legges med skinnsiden først ned i kokekaret. Ben og vinger dekkles med små biter aluminiumsfolie.

Ved tilberedning av hel fisk dekkles halefinnene med aluminiumsfolie, ved fiskefilet dekkles området langs kantene og ved fiskekoteletter dekkles de utstående endene.

Grønnsaker

Grønnsaker, friske: Skjær kjøttet i like store stykker. Tilsett 2 spiseskjeer vann per 100 g.

Grønnsaker, frosne: Det er kun blancherte, ikke forvellede grønnsaker som egner seg. Frosne grønnsaker med fløtesaus egner seg ikke. Tilsett én til to spiseskjeer vann per 100 g. Ikke tilsett vann ved tilberedning av spinat og rødkål.

Poteter

Skrelte poteter: Skjær kjøttet i like store stykker. Tilsett to ss vann og litt salt per 100 g poteter.

Uskrelte kokepoteter: Bruk poteter som er like i størrelsen. Vask, skrell og prikk dem. Legg de ennå fuktige potetene i et kokekar uten vann.

Kornprodukter

Kornvarer skummer kraftig ved koking. Legg derfor alt korn og gryn i et høyt kokekar med lokk. Still inn bruttovekten for kornet (uten væske).

Ris: Ikke bruk ferdigris i porsjonspakker. Tilsett to til to og en halv ganger rismengden i væske.

Polenta: Tilsett 2 til 3 ganger så mye vann som polenta, avhengig av malingsgrad.

Couscous: Tilsett dobbel mengde væske for couscous

Quinoa: Tilsett dobbel mengde væske for quinoa.

Hirse: Tilsett to til to og en halv ganger hirsemengde i væske.

Fisk

Hel fisk, fersk: Tilsett 1 til 3 ss vann eller sitronsaft.

Fiskefilet, fersk: Tilsett 1 til 3 ss vann eller sitronsaft.

Panerte calamares, frosne: Disse må være egnet til tilberedning i stekeovn.

Fjærkre

Legg kylling med brystsidene ned i kokekaret.

Legg kyllingstykker med kjøttssiden ned i kokekaret.

Stek kalkunbryst uten skinn. Tilsett 100-150 ml væske per kalkunbryst. Tilsett 50-100 ml væske igjen etter snuing.

Kjøtt

Roastbeef stekes først med fettsiden ned.

Oksestek, kalvestek, lammelår og svinestek: Steken skal dekke ca. to tredjedeler av bunnen på kokekaret. Tilsett 50 ml væske til steken. Tilsett 50-100 ml væske igjen etter snuing.

Tilsett 50-100 ml væske til kjøttpuddingen.

Grateng, frossen

Sett retten i et kokekar som er beregnet for mikrobølgeovn på høyde 1 på risten.

Potetprodukter, frosne

Pommes frites, kroketter og rösti må være egnet til tilberedning i stekeovn.

Snacks, frosne

Vårruller og mini-vårruller må være egnet til tilberedning i stekeovn. Saltkringler (brezel) settes rett inn i stekeovnen uten opptining.

Pizza, frossen

Bruk forsteikt, frossen pizza og pizzabaguetter.

Hviletider

Noen retter trenger i tillegg en hviletid i stekeovnen etter at programmet er sluttet.

Rett	Hviletid
Grønnsaker	ca. 5 minutter
Poteter	ca. 5 minutter. Hell først av vannet først som er kommet til.
Kornprodukter	5 til 10 minutter
Kalkunbryst	10 minutter
Roastbeef, oksestek, kalvestek, lammelår, svinestek, kjøttpudding	10 minutter

Programtabell

Programgruppe Program	Egnede matvarer	Vektområde i kg	Kokekar/tilbehør, Stekehøyde
Opptining			
Brød, frossent***	Hvetebrød, grovbrød, fullkornbrød	0,20 - 1,50	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Kake, tørr, frossen**	Formkake uten glasur og fyll, kaker av gjærdeig	0,20 - 1,50	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Kake, saftig, frossen	Formkake med frukt uten fyll, glasur eller gelatin, uten krem	0,20 - 1,20	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Kjøttdeig frossen*	Kjøttpudding av storfe, lam, svin	0,15 - 1,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Oksekjøtt, frossent**	Oksestek, kalvestek, biff	0,20 - 2,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Lammekjøtt, frossent**	Lammelår, lammeskulder, rullestek av lam	0,50 - 2,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Svinekjøtt, frossent**	Nakkestek uten ben, rullestek, schnitzel, gulasj	0,20 - 2,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Fjærkre, hel, frossen**	Kylling, and	0,70 - 2,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Fjærkre, deler, frosne**	Kyllinglår, halve kyllinger, gåselår, gåsebryst, andebryst	0,20 - 1,20	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Fisk, hel, frossen**	Ørret, torsk, kolje	0,20 - 1,20	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Fiskefilet, frossen**	Filet av gjedde, kolje, laks, uer, sei, gjørs	0,20 - 1,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Fiskekoteletter, frosne**	Kotelett av kolje, gjedde, torsk, laks	0,20 - 1,00	Flatt kokekar uten lokk, rist, høyde 1

* Signal om vending av maten etter ca. ½ av tiden

** Signal om vending av maten etter ⅓ og ⅔ av tiden

*** Du hører et lydsignal om vending av maten etter ⅔ av tiden

Programgruppe Program	Egnede matvarer	Vektområde i kg	Kokekar/tilbehør Stekehøyde
Grønnsaker			
Grønnsaker, friske*	Blomkål, brokkoli, gulrøtter, kålrot, purre, paprika, squash	0,20 - 1,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1

Programgruppe Program	Egnede matvarer	Vektområde i kg	Kokekar/tilbehør Stekehøyde
Grønnsaker, frosne*	Blomkål, brokkoli, gulrøtter, kålrot, rødkål, spinat	0,15 - 1,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
* Du hører et lydsignal om røring i maten etter ½ av tiden.			
Poteter			
Skelte poteter*	Faste, nokså faste eller melne poteter	0,20 - 1,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Uskelte kokepoteter*	Faste, nokså faste eller melne poteter	0,20 - 1,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
* Du hører et lydsignal om røring i maten etter ½ av tiden.			
Kornprodukter			
Langkornet ris*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Basmatiris*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Naturris*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Polenta*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Couscous**		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Quinoa*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Hirse*		0,10 - 0,50	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
* Du hører et signal angående omrøring etter ca. 2-14 minutter, avhengig av vekt.			
** Signal om røring i maten etter 1-2 minutter.			
Fisk			
Fisk, hel, fersk	Ørret, makrell, gjørs	0,30 - 1,10	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Fiskefilet, fersk	Filet av gjedde, kolje, uer, sei, gjørs	0,20 - 1,00	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Panerte calamares, frosne*		0,20 - 0,50	Universalpanne, høyde 2
* Du hører et lydsignal om vending av maten etter ⅔ av tiden			
Fjærkre			
Kylling, hel, fersk*		0,80 - 1,80	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1

Programgruppe Program	Egnede matvarer	Vektområde i kg	Kokekar/tilbehør Stekehøyde
Kyllingstykker, ferske	Kyllinglår, halve kyllinger	0,40 - 1,20	Høyt kokekar med lokk, rist, høyde 1
Kalkunbryst, ferskt**	Kalkunbryst uten skinn	0,80 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
* Signal om vendig for hel kylling etter $\frac{2}{3}$ av tiden ** Du hører et lydsignal om vending av maten etter $\frac{1}{2}$ av tiden			
Kjøtt			
Roastbeef, fersk*	5 - 6 cm høy roastbeef	0,80 - 2,00	Kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Roastbeef, engelsk, fersk*	5 - 6 cm høy roastbeef	0,80 - 2,00	Kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Oksestek, fersk**		0,80 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Kalvestek, fersk*	Bog, rundbiff	0,80 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Lammelår rosa, ferskt*	Lammelår uten ben	1,00 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Svinestek, fersk*	Nakkestek uten ben, rullestek	0,80 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Stek med svor		0,80 - 2,00	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
Kjøttpudding	8 cm høy	0,80 - 1,50	Kokekar med lokk, rist, høyde 1
* Du hører et signal om vending av maten etter $\frac{1}{2}$ av tiden ** Signal om vendig av maten etter $\frac{1}{3}$ og $\frac{2}{3}$ av tiden.			
Grateng, frossen			
Lasagne bolognese, frossen		0,40 - 1,00	Kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Cannelloni, frossen		0,40 - 1,00	Kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Makaronigrateng, frossen		0,40 - 1,00	Kokekar uten lokk, rist, høyde 1
Potetprodukter, frosne			
Pommes frites, tykke, frosne*		0,20 - 0,60	Universalpanne, høyde 2
Pommes frites, tynne, frosne*		0,20 - 0,50	Universalpanne, høyde 2

Programgruppe Program	Egnede matvarer	Vektområde i kg	Kokekar/tilbehør Stek høyde
Kroketter, frosne*		0,20 - 0,70	Universalpanne, høyde 2
Rösti, frosne*		0,20 - 0,80	Universalpanne, høyde 2
* Du hører et lydsignal om vending av maten etter $\frac{2}{3}$ av tiden.			
Snacks, frosne			
Vårruller, frosne*		0,10 - 1,00	Universalpanne, høyde 2
Mini-vårruller, frosne*		0,10 - 0,60	Universalpanne, høyde 2
Kringle, frossen		0,10 - 0,40	Universalpanne, høyde 2
* Du hører et signal om vending av maten etter $\frac{1}{2}$ av tiden			
Pizza, frossen			
Pizza, forstekt, tynn bunn, frossen		0,30 - 0,50	Universalpanne, høyde 1
Pizza, forstekt, tykk bunn, frossen		0,40 - 0,60	Universalpanne, høyde 1
Mini-pizza, forstekt, frossen		0,10 - 0,60	Universalpanne, høyde 1
Pizza-baguetter, frosne		0,10 - 0,75	Universalpanne, høyde 1

Minne

Med minnefunksjonen kan du sette sammen dine egne programmer. Du kan lagre innstillinger for inntil seks retter og når som helst aktivere disse igjen.

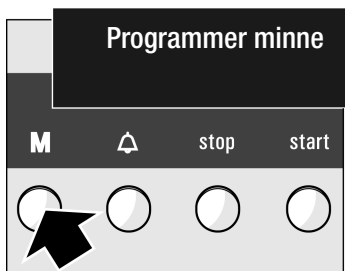
Minnefunksjonen er praktisk når du trenger flere forskjellige innstillinger for en rett, eller dersom du ofte tilbereder en bestemt rett.

Du kan også lagre en rett fra programautomatikken.

Lagre minnet

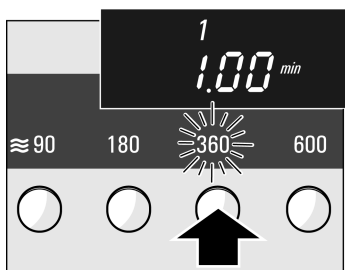
Eksempel:
Minneplass 1, 360 W,
7 minutter, varmluft, 220 °C

Velg en av de seks minneplassene og foreta innstillingene.

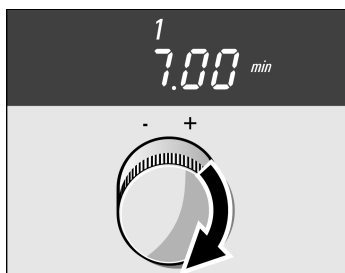


1. Trykk på minnetasten "M".
På displayet vises "Programmer minne" og 1 for den første minneplassen.

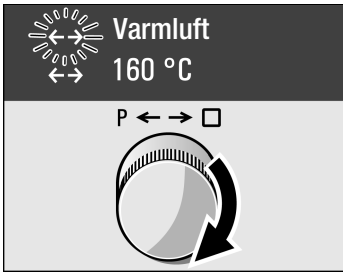
Trykk på minnetasten "M" på nytt for en annen minneplass.



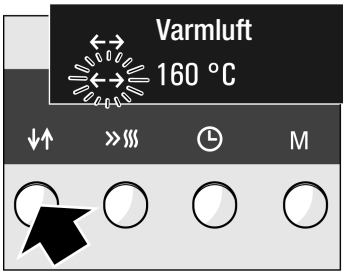
2. Trykk på tasten for ønsket mikrobølgeeffekt.



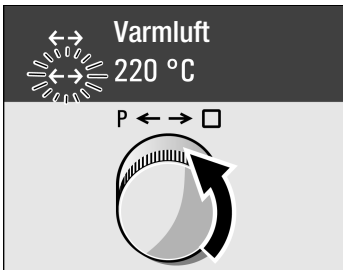
3. Still inn varighet med bryteren.



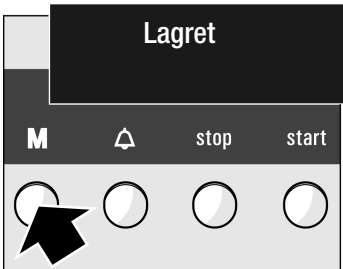
4. Velg varmetypen med funksjonsvelgeren.



5. Gå til andre linje ved hjelp av tasten ↓↑.



6. Still inn den ønskede temperaturen eller grilltrinnet med funksjonsvelgeren.



7. Trykk på minnetasten "M". På displayet vises "Lagret". Klokken vises igjen.

Stille inn minneplass på nytt

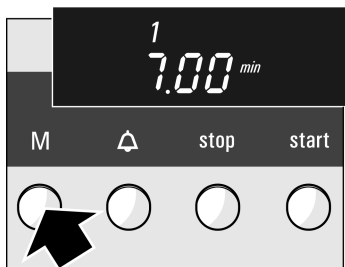
Du kan også lagre minneinnstillingen og starte samtidig. Dette gjør du ved å trykke på starttasten i stedet for minnetasten "M".

Du kan også lagre en rett fra programautomatikken.

Hvis du vil stille inn en minneplass på nytt, velger du minneplassen. De gamle innstillingene vises. Trykk på stopptasten og still inn på nytt.

Starte minnefunksjonene

Eksempel:
Minneplass 1, 360 W,
7 minutter, Varmluft, 220 °C



Det er enkelt å hente frem de lagrede innstillingene for rettene.

Sett retten inn i stekeovnen.

1. Trykk på minnetasten “M”. “1” vises for minneplass 1.

Trykk på minnetasten “M” på nytt for en annen minneplass.



2. Trykk på starttasten.

Varigheten telles ned og er synlig i indikasjonen.

Varigheten er telt ned

Du hører et lydsignal. Stekeovnen slås av. På displayet vises “Slutt” eller “Apparatet avkjøles”. Åpne stekeovnsdøren eller trykk på stopptasten.

Stans

Åpne stekeovnsdøren. Kjøleviften kan fortsetter å gå. Etter at du har lukket døren igjen, trykker du igjen på starttasten. Ovnstriften fortsetter. Du hører et signal etter ca. tre sekunder dersom du glemmer å trykke på starttasten. På displayet vises “Trykk på starttasten”.

Slette innstillingen

Trykk to ganger på stopptasten eller åpne stekeovnsdøren og trykk én gang på stopptasten.

Slå stekeovnen av og på automatisk

Velg minneplass med minnetasten “M”. Trykk på klokketasten  og forskyv sluttiden til senere.

Veiledning

Etter start kan du ikke lenger endre minneplassen.

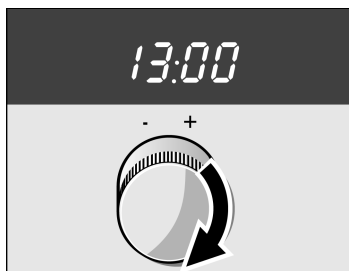
Temperatur, grilltrinn eller varighet kan kun endres etter start.

Klokkeslett

Etter første gangs tilkobling og etter strøbrudd blinker tre nuller og klokkesymbolet ⌚ på displayet. "Still klokken" vises.

Slik stiller du inn

Eksempel:
Kl. 13.00



1. Still inn riktig klokkeslett med bryteren.



2. Trykk på klokketasten ⌚.
Innstilt klokkeslett vises.

Endring (f.eks. fra sommer-
til vintertid)

Trykk på klokketasten ⌚. Still inn som beskrevet i punkt 1 og 2.

Skjul klokken

Apparatet er stilt inn slik at klokkeslettet alltid vises. Du kan endre denne grunninnstillingen til

”Tidsangivelse kun ved drift” - klokkeslettet skjules og vises bare når stekeovnen er i drift.

1. Trykk på minnetasten “M” inntil “Velg språk” vises på den første linjen.
2. Vri på funksjonsvelgeren inntil “Klokke-display” vises i den første linjen.
3. Bytt til andre linje med tasten ↓↑ og velg “kun ved drift” med funksjonsvelgeren.
4. Trykk på minnetasten “M”. Endringen er lagret.

Klokken går i bakgrunnen.

Du kan finne flere opplysninger om dette i kapittelet “Grunninnstillinger”.

Veiledning

Mellom kl. 22.00 og 6.00 lyser klokkeindikasjonen bare med halv styrke.

Autostart

Apparatet er i utgangspunktet innstilt slik at du må trykke på starttasten for å starte den innstilte stekeovnsdriften.

Ved ”Autostart” starter stekeovnen automatisk etter at du har lukket stekeovnsdøren.

Under overskriften ”Slik stiller du inn” i kapittelet ”Grunninnstillinger” kan du lese hvordan du velger autostart.

Grunninnstillinger

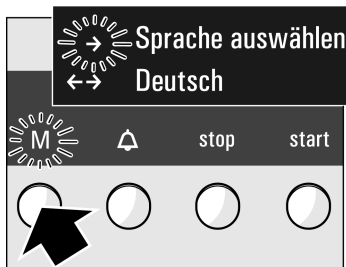
Stekeovnen har forskjellige grunninnstillinger. Før du bruker apparatet for første gang, bør du alltid stille inn språket for displayet. Grunninnstillingen er tysk. Du kan til enhver tid endre grunninnstillingene individuelt.

Grunninnstilling	Funksjon	Endre til
"Velg språk" "tysk"	Språk til tekstdisplayet	Det er mulig å velge flere språk
"Signaltoner varighet kort" = 5 toner	Signal etter at en varighet er utløpt.	"Signaltoner varighet middels" = 30 toner "Signaltoner varighet lang" = 40 toner
"Signaltoner volum" = middels	Volum på signalet	"Lydstyrke på signaltonen" = svakt = sterk
"Klokkeslett display konstant" lyser alltid i displayet.	Visning av klokkeslett	"Klokkeslett display kun ved drift" Klokkeslettet vises så lenge stekeovnen er i drift.
"Autostart av" = Ovn drift starter med starttasten.	Start drift	"Autostart på" = Drift starter automatisk uten starttasten.
"Individuell tilpasning"	Endre stekeresultatet for programautomatikken	For eksempel individuell tilpasning Stekeresultatet blir stadig mer intensivt
-  +		-  +

Slik stiller du inn

Eksempel:
Endre språk til norsk

Du kan velge mellom ulike språk.



1. Trykk på minnetasten “M” i noen sekunder. I displayet vises grunninnstillingen “Sprache auswählen” i den første linjen, og i den andre linjen vises “Deutsch”.



2. Gå til andre linje ved hjelp av tasten ↓↑.



3. Endre grunninnstillingen med funksjonsvelgeren.

Endring av flere grunninnstillinger

4. Trykk på minnetasten “M”. Endringen er lagret.

Trykk på minnetasten “M” i noen sekunder. Velg med funksjonsvelgeren den grunninnstillingen du vil endre. Still inn som beskrevet i punkt 2 til 4.

Barnesikring

For at barn ikke skal slå på stekeovnen utilsiktet er stekeovnen utstyrt med barnesikring.

Sperring av stekeovnen

Hold stopptasten inne i noen sekunder. På displayet vises "Barnesikring aktiv".
Alle funksjoner er sperret.

Oppheve sperren

Hold stopptasten inne i noen sekunder igjen.
Sperren er opphevet.

Merk

Varselur og klokkeslett kan også innstilles når komfyren er sperret.

Barnesikringen forblir aktiv etter et strømbrudd.

Varselur

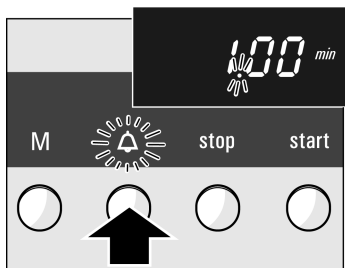
Varseluret kan du bruke som en alarmklokke. Den fungerer uavhengig av stekeovnen.

Varseluret har et spesielt signal.

Du kan også stille inn varseluret mens barnesikringen er aktiv.

Slik stiller du inn

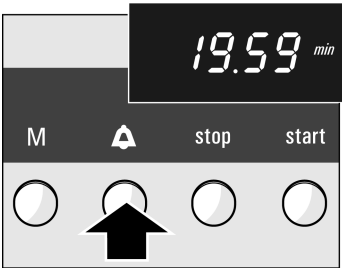
Eksempel: 20 minutter



1. Trykk på varselurtasten .
På displayet vises "Still inn varselur".



2. Still inn tidsuret med bryteren.



3. Trykk på varselurtasten .

Tiden telles ned og er synlig på displayet.

Tiden er telt ned

Du hører et lydsignal. Trykk på varselurtasten . Klokken vises igjen.

Endre varselurtiden

Trykk på varselurtasten . Endre tiden med bryteren og trykk en gang til på varselurtasten .

Slette innstillingen

Trykk på varselurtasten  og deretter på stopptasten. Når en stekeovnsfunksjon telles ned samtidig: Trykk på varselurtasten  og still varseltiden på null med bryteren og trykk på varselurtasten  igjen. Stekeovnsdriften fortsetter.

Automatisk sikkerhetsutkobling

Hvis du en gang glemmer å slå av stekeovnen, aktiveres den automatiske sikkerhetsutkoblingen. Stekeovnsdriften avbrytes. Når dette skjer, avhenger av innstilt temperatur eller grilltrinn.

Når oppvarmingen i stekeovnen ikke lenger er på, vises 5 på displayet.

Oppvarmingen forblir avbrutt helt til du trykker på stopptasten. 5 slukkes.

Nå kan du stille inn stekeovnen igjen.

Deaktivering av sikkerhetsutkobling

Angi en varighet. Deretter slås stekeovnen av til ønsket tid.

Sikkerhetsutkoblingen er deaktivert.

Vedlikehold og rengjøring

Ikke bruk høytrykksspyler eller dampstråle ved rengjøring.

Utsiden av apparatet

Rengjør apparatet med vann og litt oppvaskmiddel. Tørk av med en myk klut.

Aggressive rengjøringsmidler og skuremidler er ikke egnet. Dersom et slikt middel skulle havne på forsiden av komfyren, må det straks vaskes bort med vann.

Små fargeforskjeller på forsiden av apparatet kan skyldes ulike materialer, som glass, plast eller metall.

Apparater med front i rustfritt stål

Fjern kalk-, fett-, stivelses- og eggehviteflekker så snart som mulig. Under slike flekker kan det danne seg korrosjon.

Bruk vann og litt oppvaskmiddel til rengjøringen. Tørk av flaten med en myk klut.

Apparater med aluminiumsfront

Bruk et mildt vinduspusemiddel. Tørk av med en ren vinduspuseklut eller en fuselfri mikrofiberklut. Tørk vannrett og uten å øve trykke mot flaten.

Aggressive rengjøringsmidler, ripende svamper og grove vaskekluter er ikke egnet.

Stekeovnen

Rengjøring av selvrensende flater i stekeovnen

Ikke bruk harde skureputer eller pussesvamper. Stekeovnsrens må bare brukes på de emaljerte flatene i stekeovnen.

Bakveggen og taket er belagt med selvrensende emalje. Disse rengjør seg selv når stekeovnen er i bruk. Kraftige sprutresten forsvinner ofte først etter flere gangers bruk av stekeovnen.

De selvrensende flatene må aldri rengjøres med ovnsrens.

En svak misfarging av emaljen har ingen innvirkning på selvrens-funksjonen.

Rengjøring av emaljeflatene i stekeovnen

Ikke bruk varmt såpevann eller vann med eddik.

Hvis ovnen er svært skitten, er det best å bruke stekeovnsrens. Stekeovnsrens må kun brukes i kald ovn.

For øvrig:

Emalje blir brent ved svært høye temperaturer. Det kan da oppstå små fargeforskjeller. Dette er normalt og har ingen innflytelse på funksjonen. Slike misfarginger må ikke behandles med harde skuresvamper eller etsende rengjøringsmidler.

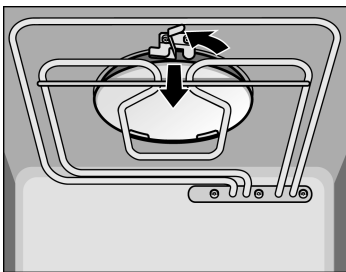
Kanter av tynne metallplater lar seg ikke emaljere fullstendig. De kan derfor være ru. De er likevel helt beskyttet mot korrosjon.

Rengjøring av glassdekselet på stekeovnstaket

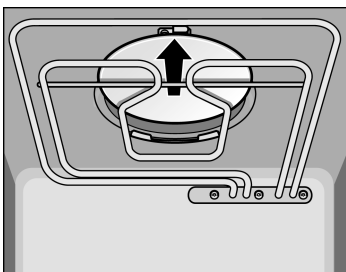
Du kan ta ut glassdekselet på stekeovnstaket. Obs! Stekeovnen må være kald.

Utmontering

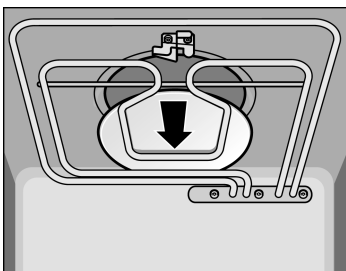
1. Legg et oppvaskhåndkle i stekeovnen.



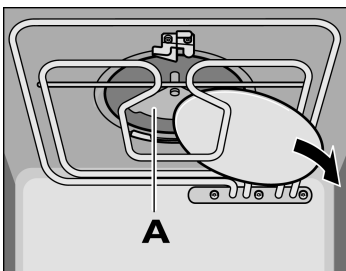
2. Trekk klemmene på stekeovnstaket forover.
Bruk tommelen på den andre hånden til å trykke nedover foran på glassdekselet.
Slipp klemmene.



3. Skyv glassdekselet forover med begge hendene og legg det på grillelementet.



4. Skyv det enda litt lenger bakover.



5. Vipp det til siden og nedover, og ta det ut.

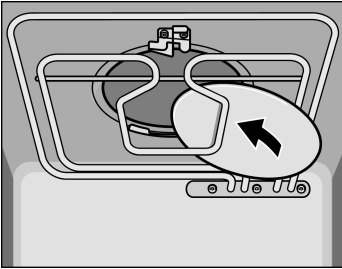


Berør eller rengjør aldri mikrobølgeantennen (A).

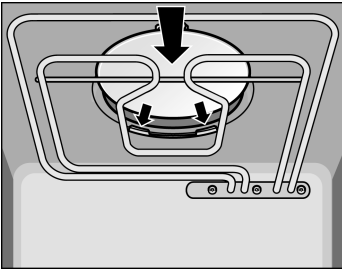
Hvis det er bare litt skittent:
Vask glassdekselet med varmt såpevann.

Hvis det er svært skittent:
Glasslokket kan du rengjøre som emaljeplatene i stekeovnen.

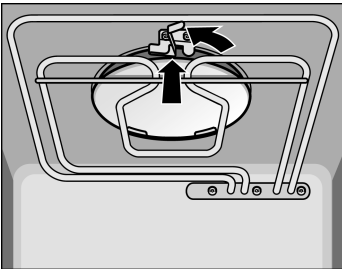
Montering



1. Skyv glassdekselet med den glatte siden ned, og legg det på grillelementet.



2. Skyv det bakover med begge hendene inn i de to krokene.



3. Skyv krokene forover og trykk glassdekselet oppover. Slipp klemmene.

Ta oppvaskhåndklet ut av stekeovnen.



Ikke bruk apparatet uten mikrobølgeglassdekselet.

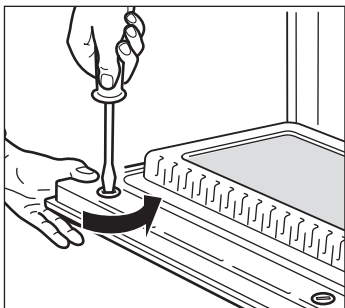
Rengjøring av glassrutene

Du kan ta ut glassruten på stekeovnsdøren slik at den blir lettere å gjøre rent.

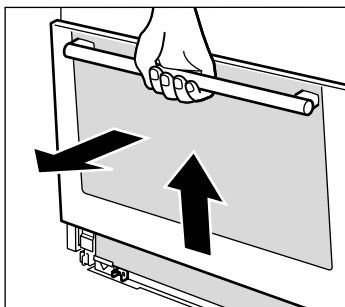


Obs! Stekeovnen må være kald. Fare for forbrenning!

Utmontering



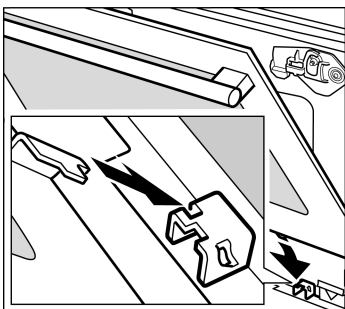
1. Åpne stekeovnsdøren.
2. Løsne de to skruene i døren med en rettsporskrutrekker (størrelse 8-11 mm). Hold glassrutene fast med én hånd.



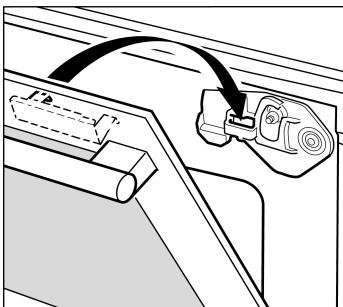
3. Still døren på skrå og trekk glassruten med dørhåndtaket ut oppover.
4. Lukk døren.

Rengjør glassruten med glassrens og en myk klut.

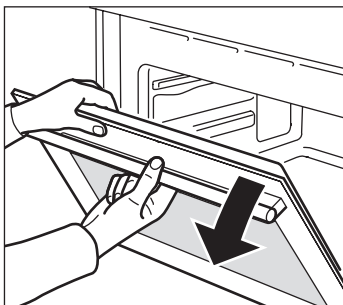
Montering



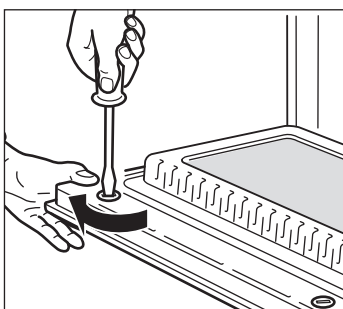
1. Sett inn glassruten i sporet, løft den litt og fest den på oversiden.



2. Løft glassruten litt og sett den inn oppe.



3. Åpne døren helt. Hold glassrutene fast med én hånd.



4. Skru til skruen med en rettsporskrutrekker (størrelse 8-11 mm), lukk døren.

Du må ikke bruke stekeovnen før du har satt inn glassrutene på riktig måte.

Tetning

Tetningen på stekeovnsdøren kan rengjøres med såpe og vann. Ikke bruk etsende eller skurende rengjøringsmidler.

Tilbehør

Legg tilbehøret i bløt i oppvaskvann straks etter bruk. Matrester lar seg deretter lett fjerne med børste eller skuresvamp.

Det har oppstått en feil, hva kan du gjøre?

Dersom det oppstår en feil, kan det ofte skyldes bagateller. Før du ringer kundeservice, bør du lese følgende veiledning:

Feil	Mulig årsak	Råd/tiltak
Apparatet fungerer ikke.	Støpselet er ikke satt i.	Sett i støpselet.
	Strømbrudd	Kontroller om kjøkkenlampen fungerer.
	Sikringen er defekt	Se i sikringsskapet om sikringen til apparatet er i orden.
	Betjeningsfeil	Slå av sikringen for apparatet i sikringsskapet og slå den på igjen etter ca. 10 sekunder.
I klokke-displayet lyser tre nuller.	Strømbrudd	Still inn klokkeslettet på nytt.
Apparatet er ikke i drift. På displayet vises gjenstående varighet.	Bryteren ble dreid rundt utilsiktet.	Trykk på stopptasten.
	Etter innstillingen ble det ikke trykket på starttasten.	Trykk på starttasten eller slett innstillingen ved hjelp av stopptasten.
Mikrobølgeovnen slår seg ikke på.	Døren er ikke helt lukket.	Kontroller om det har satt seg fast fremmedlegemer eller matrester i døråpningen.
	Starttasten er ikke trykket inn.	Trykk start.
Maten blir langsommere varm enn før.	Det er valgt for lav mikrobølgeeffekt.	Velg en høyere mikrobølgeeffekt.
	Det er lagt inn en større mengde enn vanlig.	Dobbelt så stor mengde = nesten dobbelt så lang tid.
	Maten var kaldere enn vanlig.	Maten må av og til røres i eller snus.

Feil	Mulig årsak	Råd/tiltak
I klokke-displayet vises "5".	Sikkerhetsutkoblingen ble aktivert. Stekeovnen er blitt brukt over et lengre tidsrom uten at innstillingene er blitt forandret.	Trykk på stopptasten.
På klokke-displayet vises feilmeldingen "E1" eller "E4".	Temperaturføleren er falt ut.	Kontakt kundeservice. Det er mulig å bruke mikrobølgefunksjonen alene.
På klokke-displayet vises feilmeldingen "E9", "E10" eller "E11".	Det er en feil ved mikrobølgeovnen.	Trykk på stopptasten. Feilmeldingen slukkes. Start mikrobølgefunksjonen på nytt. Dersom feilmeldingen vises igjen, må du ta kontakt med kundeservice. Det er mulig å bruke stekeovnen uten mikrobølgeovnen.
På klokke-displayet vises feilmeldingen "E16" eller "E17".	Teknisk feil	Ring til kundeservice.
Mikrobølgefunksjonen avbrytes uten synlig grunn.	Det er en feil ved mikrobølgeovnen.	Ta kontakt med kundeservice hvis denne feilen skulle oppstå flere ganger. Det er mulig å bruke stekeovnen uten mikrobølgeovnen.

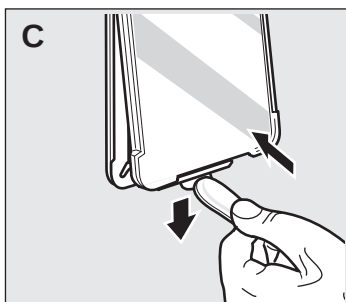
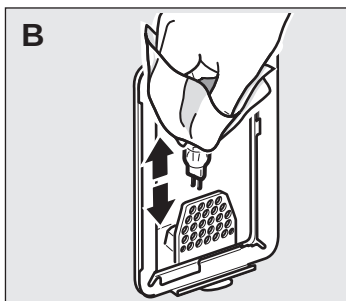
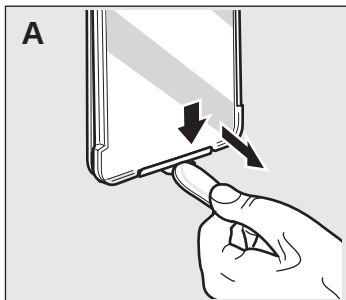
Reparasjon må bare utføres av servicetekniker med spesiell opplæring. Dersom apparatet repareres på ukyndig måte, kan det føre til alvorlig fare for deg.

Skifte ut stekeovnslampen

Du kan skifte stekeovnslampen. 12 V / 20 W halogenlamper som tåler høy temperatur, fås hos kundetjenesten eller forhandleren.

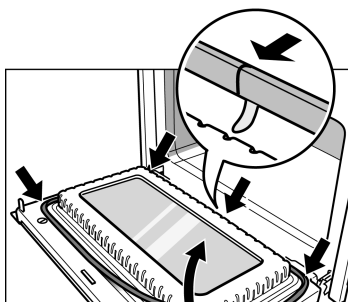
Ta alltid halogenlampen ut av pakken med en tørr klut. Dermed forlenges lampens levetid.

Slik går du frem



1. Skru ut sikringen i sikringsskapet eller trekk ut støpselet.
2. Legg et kjøkkenhåndkle inn i den kalde stekeovnen, for å unngå skader.
3. Ta av glassdekselet. Dette gjør du ved å åpne glassdekselet på undersiden.
Hvis glassdekselet er vanskelig å ta av, kan du bruke en skje som hjelpemiddel. (Figur A)
4. Skru ut lampen og bytt den ut med en lampe av samme type. (Figur B)
5. Sett glassdekselet på igjen. (Figur C)
6. Ta ut oppvaskhåndkleet. Skru inn sikringen i sikringsskapet igjen eller sett i støpselet.

Skifting av dørpakningen



Dørpakningen kan du skifte ut selv. Reservepakning fåes hos kundeservice. Oppgi E-nummer og FD-nummer på apparatet.

1. Åpne stekeovnsdøren.
2. Ta av den gamle dørpakningen.
3. På dørpakningen er det festet 5 kroker. Bruk disse krokene for å hekte på plass den nye tetningen på stekeovnsdøren.

Henvisning: Støtpunktet på dørpakningen nede i midten er teknisk betinget.

Kundeservice

Hvis apparatet ditt må repareres, står vår kundeservice til disposisjon. Adresse og telefonnummer til nærmeste kundeservice finner du i telefonkatalogen. Også de oppgitte kundeservicesentrene kan gi deg informasjon om nærmeste kundeserviceverksted.

E-nummer og FD-nummer

Når du tar kontakt med kundeservice, må du alltid oppgi produktnummer (E-nr.) og produksjonsnummer (FD-nr.) for komfyren din. Typeskiltet med nummerne finner du i stekeovnen. For at du ikke skal bruke tid på å lete etter disse når det har oppstått en feil, bør du med én gang skrive opp disse dataene for apparatet ditt her.

E-nr.	FD
-------	----

Kundeservice 🏠

Dette apparatet samsvarer med norm EN 55011 / CISPR 11.

Apparatet er et produkt i gruppe 2, klasse B.

Gruppe 2 betyr at mikrobølgene brukes til oppvarming av matvarer.

Klasse B innebærer at apparatet er egnet til bruk i private husholdninger.

Tabeller og tips

Her finner du et utvalg retter og de beste innstillingene til dem. Du kan lese nærmere om hvilken mikrobølgeeffekt, varmetype og temperatur som er best egnet for den retten du vil lage, hvilket tilbehør du bør bruke, og i hvilken høyde retten skal stå. Du får mange tips om utstyr og tilberedning og hjelp hvis noe likevel skulle gå galt en gang.

Opptining, oppvarming og koking med mikrobølgefunksjon

I de følgende tabellene finner du en rekke muligheter og innstillingsverdier for mikrobølgen.

Tidsangivelsene i tabellene er veiledende. Disse er avhengig av kokekaret, samt kvalitet, temperatur og beskaffenhet på matvarene.

I tabellene er det ofte angitt variable tidsområder. Still først inn den korteste tiden, og forleng den hvis det er nødvendig.

Det kan skje at du skal tilberede andre mengder enn det som er angitt i tabellene.

Det finnes en tommelfingerregel for dette:

Dobbel mengde - nesten dobbelt så lang tid,
halve mengden - halve tiden.

Sett inn risten på høyde 1. Sett kokekaret midt på risten. Dermed kan mikrobølgene nå frem til maten fra alle kanter.

Opptining

Legg de frosne matvarene på en flat skål på risten.

Ømfintlige deler som blant annet ben og vinger på kyllinger eller fettpartier på stek eller biff kan du dekke til med et lite stykke aluminiumsfolie. Folien må ikke berøre ovnsveggene. Etter halvparten av opptiningstiden kan du ta av aluminiumsfolien.

Vend eller rør rundt i maten 1-2 ganger underveis. Store stykker bør vendes flere ganger. Fjern væsken som oppstår under tining når du vender maten.

La den opptinte maten hvile i 10-60 minutter i romtemperatur, slik at temperaturen utjevnes. På fjærkre kan du deretter ta ut innmaten.

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Kjøtt i ett stykke av storfe, svin, kalv (med og uten ben)	800 g 1000 g 1500 g	180 W, 15 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 15 min. + 90 W, 20 - 30 min. 180 W, 25 min. + 90 W, 25 - 30 min.	Vend flere ganger.
Kjøttstykker, eller skiver av storfe-, svine- eller kalvekjøtt	200 g 500 g 800 g	180 W, 5 min. + 90 W, 4 - 6 min. 180 W, 8 min. + 90 W, 5 - 10 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Ta kjøttstykkene fra hverandre når de vendes.
Kjøttdeig, blandet	200 g 500 g 800 g 1000 g	90 W, 10 - 15 min. 180 W, 5 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 15 - 20 min. 180 W, 13 min. + 90 W, 20 - 25 min.	Fryses ned i så flat porsjon som mulig. Snu flere ganger underveis og ta bort kjøtt som allerede er opptint.
Fjærkre/stykker av fjærkre	600 g 1200 g	180 W, 5 min. + 90 W, 13 - 18 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 20 - 25 min.	Snu innimellom.
And	2000 g	180 W, 20 min. + 90 W, 30 - 40 min.	Snu flere ganger.
Gås	4500 g	180 W, 30 min. + 90 W, 60 - 80 min.	Snu hvert 20 minutt. Fjern væsken som dannes under opptining.
Fisk filet, fiskekotelett, skiver	400 g	180 W, 5 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Opptinte deler tas fra hverandre.
Hel fisk	300 g 600 g	180 W, 3 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 8 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Snu innimellom.
Grønnsaker, f. eks. erter	300 g 600 g	180 W, 8 - 13 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 8 - 13 min.	Rør forsiktig om innimellom.
Frukt, f. eks. bringebær	300 g 500 g	180 W, 7 - 10 min. 180 W, 8 min. + 90 W, 5 - 10 min.	Rør forsiktig om underveis og ta opptinte deler fra hverandre.
Smør, forsiktig opptining	125 g 250 g	90 W, 7 - 9 min. 180 W, 2 min. + 90 W, 3 - 5 min.	Fjern emballasjen fullstendig.

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Brød, helt	500 g 1000 g	180 W, 3 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 3 min. + 90 W, 15 - 25 min.	Snu innimellom.
Kaker, tørre, f. eks. formkaker	500 g 750 g	90 W, 10 - 15 min. 180 W, 2 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Ta kakestykkene fra hverandre. Bare egnet for kaker uten glasur eller krem.
Kaker, saftige f. eks. fruktkaker, ostekaker	500 g 750 g	180 W, 5 min. + 90 W, 15 - 20 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 15 - 20 min.	Bare egnet for kaker uten glasur, krem eller gelatin.

Opptining, oppvarming eller koking av dypfrosne matvarer

Ferdige retter tas ut av emballasjen. Maten varmes hurtigere og jevnere opp i kokekar som egner seg for mikrobølge. Ulike matvarer kan blir varmet opp ulikt når du varmer dem opp sammen.

Flate retter blir fortere ferdig enn høye. Fordel derfor maten i kokekaret, slik at den ligger så flatt som mulig. Ikke legg matvarene lagvis oppå hverandre.

Dekk alltid til matvarene. Hvis du ikke har noe egnet lokk til fatet, kan du bruke en tallerken eller spesiell folie for bruk i mikrobølgeovn.

Du bør røre rundt eller snu maten 2 - 3 ganger underveis.

La maten hvile etter oppvarming i ytterligere 2 - 5 minutter, slik at temperaturen utjevnes.

Smaken på hver rett blir i stor utstrekning bevart. Derfor kan du gjerne være tilbakeholden med bruken av salt og krydder.

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Meny, porsjonsrett, ferdigrett (2 - 3 komponenter)	300-400 g	600 W, 11-15 min.	Tildekket
Supper	400-500 g	600 W, 8-13 min.	I kokekar med lokk
Gryteretter	500 g 1000 g	600 W, 10-15 min. 600 W, 20-25 min.	I kokekar med lokk
Kjøttskiver eller -stykker i saus, f. eks. gulasj	500 g 1000 g	600 W, 12-17 min. 600 W, 25-30 min.	I kokekar med lokk
Fisk, f. eks. filetstykker	400 g 800 g	600 W, 10-15 min. 600 W, 18-23 min.	Tildekket

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Tilbehør, f. eks. ris, pasta	250 g	600 W, 2-5 min.	Kokekar med lokk, tilsett væske
	500 g	600 W, 7-10 min.	
Grønnsaker, f. eks. erter, brokkoli, gulrøtter	300 g	600 W, 8-12 min.	Kokekar med lokk, tilsatt 1 ss vann
	600 g	600 W, 13-18 min.	
Spinatblanding	450 g	600 W, 11-16 min.	Kokes uten å tilsette vann

Oppvarming av matvarer

Ferdige retter tas ut av emballasjen. Maten varmes hurtigere og jevnere opp i kokekar som egner seg for mikrobølge. Ulike matvarer kan blir varmet opp ulikt når du varmer dem opp sammen.



Ved oppvarming av væske bør du alltid legge en teskje i kokekaret, for å unngå forsinket koking. Ved forsinket koking blir koketemperaturen nådd uten at de typiske dampboblene stiger opp. Bare ved en ørliten rystelse av kokekaret kan den væsken koke kraftig over eller sprute opp. Dette kan føre til skader og forbrenninger.

Dekk alltid til matvarene. Hvis du ikke har noe egnet lokk til fatet, kan du bruke en tallerken eller spesiell folie for bruk i mikrobølgeovn.

Du bør røre rundt eller snu maten flere ganger underveis. Kontroller temperaturen.

La maten hvile etter oppvarming i ytterligere 2 - 5 minutter, slik at temperaturen utjevnes.

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Meny, porsjonsrett, ferdigrett (2-3 komponenter)	350-500 g	600 W, 4-8 min.	Tildekket
Drikkevarer	150 ml	900 W, 1-3 min.	Tilsett en skje i kokekaret. Alkoholholdige drikker må ikke varmes for sterkt opp. Følg med underveis.
	300 ml	900 W, 3-4 min.	
	500 ml	900 W, 4-5 min.	
Babymat, f.eks. tåteflasker*	50 ml	360 W, ½-1 min.	Uten smokk eller lokk. Husk alltid å riste eller røre godt etter oppvarming. Temperaturen må alltid kontrolleres!
	100 ml	360 W, 1-1½ min.	
	200 ml	360 W, 1-2 min.	

		Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Suppe,	1 kopp	à 175 g	900 W, 1½-2 min.	
	2 kopper	à 175 g	900 W, 2-4 min.	
	4 kopper	à 175 g	900 W, 4-6 min.	
Kjøtt i skiver eller biter i saus		500 g	600 W, 7-10 min.	Tildekket
Gryterett		400 g	600 W, 5-7 min.	I kokekar med lokk.
		800 g	600 W, 7-10 min.	
Grønnsaker, 1 porsjon		150 g	600 W, 2-3 min.	Tilsett litt væske.
	2 porsjoner	300 g	600 W, 3-5 min.	

* Sett tåteflasken på bunnen av karet.

Koking av matvarer

Kok rettene under lokk. Du bør røre i eller snu dem underveis.

Smaken på hver rett blir i stor utstrekning bevart. Derfor kan du gjerne være tilbakeholden med bruken av salt og krydder.

Flate retter blir fortere ferdig enn høye. Fordel derfor maten i kokekaret, slik at den ligger så flatt som mulig. Ikke legg matvarene lagvis oppå hverandre hvis du kan unngå det.

La maten hvile etter koking i ytterligere 2 - 5 minutter, slik at temperaturen utjevnes.

		Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Hel, fersk kylling uten innmat		1500 g	600 W, 25-30 min.	Snus etter halvparten av tiden.
Fiskefilet, fersk		400 g	600 W, 8-13 min.	
Grønnsaker, friske		250 g	600 W, 6-10 min.	Skjær grønnsakene i like store stykker.
		500 g	600 W, 10-15 min.	Tilsett 1-2 ss vann per 100 g grønnsaker.
Tilbehør, f.eks. poteter		250 g	600 W, 8-11 min.	Skjær potetene i like store stykker. 1-2 ss vann per 100 g tilsettes, rør om.
		500 g	600 W, 12-15 min.	
		750 g	600 W, 15-22 min.	
f.eks. ris		125 g	600 W, 4-6 min.	Tilsett dobbel mengde væske og bruk et kokekar med høye kanter.
			+180 W, 12-15 min.	
		250 g	600 W, 7-9 min. +180 W, 15-20 min.	

	Mengde	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Veiledning
Desserter, f.eks. pudding (instant)	500 ml	600 W, 5-8 min.	Rør godt rundt i puddingen med vispen
Frukt, kompott	500 g	600 W, 9-12 min.	2-3 ganger.

Tips for mikrobølge

Du finner ingen innstillingsinformasjon for mengden du vil tilberede.	Koketiden kan forlenges eller forkortes etter følgende enkle regel: Dobbel mengde = nesten dobbelt så lang tid Halv mengde = halvparten av tiden
Maten er blitt for tørr.	Still inn en kortere tilberedningstid neste gang, eller velg en lavere mikrobølgeeffekt. Dekk maten til og hell på mere væske.
Maten er når tiden utløper ikke skikkelig opptint, varm eller kokt.	Innstill en lengre tid. Større mengder og høyere retter krever lengre koketid.
Når koketiden er ferdig, er maten for varm langs kanten, men ennå ikke ferdig i midten.	Rør om av og til og velg neste gang et lavere trinn og en lengre koketid.
Etter opptiningen er fjærkre eller kjøtt mørt på utsiden, men ikke helt tint inni.	Velg en lavere mikrobølgeeffekt neste gang. Hvis det er større mengder som skal tines opp, må maten snus flere ganger underveis.

Kjøtt, fjærkre, fisk

Om tabellene

Temperatur og steketid er avhengig av mengde og beskaffenhet. Derfor er det angitt områder i tabellene. Forsøk først med en lav verdi. Om nødvendig innstiller du høyere neste gang.

Du finner mer informasjon under “Tips til steking og grilling” bak tabellene.

Kokekar

Du kan bruke alle varmebestandige kokekar som er egnet for mikrobølge. Stekeformer av metall kan kun brukes til steking uten mikrobølge.

Varme kokekar av glass bør settes på et tørt kjøkkenhåndkle. Dersom underlaget er vått eller kaldt, kan glasset sprekke.

Kokekaret kan bli svært varmt. Bruk grytekluter når du skal ta ut kokekaret.

Veiledning for steking

Bruk en høy stekeform til steking.

Kontroller om kokekaret passer inn i ovnsrommet. Det må ikke være for stort.

Ved magert kjøtt heller du på 2 til 3 spiseskjeer væske, ved surret stek 8 til 10 spiseskjeer, alt etter størrelse. Snu kjøttstykkene etter halvparten av steketiden. Når steken er ferdig, bør den hvile 10 minutter i avslått, lukket stekeovn. På den måten blir kjøftsaften bedre fordelt.

- Varmluft

Over-/undervarme

Omluftsgrilling

Grill, stor flate
- 







	MikrobølgeeffektW, varighet i minutter	Høyde	Varme- type	Tempera- tur °C, grilltrinn	Veiledning
Oksestek ca. 1000 g	–, 120 min	1		150-170	Kokekar med lokk på risten. Snu to ganger.
Roastbeef, rosa ca. 1000 g	180 W, 30-40 min.	1		240-260	Kokekar uten lokk. Snus etter halvparten av tiden. La retten hvile i 10 minutter til slutt.
Svinekjøtt uten svor, ca. 750 g, f.eks. nakkestykker	180 W, 40-50 min.	1		220-240	Kokekar med lokk på risten. Snus etter halvparten av tiden.
Svinekjøtt med svor* ca. 1,5 kg, f.eks. bog	600 W, 10 min. + –, 115-125 min.	1		180-200	Kokekar uten lokk. La retten hvile i 10 minutter til slutt. Skal ikke snus.
Svinestek, ca. 1000 g	90 W, 55-65 min.	1		210-230	Kokekar med lokk. La retten hvile i 10 minutter til slutt.

	Mikrobølgeeffekt W, varighet i minutter	Høyde	Varme- type	Tempera- tur °C, grilltrinn	Veiledning
Kjøttpudding ca. 1000 g	600 W, 10 min. + 180 W, ca. 50 min.	1		190-210	Kokekar uten lokk på risten. La retten hvile i 10 minutter til slutt.
Kylling, hel ca. 1000-1200 g	360 W, 25-35 min.	1		230-250	Kokekar med lokk på risten. Legges med brystsidene ned. Snu etter $\frac{2}{3}$ av tiden.
Kyllingstykker, ferske, f.eks. kylling delt i fire ca. 800 g	360 W, 35-40 min.	1		170-190	Kokekar uten lokk på risten. Legges med skinnsiden opp. Skal ikke snus.
Ente 1500-1700 g	180 W, 60-80 min.	1		170-190	Universalpanne. Vend to ganger.
Andebryst, 2 stk. à 300-400 g	90 W, 18-22 min.	2**		Sterk	Legges med skinnsiden ned. Snu etter 10 minutter.
Gåsebryst, 2 stk. à ca. 500 g	90 W, 20-25 min.	2**		210-230	Legges med skinnsiden ned. Snu etter ca. 10 minutter.
Gåselår, 4 stk. ca. 1500 g	180 W, 35-45 min.	2**		170-190	Snu etter ca. 20 minutter. Stikk huller i skinnet etter snuing.
Gås 3000-3500 g	180 W, 80-90 min.	1		170-190	Universalpanne. Vend to ganger.

* Skjær i svoren på svinekjøttet.

** Rist i høyde 2, sett inn universalpanne i høyde 1. Hell 50 ml vann i universalpannen.

Veiledning for grilling

Foreta alltid grilling med lukket ovnsdør og uten forvarming av ovnen.

Du bør helst velge grillstykker av lik størrelse. Biffer bør være minst 2 til 3 cm tykke. Dermed brunes de jevnt og forblir fine og saftige. Ikke tilsett salt før etter grillingen.

Snu grillstykkene med en grilltang. Hvis du stikker med en gaffel i kjøttet, mister det væske og blir tørt.

Mørkt kjøtt, f. eks. storfekjøtt, brunes forttere enn lyst kjøtt fra kalv eller svin. Ikke la deg irritere! Grillstykker fra lyst kjøtt og fiskefileter er ofte bare lysebrune på utsiden, men er likevel møre og saftige inni.

For øvrig: Grillelementet slår seg automatisk av og på igjen. Dette er normalt. Hvor ofte dette skjer, er avhengig av det innstilte grilltrinnet.

Grill, stor flate 

Grill, liten flate 

	Mengde	Vekt	Høyde	Varme- type	Grill	Varighet i minutter
Biffer 2 - 3 cm tykke	2 - 3 stk.	à ca. 200 g	1+3**		sterk sterk	1. side: ca. 10 - 15 2. side: ca. 5 - 10
Nakkekoteletter 2 - 3 cm tykke	2 - 3 stk.	à ca. 120 g	1+3**		middels middels	1. side: ca. 15 - 20 2. side: ca. 10 - 15
Grillpølser	4 - 6 stk.	à ca. 150 g	1+3**		sterk sterk	1. side: ca. 10 - 15 2. side: ca. 5 - 10
Fiskekotelett*	2 - 3 stk.	à ca. 150 g	1+3**		sterk sterk	1. side: ca. 10 - 12 2. side: ca. 8 - 12
Fisk, hel* f. eks. ørret	2 - 3 stk.	à ca. 300 g	1+3**		middels middels	1. side: ca. 10 - 15 2. side: ca. 10 - 15
Toast	12 skiver		3		sterk sterk	1. side: ca. 4 - 6 2. side: ca. 2 - 3
Toast	4 skiver***		3		sterk sterk	1. side: ca. 5 - 6 2. side: ca. 3 - 4

* Smør risten med fett på forhånd.

** Sett risten på høyde 3 og universalpanne på høyde 1.

*** Legg toastskivene ved siden av hverandre midt på risten.

Tips for steking og grilling

**For vekten av denne steken står
det ikke noe angitt i tabellen.**

Velg den neste, lavere vekten i henhold til angivelsene og forleng tiden.

**Hvordan kan du vite at steken er
ferdig.**

Bruk et steketermometer (fås i faghandelen) eller foreta en "skjeprøve". Trykk med skjeen på steken. Dersom den føles fast, er den ferdig. Dersom den gir etter, kan den steke litt til.

Steken ser fin ut, men sausen er brent.	Velg neste gang et mindre stekekar eller fyll på mere væske.
Steken ser fin ut, men sausen er for lys og vassen.	Velg neste gang et større stekekar og fyll på litt mindre væske.
Du har slått på mikro- bølgen. Steken er ikke gjennomstekt.	Skjær opp steken. Lag sausen i stekepannen og legg steken i skiver ned i sausen. Stek så kjøttet ferdig kun med mikrobølgen. Slå neste gang på mikrobølgen fra begynnelsen av. Bruk et steketermometer og la den ferdige steken stå i stekeovnen og hvile seg i 10 minutter.

Kaker og bakst

Om tabellene

Tidsangivelsene gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Temperatur og steketid er avhengig av deigens/rørens mengde og beskaffenhet. Derfor er det angitt områder i tabellene. Forsøk først med en lav verdi. Om nødvendig innstiller du høyere neste gang. En lavere temperatur gir en jevnere bruning.

Mer informasjon finner du under “Tips for baking”, etter tabellene.

Sett alltid kakeformen på midten av den lave risten.

Stekeformer

Mørke stekeformer av metall er best egnet.

Når du kobler inn mikrobølgefunksjonen, må du bruke stekeformer av glass, keramikk eller plast. Disse må tåle opptil varme på opptil 250 °C. Hvis du bruker slike stekeformer, blir kakene mindre brune.

Varmluft 

Over-/undervarme 

Kaker	Kokekar	Høyde	Mikrobølgeeffekt, watt	Varighet i minutter	Varmetype	Temperatur °C
Nøttekake	Springform	1	90 W	35-45		170-180

Kaker	Kokekar	Høyde	Mikrobølge-effekt, watt	Varighet i minutter	Varmetype	Temperatur °C
Frukt- eller ostekake av mørdeig*	Springform	1	360 W	30-40		170-180
Fruktkake, fin, av formkakerøre	Rundform eller springform	1	90 W	30-40		160-180
Formkake, enkel	Rund-/krans-/brødform	1	90 W	30-40		160-180

* La kaken avkjøles i stekeovnen i ca. 20 minutter.

- Over-/undervarme
- Intensivvarme
- Varmluft
- 3D-varmluft

Kaker	Kokekar	Høyde	Varme-type	Temperatur °C	Varighet i minutter
Fine kaker (f. eks. sandkaker)*	Rund-/krans-/brødform	1		150-170	60-80
Kakebunn av mørdeig	Springform	1		170-190	30-40
Formkakebunn	Fruktkakeform	2		160-180	25-35
Sukkerbrød	Springform	1		170-180	30-40
Kaker med tørt fyll (formkakedeig)	Universalpanne	2		170-180	25-35
Kaker med tørt fyll (formkakedeig)	Universalpanne Emaljebrett***	1 3		150-170	40-50
Kaker med saftig fyll f.eks. gjærbakst med eplefyll	Universalpanne	2		170-190	45-55
Kaker med saftig fyll f.eks. gjærbakst med eplefyll	Universalpanne Emaljebrett***	1 3		160-180	50-60
Gjærkringle med 500 g mel	Universalpanne	2		160-180	40-50
Julekake med 500 g mel	Universalpanne	2		150-170	60-70
Sveitsisk wähe (flat kake m/fyll)	Universalpanne	1		190-200	40-50
Pizza	Universalpanne	1		210-230	30-40
Pizza	Universalpanne Emaljebrett***	1 3		210-230	40-50

Kaker	Kokekar	Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Varighet i minutter
Brød 1 kg** (forvarme****)	Universalpanne	2		300 + 180	10 15-25
Krydrete kaker (f. eks. quiche/løkpai)	Springform eller quicheform	1		180-200	55-65

* La kaken avkjøles i stekeovnen i ca. 20 minutter.

** Hell aldri vann direkte inn i den varme stekeovnen.

*** Emaljebrett får du som ekstra tilbehør hos forhandleren.

**** Forvarm med hurtigoppvarming.

Over-/undervarme 
3D-varmluft 

Småkaker		Høyde	Varme- type	Temperatur °C	Varighet i minutter
Småkaker	Universalpanne	2		150-170	20-30
Småkaker	Universalpanne Emaljebrett*	1 3		140-160	30-40
Marengs	Universalpanne	2		80-100	90-110
Makroner	Universalpanne	2		120-140	35-45
Makroner	Universalpanne Emaljebrett*	1 3		110-130	40-50
Butterdeig	Universalpanne	2		180-200	30-40
Butterdeig	Universalpanne Emaljebrett*	1 3		210-230	30-40
Rundstykker (f.eks. grove rundstykker)	Universalpanne	2		200-220	20-30
Vannbakkels	Universalpanne	2		210-230	35-45
Sprøtebakst	Universalpanne	2		150-170	25-35
Sprøtebakst	Universalpanne Emaljebrett*	1 3		140-160	40-50

* Ekstra stekebrett får du som ekstra tilbehør hos forhandleren.

Tips for baking

Du vil bake etter egen oppskrift.	Se etter ved lignende kaker i steketabellen.
Slik finner du ut om kaker med mørdeig er ferdigstekt.	Stikk en tannpirker inn på det høyeste stedet på kaken ca. 10 minutter før slutten av steketiden som er angitt i oppskriften. Dersom det ikke kleber deig på pinnen, er kaken ferdig.
Kaken er falt sammen.	Bruk mindre væske neste gang eller still ovnstemperaturen 10 grader lavere. Ta hensyn til de angitte røretidene i oppskriften.
Kaken er høy på midten og lavere langs kanten.	Smør bare bunnen av springformen. Etter stekingens løsesnes kaken forsiktig med en kniv.
Kaken blir for mørk.	Velg en lavere temperatur og stek kaken litt lenger.
Kaken er for tørr.	Stikk små hull med en tannpirker i den ferdige kaken. Deretter drypper du fruktsaft eller litt likør over. Velg neste gang en temperatur som er 10 grader høyere og forkort steketiden.
Brød eller kaker (f. eks. ostekake) ser fine ut på utsiden, men er klissete inni (ustekt, gjennomtrukket av væskestriper).	Bruk litt mindre væske neste gang og stek med lavere temperatur og litt lengre steketid. Når du skal lage kaker med saftig fyll, steker du først bunnen. Strø deretter med mandler eller kavringstrø og legg fyllet oppå. Ta hensyn til oppskriften og steketidene.
Kaken løsner ikke når den hvelles.	La kaken avkjøles i 5 til 10 minutter etter stekingens, da løsner den lettere fra formen. Dersom den ennå ikke går ut av formen, må du løsne den forsiktig langs kanten med en kniv. Hvelv deretter kaken på nytt og dekk formen flere ganger med en våt, kald klut. Smør formen godt neste gang og dryss litt kavringstrø i den.
Du har målt ovnstemperaturen med ditt eget steketermometer og ser at temperaturen ikke stemmer.	Produsenten måler ovnstemperaturen midt i stekeovnen med en prøverist etter en fastlagt tid. Hvert kokekar og hver tilbehørsdel virker inn på den målte verdien. Det kan derfor oppstå avvik når du måler dette selv.
Det oppstår gnister mellom form og rist.	Kontroller om formen er ren på utsiden. Flytt formen til et annet sted i stekeovnen. Dersom dette ikke hjelper, kan du steke videre uten mikrobølge. Steketiden blir da lengre.

Energisparetips

Stekeovnen skal bare forvarmes hvis dette står i oppskriften eller i tabellen i bruksanvisningen.

Bruk mørke, svartlakkerte eller emaljerte stekeformer. Disse opptar varmen særlig godt.

Skal du steke flere kaker, er det best å steke dem etter hverandre. Stekeovnen er ennå varm. Dermed forkortes steketiden for den andre kaken.

Ved lengre steketider kan du slå av stekeovnen 10 minutter før steketiden er slutt, og deretter bruke restvarmen til å steke ferdig.

Gratenger, toast

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Sett gratengen inn på risten i et kokekar som er beregnet for mikrobølge.

Til suffleer og gratenger bruker du et stort, flatt kokekar. I smale, høye fat trenger rettene lengre tid og blir mørkere på oversiden.

Suffleer og gratenger bør også hvile i 5 minutter i stekeovnen etter endt koking.

- Omluftgrilling
- Grill stor flate



Rett	Mengde	Kokekar	Høyde	Mikrobølge, watt	Varighet i minutter	Varmetype	Temp. °C Trinn
Søt sufflé (f. eks. ostesufflé med frukt)	ca. 1500 g	Flat grateng-form 4-5 cm	1	360 W	25-35		140-160
Grateng av kokte ingredienser (f.eks. makaronigrating)	ca. 1000 g	Flat grateng-form 4-5 cm	1	600 W	20-25		150-170
Grateng med rå ingredienser (f.eks. potetgrateng)	ca. 1100 g	Flat grateng-form	1	600 W	20-25		180-200

Rett	Mengde	Kokekar	Høyde	Mikrobølge, watt	Varighet i minutter	Varmetype	Temp. °C Trinn
Toast, gratinert*	2-4 skiver	Universalpanne	2	Avhengig av fyll: 180 W	8-10		Sterk
* Toast ristes på forhånd							

Frosne ferdigretter

Ta hensyn til veiledningen fra produsenten på pakningen.

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

- Over-/undervarme 
- Varmluft 
- 3D-varmluft 

Rett		Høyde	Varmetype	Temperatur °C	Varighet, minutter
Rullekake med fruktfyll	Universalpanne	2		200-220	30-40
Pommes frites	Universalpanne	2		220-230	20-25
Pizza	Universalpanne	1		180-200	20-25
Pizza-baguette	Universalpanne	1		180-190	15-20
Kroketter	Universalpanne	2		200-220	25-35
Rösti	Universalpanne	2		200-220	25-35
2 pizzaer	Rist	1		190-210	20-30
	Universalpanne	3			

Langtidssteking

Langtidssteking er en ideell stekemetode for alle møre kjøttstykker som må stekes rosa eller helt nøyaktig. Kjøttet blir veldig saftig og mørt. Dette innebærer: Du har stort spillerom under planleggingen av menyen, for langtidsstekt kjøtt kan holdes varmt uten problemer.

Egnede kokekar Bruk et flatt kokekar, f.eks. en porselenstallerken.

Slik går du frem:

- 1. Velg langtidssteking med funksjonsvelgeren, og still inn på 90 °C. Forvarm stekeovnen og varm samtidig opp et brett på risten på høyde 2.
- 2. Varm opp litt fett i en panne. Brun kjøttet raskt og legg det straks på en forvarmet tallerken.
- 3. Sett tallerkenen med kjøttet inn i stekeovnen igjen og etterstek kjøttet. For kjøttstykker flest er en etterstekingsstemperatur på 90 °C ideelt.

Merknader om langtidssteking

Bruk kun ferskt kjøtt av høy kvalitet.

Stek kjøttet på svært høy varme og tilstrekkelig lenge.

Ikke dekk til kjøttet når det etterstekes i stekeovnen.

Det er heller ikke nødvendig å snu større kjøttstykker.

Kjøttet kan skjæres opp straks etter at det er langtidsstekt. Det kreves ingen hviletid.

På grunn av den spesielle stekemetoden ser kjøttet alltid rosa ut i midten. Dette betyr ikke at kjøttet er rått eller for lite stekt.

Tabell

Alle møre partier av storfe, svin, kalv og lam egner seg til langtidssteking. Brunings- og etterstekingstidene er avhengig av kjøttstykkenes størrelse.

Bruningstidene gjelder for legging av kjøtt i oppvarmet fett.

Rett	Brune på kokeplaten (minutter)	Ettersteking i stekeovn (minutter)
Små kjøttstykker		
Terninger eller strimler	På alle sider 1-2	20-30
Små schnitzler, koteletter eller medaljonger	Per side 1-2	35-50
Mellomstore kjøttstykker		
Filet (400-800 g)	På alle sider 4-5	75-120
Lammerygg (ca. 450 g)	Per side 2-3	50-60
Store kjøttstykker		
Filet (fra 900 g)	På alle sider 6-8	120-150
Roastbeef (1,1-2 kg)	På alle sider 8-10	210-300

Tips om langtidssteking

Langtidsstekt kjøtt er ikke så varmt som kjøtt som er stekt på vanlig måte.

Varm opp tallerkenen og server sausene svært varme.

Du vil holde langtidsstekt kjøtt varmt.

Still temperaturen tilbake til 70 °C etter langtidssteking. Små kjøttstykker kan holdes varme i inntil 45 minutter, store stykker inntil to timer.

Akrylamid i matvarer

Fagfolk diskuterer i dag hvor skadelig akrylamid i matvarer er. På grunnlag av aktuelle forskningsresultater har vi satt sammen dette informasjonsbladet til deg.

Hvordan oppstår akrylamid?

Akrylamid i matvarer oppstår ikke på grunn av ytre forurensning. Stoffet dannes i langt større grad ved tilberedning av selve matvarene - forutsatt at disse inneholder karbohydrater og proteiner. Nøyaktig hvordan dette skjer, har ingen ennå kunnet klarlegge. Men alt tyder på at akrylamidinnholdet er sterkt påvirket av:

Høye temperaturer
Lavt vanninnhold i matvarene
Kraftig bruning av produktene.

Hvilke retter berøres av dette?

Akrylamid oppstår fremfor alt i korn- og potetprodukter som tilberedes ved høy varme. Dette gjelder blant annet:

Potetchips, pommes frites
Toast, rundstykker, brød
Finbakst av mørdeig som kjeks, pepperkaker og lignende.

Hva kan du gjøre?

Du kan unngå høye akrylamidverdier ved baking, steking og grilling.
I den forbindelse har aid¹ og BMVEL² (det tyske forbrukerdepartementet) gitt følgende anbefalinger:

Generelt

Hold steketidene så korte som mulig.

"Forgylt, ikke forkullet" - la stekevarene bli gyllenbrune.

Jo større og tykkere stekevarene er, jo mindre akrylamid inneholder de.

Baking

Still temperaturen på maks. 200 °C ved bruk av over-/undervarme og på maks. 180 °C ved bruk av 3D-varmluft.

Småkaker: Still temperaturen på maks. 190 °C ved bruk av over-/undervarme og på maks. 170 °C ved bruk av 3D-varmluft. Egg eller eggeplommer i oppskriften reduserer dannelsen av akrylamid.

Fordel pommes frites jevnt i stekeovnen og legg dem mest mulig i ett lag på stekebrettet. Stek minst 400 g per stekebrett, så unngår du for rask uttørring.

¹aid-infobrosjyren "Akrylamid", utgitt av aid og BMVEL (det tyske forbrukerdepartementet), utgave 12/02, Internett: <http://www.aid.de>.

² Pressemitteilung 365 des BMVEL vom 4.12.2002, Internett: <http://www.verbraucherministerium.de>

Testretter

Mikrobølge-/kombinasjonsovnenes kvalitet og funksjon blir testet i prøvingsinstitutter ved hjelp av disse rettene.

Iht. norm EN 60705, IEC 60705
DIN 44547 og EN 60350

Opptining med mikrobølge

Rett	Mikrobølgeeffekt W, varighet i minutter	Veiledning
Kjøtt	180 W, 7 + 90 W, 7-10	Sett pyrex-formen Ø 22 cm på rist, høyde 1. Fjern opptint kjøtt etter ca. 13 minutter.

Koking med mikrobølge

Rett	Mikrobølgeeffekt W, varighet i minutter	Veiledning
Eggedosis	360 W, 20 + 180 W, 20-25	Sett pyrex-formen på risten i høyde 1.
Biskvi	600 W, 8-10	Sett pyrex-formen Ø 22 cm på rist, høyde 1.
Kjøttkaker	600 W, 20-25	Sett pyrex-formen på risten i høyde 1.

Koking med kombinert mikrobølge

Omluftgrilling 
Over-/undervarme 

Rett	Mikrobølgeeffekt W, varighet i minutter	Varmetype	Temperatur °C	Veiledning
Potetgrateng	600 W, 20-25		170-190	Sett pyrex-formen Ø 22 cm på rist, høyde 1.
Kaker	180 W, 15-20		180-200	Sett pyrex-formen Ø 22 cm på rist, høyde 1.
Kylling*	360 W, 25-30		200-220	Snu etter 15 minutter.

* Sett risten på høyde 2 og universalpanne på høyde 1.

Iht. normene DIN 44547 og EN 60350

Baking

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Over-/undervarme 
Varmluft 
3D-varmluft 
Intensivvarme 

	Utstyr og råd	Høyde	Varme- type	Tempera- tur °C	Steketid, minutter
Sprøytebakst	Universalpanne	2		160-180	20-30
	Universalpanne	2		150-170	20-30
	Emaljebrett* + universalpanne**	1+3		140-160	40-50
Småkaker	Universalpanne	2		160-180	25-35
	Universalpanne	2		140-160	25-35
Small Cakes (forhåndsoppvarming)	Emaljebrett* + universalpanne**	1+3		160-180	35-45
Sukkerbrød	Springform på rist	1		170-180	30-40
Gjærbakst på brett	Universalpanne	2		170-190	45-55
	Emaljebrett* + universalpanne**	1+3		160-180	50-60
Eplepai	2 Aluminiumsspringform med Ø 20 cm*** direkte på risten	1		200-220	70-90

* Emaljebrett får du som ekstra tilbehør hos forhandleren

** Hvis du skal steke i to høyder, må du alltid sette universalpannen over emaljebrettet.

*** Plasser kakene diagonalt på tilbehøret.

Grilling

Tabellen gjelder for innsetting i kald stekeovn.

Grill, stor flate 

Rett	Tilbehør	Høyde	Varme- type	Grillåge	Varighet, minutter
Bruning av toast	Rist	3		Sterk	5-8
Biffburger 12 stk.*	Rist og	3		Sterk	30
	universalpanne	1			

* Snus etter halv tid.

This image shows a full page of blank white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.