

SIEMENS



组合烧烤微波炉

HB86P575W

siemens-home.com/welcome

[zh] 说明手册

在线注册
您的产品

保留备用

目录

重要安全信息	4	儿童锁	17
损坏原因	6	激活儿童锁	17
您的新电器	7	解除锁定	17
控制面板	7	基本设置	17
按键	7	更改基本设置	18
旋转选择钮	7	自动关断	18
显示屏	7	自清洁	18
温度指示器	8	准备	18
烹饪箱	8	设置自清洁	19
附件	8	自清洁之后	19
插入附件	8	保养和清洁	19
可选附件	9	清洁剂	19
售后服务产品	9	清洁玻璃面板	19
在第一次使用电器之前	9	故障表	21
初始设置	9	故障表	21
加热烹饪箱	9	更换微波炉灯泡	21
清洁附件	10	更换门封	22
打开和关断微波炉	10	售后服务	22
开启	10	E 编号和 FD 编号	22
关断	10	能源和环境提示	22
设置微波炉	10	节能	22
加热类型	10	环保型处理	23
设置加热类型和温度	10	自动烹饪程序	23
弱微波组合 / 强微波组合	11	选择程序	23
推荐设置	11	单独调整	23
设置快速加热	12	使用自动烹饪程序解冻和烹饪	23
微波	12	经由我们烹饪工作室测试过的菜谱	28
关于烹饪容器的注意事项	12	使用微波解冻、加热和烹饪	28
微波功率设置	12	微波使用技巧	31
设置微波	13	糕点	31
组合	13	烘焙技巧	33
合适的微波功率设置	13	焙烧和烧烤	33
设置组合	13	烧烤提示	37
系列操作	14	带配料的饼干、脆皮、吐司	37
烹饪容器	14	方便食品	37
设置系列操作	14	慢速烹饪	38
时间设置选项	14	设置慢速烹饪选项	38
设置时间设置选项 — 简明	14	慢速烹饪提示	38
设置定时器	15	测试菜谱	39
设置烹饪时间	15	烘焙	39
设置延时结束时间	15	烧烤	40
设置时钟	16	食品中的丙烯酰胺	40
存储器	16		
将设置保存到存储器中	16		
启动存储器	16		
斋期模式	16		
启动斋期模式	16		

关于产品、附件、更换部件以及服务的更多信息
请参见 www.siemens-home.com 和在线商店
www.siemens-eshop.com

⚠ 重要安全信息

请认真阅读本手册。只有这样才能安全正确地使用电器。请保管好说明手册和安装说明，以备日后使用或供下一任所有者使用。

本电器仅适合整体安装在厨房内。请遵守专用的安装说明。

拆包后请检查电器是否有损坏。如果电器在运输过程中损坏，请勿连接电器。

仅限持有上岗证书的专业人员才可以连接不带插头的电器。因不正确连接导致的损坏将不予保修。

本电器仅供家庭使用。本电器只能用于制备食物和饮料。电器工作时必须有人看管。本电器仅限室内使用。

8 岁以上儿童以及身体、感官或精神有缺陷的人员或缺乏经验和知识的人员，必须在有人监督的情况下或在对其安全责任人给予电器使用安全指导并了解相关危险的情况下，方可使用本电器。

严禁儿童玩耍本电器及在电器周围玩耍。儿童除非年满 8 岁并有人监督，否则不得清洁本电器或执行一般维护操作。

8 岁以下儿童请远离本电器和电源线。

必须将附件正确滑入烹饪箱中。参见本说明书中的“附件描述”部分。

有着火危险！

- 易燃物品保存在烹饪箱中可能导致着火危险。切勿将易燃的物品保存在烹饪箱中。切勿在内部起烟时打开电器门。关断电器，拔下电源插头，或关断熔断器盒中的断路器。
- 电器门打开时会产生一股气流。防油纸可能会与加热元件接触并着火。在预热期间，切勿将防油纸散铺在附件上。请务必用烤盘或烤模压住防油纸。防油纸应仅覆盖需要覆盖的表面，切勿伸出附件。

- 将本电器用于预定用途以外的其他目的非常危险，可能导致损坏。不允许以下行为：烘干食物或衣物，加热拖鞋或谷物枕头、海绵、湿的清洁布或类似物品。例如，加热的拖鞋和谷物或荞麦枕可能会着火，火灾甚至会在几小时以后发生。本电器只能用于制备食物和饮品。
- 食物可能着火。切勿在蓄热包装内加热食物。在无人看管的情况下，请勿将食物放在塑料、纸或其它易燃材料制成的容器中加热。所选择的微波功率或时间设置不要高于实际需要。请遵循本说明手册中提供的信息。切勿使用微波干燥食物。解冻或加热含水量低的食物（如面包）时，切勿选择过高的功率或过长的时间。
- 食用油有着火危险。切勿使用微波单独加热食用油。
- 在自清洁循环期间，松散的食物碎屑、油脂和肉汁可能会着火。在每次进行自清洁循环之前，请先清除烹饪箱内四周的污垢。
- 在自清洁循环期间，电器外壁将变得灼热。切勿在门把手上悬挂易燃物品，例如毛巾。切勿紧靠微波炉正面放置任何物品。请将小孩留在安全距离以外。

有爆炸危险！

将液体或其它食物放在密封的容器中有爆炸危险。切勿将饮品或其它食物放在密封的容器中加热。

有严重损害健康的危险！

- 如果清洁不当，电器表面可能会损坏。微波能可能会逸出。定期清洁电器，并即时除去食物积垢。时刻保持烹饪箱、门封、门和门碰清洁；另请参见章节 *保养和清洁*。
- 如果烹饪箱门或门封损坏，微波能可能会逸出。在烹饪箱门或门封损坏时，切勿使用本电器。联系售后服务部门。
- 如果电器没有配备任何外壳，微波能将会逸出。切勿拆除外壳。如有任何维护或维修工作，请联系售后服务部门。
- 在自清洁循环期间，电器将变得灼热。烤盘和烤模上的不粘涂层被损坏，会释放出有毒气体。在自清洁循环期间，切勿使用不粘烤盘和烤模。
- 不使用烤架在微波炉内制备食物将导致电器过载。可能会损坏电器顶部的搪瓷板。必须使用烤架和适当的附件制备食物。

有电击危险！

- 修理不当是很危险的。只能由我们经过培训的售后服务人员来维修电器和更换损坏的电源线。如果电器发生故障，请断开电器电源插头，或断开熔断器盒中的断路器。联系售后服务部门。
- 如果接触到电器的灼热部件，电器的电线绝缘层会熔化。切勿使电器电源线接触电器的灼热部件。
- 请勿使用高压清洁器或蒸汽清洁器，以防触电。
- 更换烹饪箱灯泡时，灯泡插座触点是带电的。更换灯泡前，拔下电器电源插头或断开熔断器盒中的断路器。
- 故障电器会导致电击危险。切勿接通发生故障的电器。拔下电器的电源插头或断开熔断器盒中的断路器。联系售后服务部门。
- 本电器为高压电器。切勿拆除外壳。
- 不兼容的肉温度计的绝缘层可能会损坏。仅可使用推荐用于该电器的肉温度计。

有灼伤危险！

- 电器会变灼热。切勿触摸烹饪箱的内表面或加热元件。必须让电器冷却下来。请将小孩留在安全距离以外。
- 附件和烹饪容器会变得十分灼热。从烹饪箱中取出附件或烹饪容器时必须戴上烤箱手套。

- 酒精蒸汽可能会在热烹饪箱内着火。切勿烹饪混合了大量高浓度酒类的食物。只能使用少量高浓度酒类。打开电器门时需小心。
- 带壳或带皮的食物在加热过程中或甚至在加热后都有可能爆裂或爆炸。切勿加热带壳的鸡蛋或重新加热白煮蛋。切勿烹饪贝类或甲壳类。在煎蛋或水煮蛋时，一定要刺破蛋黄。带壳或带皮的食物表皮会爆裂，如苹果、土豆、番茄和香肠。加热前，应先刺破表壳或表皮。
- 婴儿食品中热量分布不均。切勿在封闭的容器中加热婴儿食品。一定要取下盖子或奶嘴。食物经过加热后，要搅拌或摇晃均匀。在喂孩子食物之前要先检查食物的温度。
- 经过加热的食物会散发热量。烹饪容器会变热。从烹饪箱中取出烹饪容器或附件时必须戴上烤箱手套。
- 给食物加热时，密封的包装可能会爆炸。请遵守产品包装上的说明。将容器从烹饪箱中取出时一定要戴上烤箱手套。
- 在自清洁循环期间，烹饪箱将变得灼热。切勿用手打开电器门或移动锁门。让电器冷却下来。请将小孩留在安全距离以外。
-  在自清洁循环期间，电器外壁将变得灼热。切勿触摸电器门。让电器冷却下来。请将小孩留在安全距离以外。

有烫伤危险！

- 在打开电器门时，可能会有热蒸汽逸出。打开电器门时需小心。请将小孩留在安全距离以外。
- 将水倒入高温烹饪箱会产生热蒸汽。切勿将水倒入高温烹饪箱中。
- 加热的液体有可能延时沸腾。即液体达到沸腾温度后，却没有常见的蒸汽气泡冒上液面。即使容器只是稍微振动，滚烫的液体也会突然沸腾溢出和飞溅。在加热时，一定要在容器内放一把汤匙。这会防止延时沸腾。

有受伤危险！

- 电器门玻璃如果有刮伤，可能会导致裂开。请不要使用玻璃刮刀、剧烈或腐蚀性的清洁用品或洗涤剂。
- 不合适的烹饪容器可能会开裂。瓷质或陶质烹饪容器在手柄或盖上会有小孔。这些小孔下方隐藏着空穴。渗入这些空穴的液体可能导致烹饪容器破裂。仅限使用耐微波烹饪容器。

警告：在使用时可触及部分可能会发热，儿童应远离。

警告：不要使用粗糙擦洗剂或锋利的金属刮刀清洁烤箱门的玻璃，如果烤箱门的玻璃表面会擦伤，这样做会导致玻璃粉碎。

警告：为避免可能出现的电击，换灯前应确定器具已断开电源。

警告：如果微波炉门或门封已损坏，则不得再使用，直到经有资格的检修人员修好为止。

警告：除有资格的维修人员外，其他人来执行维修操作都是危险的，包括拆下防止微波能量泄露的防护盖等操作。

警告：禁止加热装在密封容器内的液体或其他食物，因为这样有可能会发生爆炸。

警告：只有在已经提供充分的指导以导致于儿童能够采用安全的方法使用微波炉，并且明白不正确的使用会造成危险时，才能允许儿童在无人监控的情况下使用微波炉。

器具在使用期间会发热，注意避免接触烤箱内的发热单元。

在微波炉内仅能使用合适的器皿。

不能使用蒸汽清洁器。

当加热塑料或纸包装的食物时，应注意观察微波炉，因为有着火的可能。

如发现有烟雾，应关闭器具开关或拔掉电源插头，并保持炉门关闭，以抑制火焰蔓延。

微波加热饮料会导致延迟喷溅沸腾，因此取出时必须小心谨慎。

奶瓶和婴儿食品罐应经过搅拌或摇动，喂食前应检查瓶内食物的温度，避免烫伤。

微波炉不能用来加热带壳的鲜蛋和已煮熟的蛋，因为在用微薄加热时甚至在加热之后它们可能会发生爆炸。

应定期清洁微波炉并清除微波炉所有的食物残渣。

不清洁微波炉会导致器具表面劣化，这会影响器具的寿命可能会导致危险的情况。

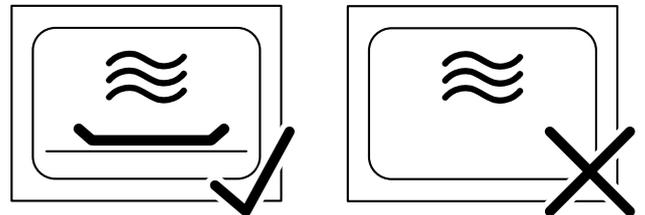
如果微波炉预计放置在橱柜中，并有一个附加装饰性门，那么在微波炉正常工作的时候，装饰性门必须打开。

如果电源软线损坏，必须用专用软线或从其制造商或维修部买到的专用组件来更换。

损坏原因

小心！

- 产生火花：金属（例如玻璃杯内的汤匙）必须距离烹饪箱内壁和门内壁至少 2 cm。否则，火花会损坏门内壁的玻璃。
- 放在烹饪箱箱底上的烤盘、防油纸、铝箔或烹饪容器：不要将烤盘或烹饪容器放置在烹饪箱箱底上。不要在烹饪箱箱底上铺铝箔。这将导致热量积聚。烤制时间将不再准确，同时会损坏搪瓷。
- 箔制容器：不要在电器中使用箔制容器。它们产生的火花会损坏电器。
- 将水倒入高温烹饪箱：切勿将水倒入高温烹饪箱中。这将产生蒸汽。温度剧变可能导致搪瓷损坏。
- 潮湿食物：不要将潮湿食物长期存放在密闭的烹饪箱内。这会损坏搪瓷。
不要用电器存储食物。这可能导致腐蚀。
- 果汁：当烹饪极湿的水果馅饼时，普通烤盘中不要装得过满。流出普通烤盘的果汁会留下不能清除的污迹。
- 打开电器门冷却：只能关上电器门让烹饪箱冷却。不要将任何东西夹在电器门中。否则，即使电器门只是略微开启，长时间下来，附近设备的表面也可能被损坏。
- 烹饪箱中产生冷凝水：门窗、内壁和底板上可能会出现冷凝液。这是正常现象，不影响微波工作。为防止电器腐蚀，每次烹饪时应擦净冷凝水。
- 门封严重脏污：如果门封非常脏，电器门在操作过程中将无法正确关闭。附近橱柜的表面可能会损坏。应始终保持门封清洁。
- 站在电器门上或在电器门上放置物体：不要站在打开的电器门上，也不要将任何东西放在打开的电器门上。不要将任何烹饪容器或附件放在电器门上。
- 搬运电器：不要抓着门把手搬运电器。门把手不能承受电器的重量，可能会断开。
- 在未放食物时使用微波：烹饪箱中未放食物就操作电器会导致电器过载。如果烹饪箱中没有食物，切勿接通电器。但短时器皿测试不受此影响（参见“微波适用容器”一节）。



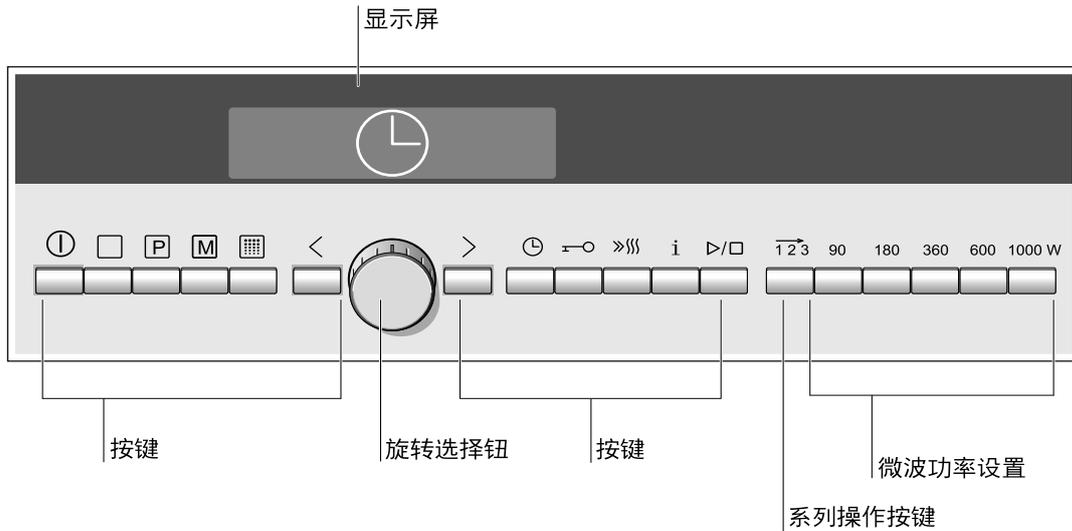
- 微波爆米花：切勿将微波功率设置得过高。功率设置不要超过 600 W。爆米花袋必须放在玻璃盘上。转盘过载时可能会跳动。

您的新电器

通过本章节熟悉您的新电器。本章节介绍了控制面板和各个控件。您将了解关于烹饪箱和附件的信息。

控制面板

下面是控制面板示意图。根据电器型号，个别细节可能不同。



按键

符号	按键功能
ⓘ	打开和关断微波炉
□	选择加热类型
P	选择自动烹饪程序
M	短暂按一下 = 选择 / 启动存储器 按下并按住 = 保存在存储器中
⌘	选择自动自清洁
<	在控制面板内左移
>	在控制面板内右移
⌚	打开和关闭时间设置选项菜单
⚔	启用 / 停用儿童锁
»»»	开启快速加热
i	短暂按一下 = 调用信息 按下并按住 = 打开或关闭“基本设置”菜单
▷/◻	短暂按一下 = 开始 / 暂停操作 按下并按住 = 取消操作
1 2 3	选择系列操作
90	选择微波设置 90 W
180	选择微波设置 180 W
360	选择微波设置 360 W
600	选择微波设置 600 W
1000	选择微波功率 1000 W

旋转选择钮

可使用旋转选择钮更改默认值和设定值。

旋转选择钮可撤回。按压旋转选择钮可将其锁定在撤回或弹出位置。

显示屏

电器关断后显示屏很快进入节能模式。显示屏变暗。

如果使用忘记关断微波炉，在大约 1 小时后微波炉将自动关断。

显示屏分为几个不同的区域：

- 状态栏
- 进度指示条
- 设置区域
- 旋转方向指示符



状态栏

状态栏位于显示屏的上部。显示时钟、所选操作模式、说明、信息以及所设置的时间设置选项。

进度指示条

进度指示条能让您快速查看正在进行倒计时的烹饪时间进度。烹饪时间开始后，状态栏下方将出现一个进度条。进度条从左侧开始，随着烹饪时间的推进越变越长。当进度条到达显示屏的最右侧时，说明烹饪时间到时。

设置区域

两个设置区域显示建议的数值，该数值可以更改。当前有效的设置区域的背景发亮，显示黑色字符。您可以在此进行更改。

可使用 < 和 > 浏览按键从一个设置区域切换到下一个设置区域。设置区域中的箭头 < 和 > 向您指示浏览按键的动作方向。

开启微波炉后，两个设置区域均变暗，字符发亮。

旋转方向指示符

↻ 指示符指示旋转选择钮的动作方向。

↻ = 顺时针转动旋转选择钮

↻ = 逆时针转动旋转选择钮

如果两个方向箭头都出现，则可以向任意方向转动旋转选择钮。

温度指示器

温度指示器光柱显示加热阶段或烹饪箱中的余热。

加热指示器

加热指示器显示烹饪箱中不断升高的温度。当所有光柱都填满的时候就是将菜肴放入微波炉的最佳时刻。



如果选择了烧烤设置、自清洁或微波，则不会显示光柱。

在微波炉加热过程中，您可使用 **i** 按键查看当前加热温度。由于热惯性，所显示的温度与烹饪箱中的实际温度可能会稍微有点偏差。

余热

电器关断后，温度指示器显示烹饪箱中的剩余热量。当光柱满格显示时，烹饪箱已达到最高温度。只要温度下降到 60 °C 左右，显示屏就熄灭。

烹饪箱

您的电器有一个冷却风扇。

冷却风扇

冷却风扇按要求开启和关断。热风从门上方逸出。

小心！

不要覆盖通风槽。否则将导致微波炉过热。

说明

- 使用后，冷却风扇会继续运转一段时间。
- 在微波操作过程中，电器保持冷却。但冷却风扇仍将开启。在微波工作结束时，风扇还会持续运转一段时间。
- 门窗、内壁和底板上可能会出现冷凝液。这是正常现象，不影响微波工作。请在烹饪后擦去这些冷凝液。

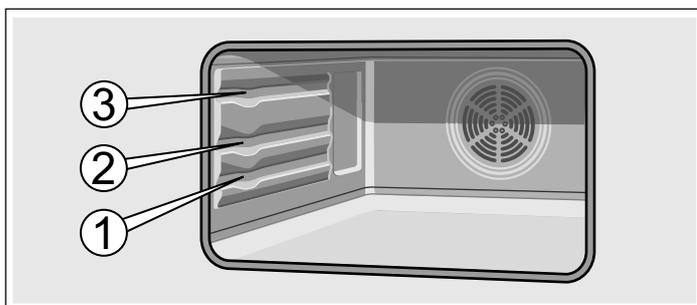
附件

电器随附的附件适合烹制多种菜肴。必须将附件插入烹饪箱最里面。

还有其它附件可供选择，通过这些附件，您可以改进喜欢的菜式的口味，也可以使微波炉更易使用。

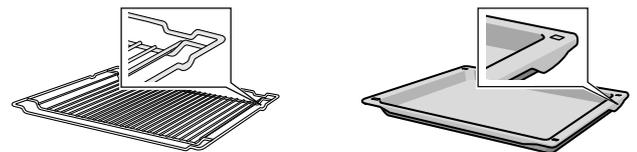
插入附件

附件可插入烹饪箱中的 3 个不同烹饪层。



说明

- 附件可以抽出大约一半，而且不会倾翻。这使得取出食物十分方便。
- 滑入附件时，应确保烤架和普通烤盘的凸出部分位于后侧。



- 附件发烫后可能会变形。只要冷却下来，变形即消失，不会影响功能。

您可以在售后服务部、专卖店或在线商店购买附件。请指定 HZ 编号。



烤架

适用于玻璃、搪瓷、耐微波塑料、蛋糕模、烤制和烧烤食物。

说明

- 将烤架插入烹饪箱时，凹口向后。
- 插入烤架时将开口面朝向烹饪箱门，弯头导轨向下。
- 在微波模式下烹饪时，一定要将烤架插入第一层。



玻璃烤盘 HZ86S000

适合大块烤肉、湿蛋糕、烘焙和焗烤菜。

将玻璃烹饪容器放在烤架的中央。



普通烤盘 HZ86U000

用于放置大块烤肉、干湿蛋糕、饼干和脆皮。如果直接在烤架上烤肉，也可以作为防溅板。为此，将普通烤盘滑入第 1 层。

说明

- 将普通烤盘凹口朝后插入烹饪箱。
- 将普通烤盘滑入微波炉中，斜边朝向烹饪箱门。

可选附件

您可以在售后服务部或专卖店购买选装附件。您可在我们的手册和互联网上查找到大量适用于您的微波炉的产品。在线订购时，向各个国家供应的选装附件和配件不尽相同，请在销售手册中查明具体情况。

可选附件	HZ 编号	应用
烤盘	HZ86B000	用于烤制蛋糕和饼干。 将烤盘尽量滑入微波炉最里面，斜边朝向电器门。
玻璃烤盘	HZ915001	用于在微波炉中制备焖烧肉和烘焙食品。特别适合于自动烹饪程序。

售后服务产品

您可以从售后服务部、专卖店（某些国家）或在线商店获取适当的保养剂、清洁剂以及其它家电附件。请指定相关产品号。

不锈钢表面清洁布	产品编号 311134	减少污垢积聚。浸有专用油，可为电器的不锈钢表面提供完美的维护。
微波炉和烤架清洁胶	产品编号 463582	用于清洁烹饪箱。凝胶无气味。
具有蜂房结构的微纤维布	产品编号 460770	特别适用于清洁精致的表面，例如玻璃、玻璃陶瓷、不锈钢或铝表面。用微纤维布轻轻一擦，就可去除液体和润滑脂积垢。
儿童安全锁（门锁）	产品编号 612594	防止儿童打开微波炉门。不同类型的电器门上的锁具有不同的拧入方式。参见随门锁提供的信息页。

在第一次使用电器之前

本节向您介绍在第一次使用电器前需要执行的各个步骤。

- 设置时钟
- 根据需要更改文本显示语言
- 加热烹饪箱
- 清洁附件
- 请阅读使用说明书篇首的安全信息，这些信息非常重要。

初始设置

连接好新电器之后，顶部的状态栏中便显示“设置时钟”。设置时间，并根据需要设置文本显示语言。



设置时钟和更改语言

1. 转动旋转选择钮，设置当前时间。
2. 在右侧设置区域，使用 > 按键移至“选择语言：中文”。
3. 使用旋转选择钮选择所需要的语言。
4. 按下 ⌚ 按键。

保存语言和时间。显示屏中显示当前时间。

说明：您可以随时更改语言。参见基本设置章节。

加热烹饪箱

为了清除新炊具的异味，可清空、关闭箱门，进行加热。

确保烹饪箱中没有遗留的包装物品，例如聚苯乙烯颗粒。

微波炉加热时，请确保厨房通风良好。

设置 ☐ 上 / 下加热模式和温度 240 °C。

1. 按下 Ⓛ 按键。
显示西门子标志。
推荐使用 Ⓞ 3D 热风加热类型，温度为 160 °C。
2. 转动旋转选择钮，将加热类型更改为 ☐ 上 / 下加热。
3. 使用 > 按键移至温度设置，使用旋转选择钮将温度改为 240 °C。
4. 按下 ▷/□ 按键。
电器操作开始。
5. 60 分钟后，使用 Ⓛ 按键关断微波炉。

时间出现在显示屏上。

温度指示器光柱将显示烹饪箱中的余热。

关于如何设置加热类型和温度的详细信息，参见 [设置微波炉](#) 章节。

清洁附件

在第一次使用附件前，请用热肥皂水和软洗碗布彻底清洁附件。

打开和关断微波炉

按 **①** 按键可以开启和关断组合烧烤微波炉。

开启

1. 按下 **①** 按键。

显示西门子标志。

2. 选择需要的操作模式。

- 微波功率设置有 90、180、360、600 或 1000 W 按键可选
- **□** 按键 = 加热类型
- **P** 按键 = 自动烹饪程序

- **M** 按键 = 已保存的存储器设置
- **☒** 按键 = 自清洁
- **123** 按键 = 系列操作

如果在经过几秒钟后，没有选择任何操作模式，则在状态栏中出现“选择功能”信息。

各个章节中有设置方法说明。

关断

按下 **①** 按键。
微波炉关断。

设置微波炉

在本节中，您可以找到以下信息

- 您的微波炉可使用哪些加热类型
- 如何设置加热类型和温度
- 如何从推荐设置中选择菜式
- 如何设置快速加热

加热类型

微波炉有多种加热类型可供选择。因此可以选择适合制备各种菜式的最佳方法。

加热类型和温度范围	用途
☉ 3D 热风 30-250 °C	用于在二个烹饪层上烘焙蛋糕和小型烘焙食物。
☔ 热风 30-250 °C	用于在同一层用烤模烘焙海绵蛋糕。
☒ 上 / 下加热 30-270 °C	用于在同一层烘焙和烘烤。特别适用于带有湿配料的蛋糕（例如干酪蛋糕）和烤盘上的蛋糕。
☒ 深度加热 100-270 °C	用于带有酥脆面底的食谱（例如猪油火腿蛋糕）。热量从上、下散发，下面热量较大。
☒ 下加热 30-200 °C	用于会形成脆皮或底部需要上色更深的食物和烘焙食物。仅在最后短时开启下加热模式。
☔ 热风烧烤 100-250 °C	用于家禽和较大肉块。
☒ 烧烤，大面积 1 (低)、 2 (中)、 3 (高)	用于烧烤大量的肉排、香肠、面包和鱼块。

加热类型和温度范围	用途
☒ 烧烤，小面积 1 (低)、 2 (中)、 3 (高)	用于烧烤少量的肉排、香肠、面包和鱼块。
☒ 慢速烹饪 70-100 °C	用于烹制三分熟或五分熟嫩肉片。
☒ 暖盘 30-70 °C	用于瓷餐盘暖盘。
☒ 保温 60-100 °C	用于食物保温。
☒ 弱微波组合 30-250 °C	用于烤模中的海绵蛋糕、带松软馅料的酥皮糕点以及由糕饼混合料制成的蛋糕。 对于微波炉操作，自动开启低微波功率设置。
☒ 强微波组合 30-250 °C	用于家禽、鱼块和饼干。 对于微波炉操作，自动开启中级微波功率设置。

设置加热类型和温度

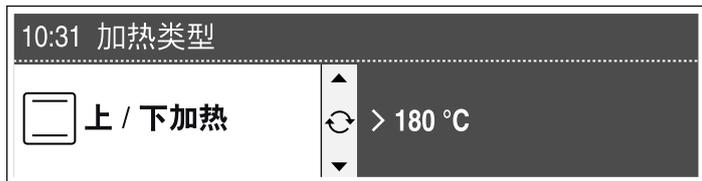
图中实例：设置 **☒** 上 / 下加热，240 °C。

按下 **☒** 按键。

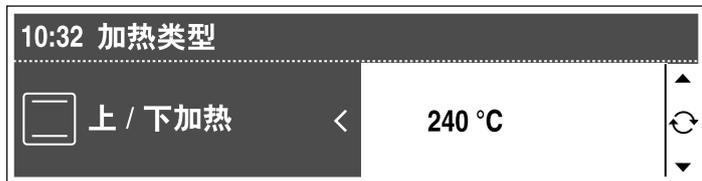
显示屏中的推荐设置为 **☉** 3D 热风和 160 °C。您可以使用 **▷/□** 按键立即应用该设置。

如果您希望选择其它的加热类型和温度，请按如下说明进行操作：

1. 转动旋转选择钮，设置所需要的加热类型。



2. 使用 > 按键切换至温度，然后用旋转选择钮设置温度。



3. 按下 ▷/□ 按键。

操作开始。温度指示器的加热光柱显示在状态栏中。



4. 当食物做好之后，使用 ① 按键关断微波炉，或选择并应用新的操作模式。

更改温度或烧烤设置

这随时可以进行。转动旋转选择钮，更改温度或烧烤设置。

在烹饪时打开微波炉门

操作暂停。▷/□ 闪烁。在关门后再次按下 ▷/□ 按键。然后程序将继续执行。

暂停操作

按下 ▷/□ 按键。微波炉暂停，▷/□ 闪烁。再次按下 ▷/□ 按键，操作继续运行。

取消操作

按下并按住 ▷/□ 按键，直到显示 3D 热风和 160 °C。您可以进行新的设置。

调用信息

短暂按下 i 按键。如要了解更多信息，请再次短暂按下 i 按键。在电器启动之前，显示加热类型、烤架位置以及附件的相关信息。在电器启动之后，可以检查烹饪箱中的加热温度。

设置烹饪时间

参见 *时间设置选项*，设置烹饪时间。

设置延时结束时间

参见 *时间设置选项* — 设置延时结束时间。

弱微波组合 / 强微波组合

对于这些加热类型，将自动开启微波功率设置。您只需按照菜谱中指定的温度进行设置，然后将烹饪时间减半。

弱微波组合

“弱微波组合”适用于烤制装在烤模内的蛋糕，例如

- 弹性蛋糕，如大理石蛋糕、水果面包、水果派

- 带湿馅料的牛油皮，例如苹果派、干酪蛋糕
- 由烘焙混合物做成的蛋糕
- 带葡萄干的发面饼
- 烤肉时使用这种加热类型也可以将烹饪时间减半。

说明：使用深色金属烤罐或塑料“弹性模”烤盘。烹饪大肉块时，适合使用带或不带盖子的耐热玻璃盘。

强微波组合

这种加热类型适用于

- 家禽，例如鸡
- 煲仔饭，如烤通心粉
- 脆皮，例如法式焗烤土豆
- 烤鱼，新鲜的和冷冻的

说明：使用由玻璃或陶瓷制成的耐热容器。

设置程序

如果菜谱中有关于使用其它加热类型的说明，请采用上 / 下加热模式的设置。菜谱中指定的烹饪时间不得超过 30 分钟。

将食物置于冷的烹饪箱中。将烹饪容器放在第一层烤架的中央。

1. 按下 □ 按键。

显示屏中的推荐设置为 3D 热风和 160 °C。

2. 使用旋转选择钮，设定“弱微波组合”或“强微波组合”加热类型。

状态栏建议 I→I 20:00 分钟。

3. 使用 > 按键切换至温度，然后用旋转选择钮设置温度。

4. 按下 ⊖ 按键，并使用 > 按键移动到烹饪时间。

5. 转动旋转选择钮，设置所需的烹饪时间。

6. 按下 ⊖ 按键关闭菜单。

7. 按下 ▷/□ 按键。

电器操作开始。烹饪时间开始倒计时。

烹饪时间到时

一个信号声响起。微波操作结束。状态栏显示 I→I 0:00。您可以按下 ⊖ 按键，在信号声结束之前取消信号声。

推荐设置

如果从推荐的设置中选择菜式，则已经规定了理想的设置值。您可以从许多不同的分类中进行选择。您将看到大量菜式的推荐设置，从蛋糕、面包、家禽、肉、鱼和野味到烘焙食品和预加工食品。您可以更改温度和烹饪时间。加热类型固定。

您可以对各种菜式使用多种选择等级。试用并查看自己的菜式选择范围。

选择菜式

1. 按下 □ 按键。

显示屏中的推荐设置为 ④ 3D 热风和 160 °C。

2. 将旋转选择钮逆时针转动到 ④ “推荐设置”。

3. 使用 > 按键移至第一个食品类别，并使用旋转选择钮选择需要的类别。

使用 > 按键移至下一级。转动旋转选择钮，进行下一个选择。此时出现选定菜式的设置值。

4. 按下 ▷/□ 按键。

电器操作开始。您可以在状态栏中看到建议的烹饪时间 I→I 倒计时。

烹饪时间到时

一个信号声响起。微波炉停止加热。状态栏显示 I→I 0:00。按下 ⊖ 按键，可以提前取消该信号。

更改温度或烧烤设置

转动旋转选择钮，更改温度或烧烤设置。

更改烹饪时间

按下 ⊖ 按键，并使用 > 按键移动到烹饪时间。使用旋转选择钮更改烹饪时间。按下 ⊖ 按键。

调用信息

短暂按下 i 按键。如要了解更多信息，请再次短暂按下 i 按键。

设置快速加热

快速加热功能并不适用于全部的加热类型。

合适的加热类型

- 3D 热风

- 热风
- 上 / 下加热
- 深度加热

适用的温度

如果温度设置低于 100 °C，则快速加热功能不起作用。如果烹饪箱中的温度仅比您所设置的温度略低，则不必使用快速加热。该功能将不会打开。

设置快速加热

按下 >>>> 按键，激活快速加热功能。状态栏中显示 >>>> 符号。温度指示器光柱开始填充。

当所有光柱填满后，快速加热结束。您将听到一声简短的信号声。>>>> 符号熄灭。将菜肴放入烹饪箱。

说明

- 如果您更改加热类型，快速加热将被取消。
- 如果设置了烹饪时间，则该时间与快速加热功能不相干，在微波炉启动后立即开始倒计时。
- 您可使用 i 按键查看快速加热期间的当前烹饪箱温度。
- 为了确保均匀地烹饪，在快速加热完成之前，请不要将菜肴放入烹饪箱中。

取消快速加热

按下 >>>> 按键。符号熄灭。

微波

微波在食物中转化为热能。可以单独使用微波，也可以结合其它加热类型使用。本节介绍烹饪容器和微波设置方法。

说明

- 在 *经由我们烹饪工作室测试过的菜谱* 一节中，您将可以找到有关使用微波解冻、加热和烹饪的示例。
- 必须使用烤架和适当的附件制备食物。

关于烹饪容器的注意事项

适用烹饪容器

用玻璃、玻璃陶瓷、陶瓷或耐热塑料制成的耐热烹饪容器均适用。这些材料允许微波通过。

也可以使用餐盘。这样就不用将食物从一个盘转移到另一个盘。如果烹饪容器带有金饰边或银饰边，只有在制造商保证它们适用于微波时才能使用。

不适用烹饪容器

金属器皿不适用。金属不允许微波通过。放在金属容器中的食物仍是冷的。

小心！

产生火花：金属（例如玻璃杯内的汤匙）必须距离烹饪箱内壁和门内壁至少 2 cm。否则，火花会损坏门内壁的玻璃。

烹饪容器测试

只有在烹饪箱内放有食物的情况下才能开启微波。唯一的例外是进行下面的烹饪容器测试。

如果您不能确定自己的烹饪容器是否适合在微波中使用，则进行以下测试：

1. 在第 1 层的烤架上以最大功率加热空烹饪容器 1/2 到 1 分钟。
2. 加热期间查看温度。

烹饪容器摸起来应该仍是冷的或温的。

如果烹饪容器变热或产生火花，则不适用。

微波功率设置

使用按键设置需要的微波功率。

90 W	用于解冻精致食物
180 W	用于解冻和连续烹饪
360 W	用于烹饪肉类和加热精致食物
600 W	用于加热和烹饪食物
1000 W	用于加热液体

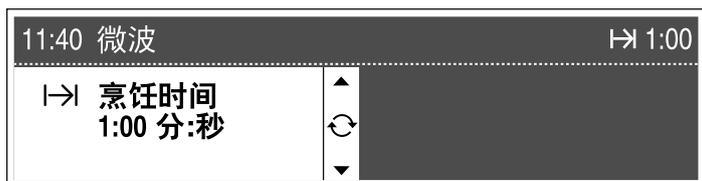
说明

- 当按下按键时，选定的功率点亮。
- 微波功率可以设置到 1000 W，最长 30 分钟。对于所有其它功率设置，最长烹饪时间为 1 小时 30 分钟。

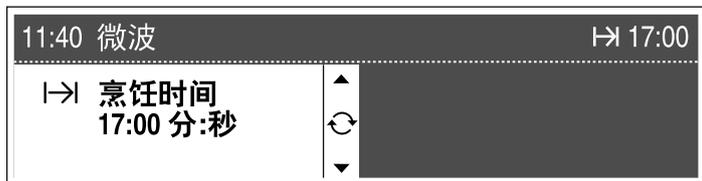
设置微波

图中实例：微波功率设置 360 W，烹饪时间 17 分钟。

1. 按下所需要的微波功率设置按键。
按键点亮。



2. 使用旋转选择钮设置烹饪时间。



3. 按下 ▷/□ 按键。
电器操作开始。烹饪时间开始倒计时。

说明

- 为防止电器腐蚀，每次烹饪时应擦净冷凝水。
- 当仅使用微波而不使用任何加热类型时，可敞开微波炉门，以便烹饪箱冷却。

烹饪时间到时

一个信号声响起。微波操作结束。状态栏显示 H> 0:00。您可以按下 ⏸ 按键，在信号声结束之前取消信号声。

在烹饪时打开微波炉门

操作暂停。▷/□ 闪烁。在关门后再次按下 ▷/□ 按键。然后程序将继续执行。

暂停操作

按下 ▷/□ 按键。微波炉暂停，▷/□ 闪烁。再次按下 ▷/□ 按键，操作继续运行。

更改烹饪时间

这随时可以进行。使用旋转选择钮更改烹饪时间。

取消操作

按下并按住 ▷/□ 按键，直到“选择功能”出现在状态行上。此时您可以更改设置。

组合

组合操作是指一种加热类型和微波同步操作。使用微波能够加快烹饪速度，而且仍然可以很好地上色。烹饪时间最长可设置为 1 小时 30 分钟。

合适的加热类型

- 3D 热风
- 热风
- 上 / 下加热
- 热风烧烤
- 烧烤，大面积
- 烧烤，小面积

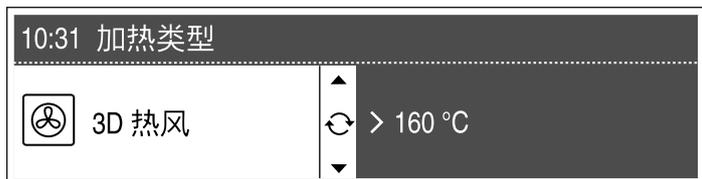
合适的微波功率设置

您可以将任何微波功率设置与一种加热类型组合使用，1000 W 除外。

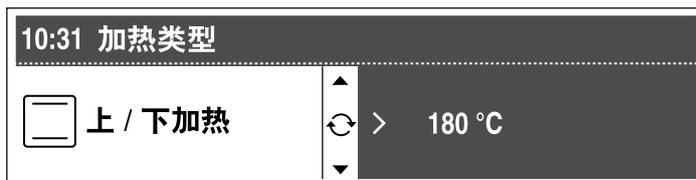
设置组合

图中实例：上 / 下加热，设置为 200 °C，微波设置为 360 W，17 分钟。

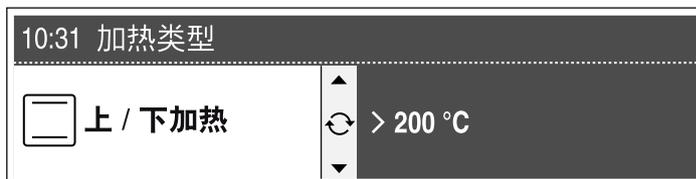
1. 按下 □ 按键。
显示屏中的推荐设置为 3D 热风和 160 °C。



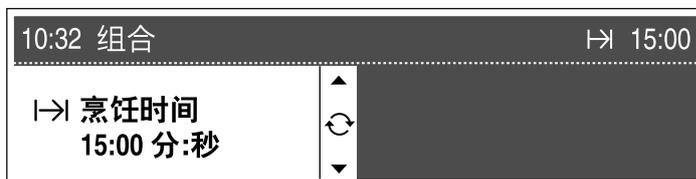
2. 转动旋转选择钮，设置所需要的加热类型。



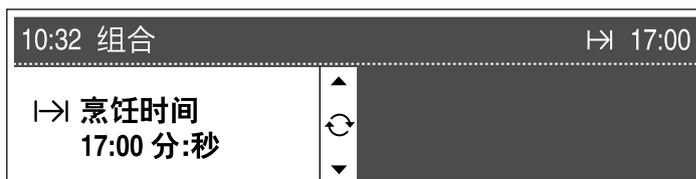
3. 使用 > 按键切换至温度，然后用旋转选择钮设置期望的温度。



4. 按下所需要的微波功率设置按键。
按键点亮。



5. 使用旋转选择钮设置烹饪时间。



6. 按下 ▷/□ 按键。



电器操作开始。烹饪时间开始倒计时。

烹饪时间到时

一个信号声响起。微波炉停止加热。状态栏显示 I→I 0:00。按下 ⏸ 按键，可以提前取消该信号。

在烹饪时打开微波炉门

操作暂停。▷/□ 闪烁。在关门后再次按下 ▷/□ 按键。然后程序将继续执行。

暂停操作

按下 ▷/□ 按键。微波炉暂停，▷/□ 闪烁。再次按下 ▷/□ 按键，操作继续运行。

更改温度或烧烤设置

这随时可以进行。转动旋转选择钮，更改温度或烧烤设置。

取消操作

按下并按住 ▷/□ 按键，直到“选择功能”出现在状态行上。此时您可以更改设置。

设置延时结束时间

参见 *时间设置选项* — 设置延时结束时间。

系列操作

您可使用“系列操作”功能设置多达三个操作模式，然后启动。要求：必须为每一个步骤设置烹饪时间。

可以用于

- 所有加热类型
例外：“弱微波组合”和“强微波组合”加热类型不适合。
- 微波
- 组合操作

烹饪容器

一定要使用耐微波且耐热的烹饪容器。

设置系列操作

1. 按下 $\overline{123}$ 按键。
2 系列操作出现在状态栏。1 高亮显示。现在可以设置系列操作中的第一个操作。



2. 选择并设置所需要的操作模式。

3. 再次按下 $\overline{123}$ 按键。

2 高亮显示。现在可以设置系列操作中的第二个操作。

4. 选择并设置所需要的操作模式。

5. 再次按下 $\overline{123}$ 按键。

代表系列操作中第三个操作的 3 高亮显示：

6. 选择并设置所需要的操作模式。

7. 按下 ▷/□ 按键。

电器操作开始。此系列中正在进行的操作和烹饪时间出现在状态栏的左侧。在右侧将显示总的烹饪时间倒计时。

烹饪时间到时

一个信号声响起。系列操作完成。状态栏显示 I→I 0:00。您可以按下 ⏸ 按键，在信号声结束之前取消信号声。

时间设置选项

您可按下 ⏸ 按键调用时间设置选项菜单。提供以下功能：

如果微波炉关断：

- 设置定时器
- 设置时钟

如果微波炉开通：

- 设置定时器
- 设置烹饪时间
- 设置延时结束时间

设置时间设置选项 — 简明

1. 按下 ⏸ 按键打开菜单。

2. 使用 < 或 > 按键切换至要求的功能。设置区域发亮，文字为黑色。

3. 使用旋转选择钮，设置时钟或烹饪时间。

4. 按下 ⏸ 按键关闭菜单。

以下提供了关于如何调节各个功能的详细说明。

设置定时器

定时器独立于微波炉运行。您可以将它作为厨房定时器，并可以随时对它进行设置。

1. 按下 按键。

时间设置选项菜单打开。

2. 使用旋转选择钮，设置定时器的运行时间。

3. 按下 按键关闭菜单。

显示屏返回到以前的状态。显示代表定时器的  符号，同时可以看到时间正在倒计时。

当时间到时

一个信号声响起。显示屏中出现  0:00。按下  按键可以提前取消该信号。

取消定时器时间

使用  按键打开时间设置选项菜单，将时间转回到 0:00。按下  按键关闭菜单。

更改定时器时间

使用  按键打开时间设置选项菜单，并在接下来的几秒内更改定时器的运行时间。按下  按键关闭菜单。

设置烹饪时间

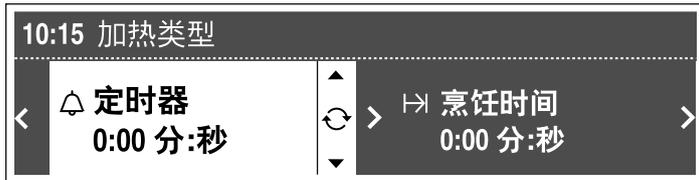
如果设置了菜肴的烹饪时间，当该时间到时后，操作自动停止。微波炉停止加热。

前提条件：必须设置了加热类型和温度。

图中实例：设置上 / 下加热，180 °C，烹饪时间为 45 分钟。

1. 按下 按键。

显示时间设置选项菜单。



2. 使用 或 按键移至烹饪时间，然后使用旋转选择钮设置烹饪时间。



3. 按下 按键。

时间设置选项菜单关闭。

4. 如果尚未开始运行，按下 按键。

您可以在状态栏中看到烹饪时间  倒计时。



烹饪时间到时

一个信号声响起。微波炉停止加热。状态栏显示烹饪时间  0:00。按下  按键，可以提前取消该信号。

取消烹饪时间

按下  按键打开菜单。使用  或  按键移至烹饪时间，然后使用旋转选择钮将烹饪时间设置为 0:00。所设置的加热类型和温度出现在显示屏中。然后程序将不限时继续执行。

更改烹饪时间

按下  按键打开菜单。使用  或  按键移至烹饪时间，然后使用旋转选择钮设置烹饪时间。按下  按键关闭菜单。

设置延时结束时间

请记住，不得将容易腐败的食物长时间放在烹饪箱中。

实例：上午 9:30 将食物放入烹饪箱，烹饪时间为 45 分钟，将在上午 10:15 做好，但您希望在 12:45 做好。将结束时间从 10:15 改为 12:45。微波炉进入待机状态。烹饪将在 12:00 开始，12:45 结束。

使用某些程序时无法更改结束时间。

设置延时结束时间

前提条件：所选操作尚未开始，已设置好烹饪时间。时间设置选项菜单  打开。

1. 使用 按键移动至结束时间。显示结束时间。



2. 使用旋转选择钮设置更迟的结束时间。



3. 按下 按键，关闭时间设置选项菜单。

4. 按下 按键进行确认。

接受设置。微波炉处于待机状态，结束时间  显示在状态栏中。在适当时间开始运行。您可以在状态栏中看到烹饪时间  倒计时。

烹饪时间到时

一个信号声响起。微波炉停止加热。状态栏显示烹饪时间  0:00。按下  按键，可以提前取消该信号。

纠正结束时间

只要微波炉处于待机状态，就可以执行此操作。为此，使用  按键打开菜单，使用  或  按键移至结束时间，然后使用旋转选择钮调整结束时间。按下  按键关闭菜单。

取消结束时间

只要微波炉处于待机状态，就可以执行此操作。为此，使用  按键打开菜单，使用  或  按键移至结束时间，然后逆时针旋转选择钮，直到显示消失。烹饪时间立即开始倒计时。

设置时钟

只有先关断微波炉，才能设置或更改时钟。

断电之后

在发生电源故障之后，状态栏中显示“设置时钟”。

1. 转动旋转选择钮，设置当前时间。

所设置的显示语言显示在右侧的设置区域中。在断电后，该显示不会改变。

2. 按下 \odot 按键。

应用该时间。

更改时钟

实例：将时间从夏季时改为冬季时。

1. 按下 \odot 按键。

显示时间设置选项菜单。

2. 使用 \gt 按键移至时钟 \odot ，然后使用旋转选择钮更改时间。

3. 按下 \odot 按键。

时间设置选项菜单关闭。

更改时钟显示

当微波炉关断时，显示屏中显示时钟，同时显示当前时间。您可以更改显示设置，使其显示其它时钟外观、显示数字式时间，或者从显示屏中删除时钟。详细信息请参见“基本设置”一节。

存储器

使用存储器可以存储您自己的设置，并在以后通过按键重新调用这些设置。有六个存储器位置可用。存储器功能对于经常烹饪的菜式很有用。

将设置保存到存储器中

自清洁功能不能保存。

1. 指定您想烹制的菜肴的加热类型、温度和烹饪时间（如有必要）。不要启动。如需保存程序：选择程序并进行设置。不要启动。

2. 短暂按下 M 按键，使用旋转选择钮选择存储器位置。

3. 按下并按住 M 按键，直到显示“存储器已保存”。

设置已保存，可立即启动。

保存另一个设置

输入并保存新设置。旧设置被覆盖。

启动存储器

您可以随时启动已保存的餐食设置。

1. 短暂按下 M 按键。

显示已保存的设置。如果显示“内存位置为空”，则表示未保存任何设置。无法启动存储器。先按照在存储器中保存中的描述保存需要的设置。

2. 按下 \triangleright/\square 按键两次。

存储器设置启动。

更改设置

这随时可以进行。您原先保存的设置在您下一次启动存储器时显示。

斋期模式

使用该设置时，在上 / 下加热模式下，微波炉温度保持在 85 °C 到 140 °C 之间。可以设置一个介于 24 到 73 小时之间的时间。

在这段时间，您可以让菜式留在烹饪箱中不变冷，而不用开启或关断微波炉。

启动斋期模式

前提条件：在基本设置中激活了“斋期模式，是”。参见基本设置章节。

1. 按下 \square 按键。

显示屏中的推荐设置为 3D 热风和 160 °C。

2. 逆时针转动旋转选择钮，选择斋期模式。

3. 使用 \gt 按键切换至温度，然后用旋转选择钮设置温度。

4. 使用 \odot 按键打开时间设置选项菜单，并使用 \gt 按键切换至烹饪时间。

建议使用 27:00 小时。

5. 转动旋转选择钮，设置所需的烹饪时间。

6. 按下 \odot 按键，关闭时间设置选项菜单。

7. 按下 \triangleright/\square 按键。

斋期模式启动。

烹饪时间到时

微波炉停止加热。

设置延时结束时间

无法设置延时结束时间。

取消斋期模式

按下并按住 \triangleright/\square 按键，直到“选择功能”出现在状态行上。您可以进行新的设置。

儿童锁

微波炉具有一个儿童锁，可避免儿童意外开启微波炉或更改已经开始的操作。

微波炉将不会对任何设置有反应。当儿童锁启用时，仍可以设置定时器和时钟。

激活儿童锁

按下并按住  按键，直到  符号出现。这需要约 4 秒钟。

控制面板被锁定。

解除锁定

按下并按住  按键，直到  符号消失。现在可以再次进行设置。

说明：即使在儿童锁激活状态下，仍可以通过按下  或按下并按住  按键关断微波炉，以及通过按下  按键设定定时器和关断声音信号。

基本设置

您的电器有各种基本设置，您可以根据自己的要求随时调节这些设置。

说明：本表格中列出了所有基本设置以及更改这些基本设置的选项。只给出与特定电器的具体功能相对应的的基本设置。

基本设置	选项	解释
选择语言： 中文	另有 2 种语言可供选择	文本显示语言。
信号持续时间： 中	短 = 10 秒 中 = 2 分钟 长 = 5 分钟	烹饪时间到时的声音信号长短。
按键声音： 关	开 关	按下按键的确认音。
显示屏亮度： 日	日 中 晚	显示屏亮度
时钟显示： 模拟 1	关 模拟 1 模拟 2 模拟 3 数字	当微波炉关断时时钟的显示方式
在门关闭后继续： 关	自动 关 *	当微波炉门打开和重新关闭后操作如何继续 * 按下  继续操作
单独调整： -     +	例如，逐渐熟透烹饪结果 -     +	更改所有全自动烹饪程序的烹饪结果 向右 = 增加强度 向左 = 减小强度
显示品牌标志： 开	开 关	微波炉开启后，显示西门子标志
3D 热风 建议：160 °C	从 30 到最高 250 °C	永久更改加热类型的默认温度。
热风 建议：160 °C	从 30 到最高 250 °C	永久更改加热类型的默认温度。
上 / 下加热 建议：180 °C	从 30 到最高 270 °C	永久更改加热类型的默认温度。
深度加热 建议：190 °C	从 100 到最高 270 °C	永久更改加热类型的默认温度。
下加热 建议：180 °C	从 30 到最高 200 °C	永久更改加热类型的默认温度。
热风烧烤 建议：190 °C	从 100 到最高 250 °C	永久更改加热类型的默认温度。
烧烤，大面积 建议：3	3 (高) 2 (中) 1 (低)	永久更改各种加热类型的默认设置。
烧烤，小面积 建议：3	3 (高) 2 (中) 1 (低)	永久更改各种加热类型的默认设置。

基本设置	选项	解释
慢速烹饪 建议：80 °C	从 70 到最高 100 °C	永久更改加热类型的默认温度。
盘碟加热 建议：50 °C	从 30 到最高 70 °C	永久更改加热类型的默认温度。
保温 建议：70 °C	从 60 到最高 100 °C	永久更改加热类型的默认温度。
弱微波组合 建议：180 °C	从 30 到最高 250 °C	永久更改加热类型的默认温度。
强微波组合 建议：200 °C	从 30 到最高 250 °C	永久更改加热类型的默认温度。
斋期模式： 否	否 是	参见斋期模式章节
电源电压： 220-230 V	220-230V 230-240V	调整工作电压
恢复出厂设置： 否	否 是	撤消所有更改，恢复基本设置。

更改基本设置

前提条件：微波炉必须关闭。

1. 按下并按住 **i** 按键大约 4 秒钟，直到出现“选择语言：中文”。
2. 用 **<** 或 **>** 按键选择基本设置。
3. 使用旋转选择钮更改数值。

4. 现在，您可以使用 **<** 或 **>** 按键切换到基本设置，按照第 2 和 3 条的描述进行调整，对基本设置进行进一步的更改。
5. 按下并按住 **i** 按键，直到显示屏消失。持续约 4 秒钟。将保存所有更改数据。

取消

按下 **①** 按键。不应用经过更改的数据。

自动关断

您的微波炉具有自动关断功能。如果没有设置烹饪时间，并且长时间未更改各种设置，则该功能启动。启动自动关断功能的时间点取决于所设置的温度或烧烤设置。

关断功能已激活

“自动关断”出现在显示屏中。操作中断。按下任意按键，清除显示文本。您可以进行新的设置。

说明：如果设置了烹饪时间，只要烹饪时间到时，微波炉就停止加热。不再需要自动关断功能。

自清洁

自清洁期间，烹饪箱被加热到约 480 °C。所有烤制、烧烤和烘焙产生的食物碎屑都将化为灰烬。自清洁约需 2 小时，包括加热和冷却时间。

说明

- 出于安全原因，微波炉门自动锁闭。等烹饪箱逐渐冷却，锁定机制的挂锁符号消失之后，您才能再次打开微波炉门。请不要尝试用手推入锁门。
- 进行自清洁时请勿试图打开电器门。否则清洁过程将被取消。
- 自清洁时烹饪箱灯保持熄灭。温度控制光柱不显示。

⚠ 有着火危险！

- 电器外部会变灼热。切勿在电器前面放置任何物品。必须将小孩留在电器安全距离以外。
- 切勿在门把手上悬挂易燃物品，例如毛巾。

准备

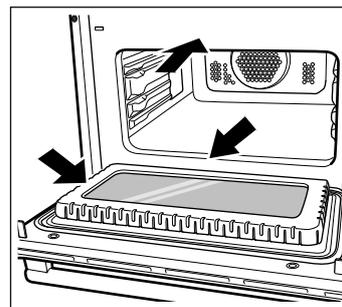
将所有附件和烹饪容器从微波炉中取出。

⚠ 有严重损害健康的危险！

切勿使用高温分解清洁方法来清洁不粘烤盘和烤罐。高温会损坏不粘层，并释放有毒气体。

⚠ 有着火危险！

松散的食物碎屑、油脂和肉汁可能会着火。请用湿布擦拭微波炉底板、微波炉门内侧以及微波炉前部边缘。请勿擦拭门封。



说明：每两到三个月清洁一次烹饪箱足矣。如有必要，可以更加频繁地清洁微波炉。清洁工作只需大约 3.8 千瓦时。

设置自清洁

1. 按下  按键。
2. 使用 \triangleright / \square 启动清洁操作。

微波炉门在开始清洁后迅即锁定。 符号点亮表示已激活锁定。

当清洁完成后

状态栏中显示“自清洁完成”。待  符号熄灭后微波炉门方可打开。

保养和清洁

通过小心地保养和清洁您的微波炉，可以保持其外观和正常工作。以下说明应如何正确保养和清洁电器。

有电击危险！

请勿使用高压清洁剂或蒸汽清洁器，以防触电。

有灼伤危险！

电器会变灼热。切勿触摸烹饪箱的内表面或加热元件。必须让电器冷却下来。请将小孩留在安全距离以外。

说明

- 由于使用不同的材料，例如，玻璃、塑料和金属等，电器正面的颜色会稍微有点偏差。
- 门面板上看起来像条纹的阴影是由微波炉灯的反光造成的。
- 搪瓷是使用非常高的温度烤上去的。这可能会导致颜色稍微有点偏差。这是正常的，不影响它们的功能。较薄的烤盘边缘可能有些地方没有涂上搪瓷。因此，这些边缘可能会比较粗糙。这不会损害抗腐蚀保护功能。
- 微波炉若有异味，例如在烹制鱼等食物之后，这很容易清除。将几滴柠檬汁滴入一杯水中。同时将一把汤匙放入杯中，以防延时沸腾。以最大微波功率将水加热 1 至 2 分钟。

清洁剂

为了防止因清洗剂使用不当而损坏各种表面，请遵守下表中的信息。不要使用

- 强烈的或腐蚀性的清洁剂
- 金属或玻璃刮刀清洁电器门上的玻璃。
- 金属或玻璃刮刀清洁门封。
- 硬的清洗垫和海绵
- 含高浓度酒精的清洗剂。

新海绵布使用前要彻底清洗。

区域	清洁剂
控制面板	热肥皂水： 用洗碗布清洁并用软布擦干。请勿使用玻璃清洁器、金属或玻璃刮刀进行清洁。

取消清洁

使用  按键关断微波炉。在  符号消失之前，不要打开微波炉门。

设置夜间清洁

这样您可以在白天全天使用微波炉，将清洁过程推迟到夜间进行。参见 *时间设置选项 - 设置延时结束时间*。

自清洁之后

烹饪箱冷却下来之后，用湿布擦拭留在烹饪箱中的灰烬。

区域	清洁剂
不锈钢	热肥皂水： 用洗碗布清洁并用软布擦干。立即清除水垢、油脂、淀粉和蛋白（例如蛋清）形成的斑点。这类残留物可能会引起腐蚀。可向售后服务部或专卖店购买专用不锈钢清洗剂。
微波炉	热肥皂水或醋溶液： 用洗碗布清洁并用软布擦干。 如果微波炉很脏：请使用烤箱清洁剂，但只能在微波炉冷却后使用。最好使用不锈钢海绵。
微波炉灯玻璃罩	热肥皂水： 用洗碗布清洁。
门板外侧	玻璃清洁剂： 立即用软布擦干。不要使用玻璃刮刀。
门玻璃内侧	玻璃清洁剂： 用软布擦干。不要使用玻璃刮刀。
密封件	热肥皂水： 用洗碗布清洁，不要刷洗。不要用金属或玻璃刮刀进行清洁。
附件	热肥皂水： 浸泡并用洗碗布或刷子清洁。

清洁玻璃面板

可以从微波炉门上取下玻璃面板进行清洁。

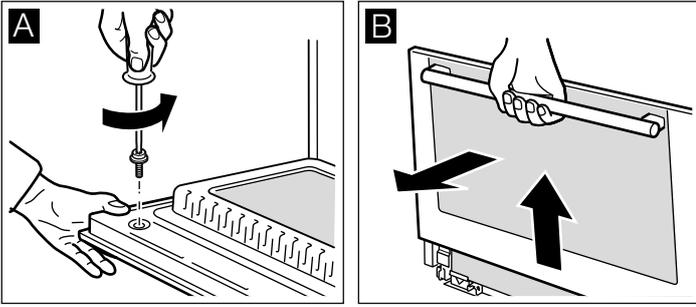
有灼伤危险！

电器会变灼热。切勿触摸烹饪箱的内表面或加热元件。必须让电器冷却下来。请将小孩留在安全距离以外。

拆卸

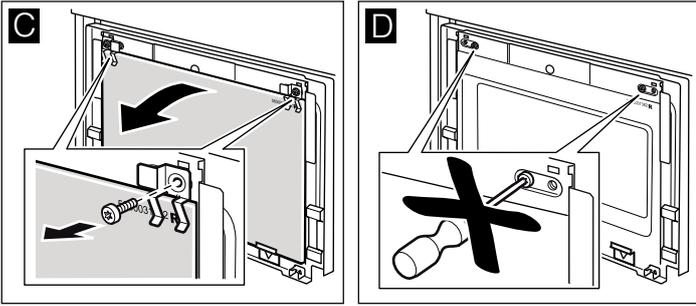
1. 打开微波炉门。
2. 使用 TORX 螺丝起子 (TORX 20) 拧松门上的两个螺丝。在此操作期间牢牢抓紧门面板 (图 A)。

3. 慢慢地关门，抓住门把手向上拉出面板。(图 B)



4. 牢牢抓住中间面板，松开门上的固定夹。向上抬起面板使其滑出。(图 C)。

5. 不要拧松金属板左侧和右侧螺钉(图 D)。



说明：使用玻璃清洁剂和软布清洁玻璃面板。

⚠ 有受伤危险！

电器门玻璃如果有刮伤，可能会导致裂开。请不要使用玻璃刮刀、剧烈或腐蚀性的清洁用品或洗涤剂。

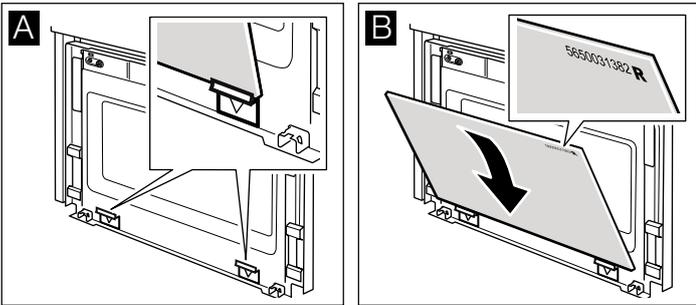
重新安装

1. 双手抓住中间面板的上部，将其插入底部的导槽中。(图 A)。

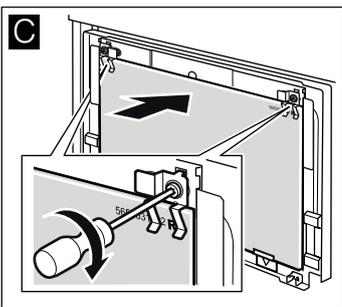
小心！

确保面板底部完全对齐。

2. 字母必须位于顶部右上角，以便轻松阅读。(图 B)。

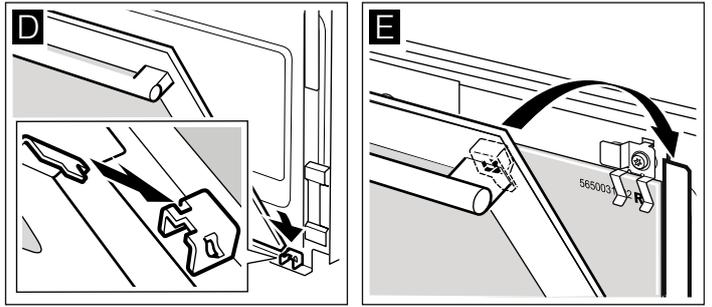


3. 使用 TORX 螺丝起子机 (TORX 20) 拧紧面板左侧和右侧的固定夹。(图 C)



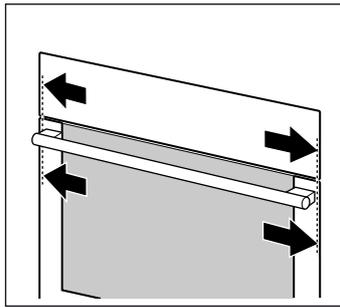
4. 用双手将门面板插入导轨。(图 D)

5. 将门面板向下推，稍稍抬起，然后在顶部将其钩到位(图 E)。



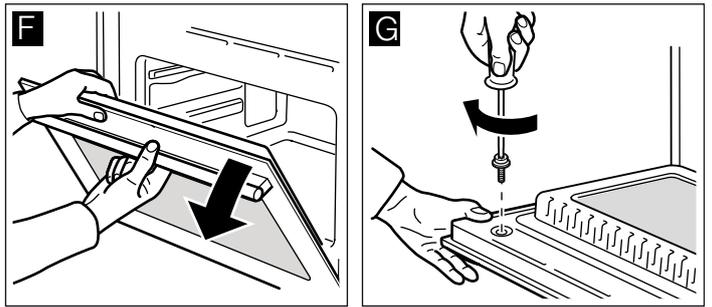
小心！

确保门面板与控制面板齐平。



6. 完全打开门，同时用一只手牢牢握紧面板(图 F)。

7. 再次将门面板向下推，然后用 TORX 螺丝起子 (TORX 20) 拧紧螺丝，关闭门。(图 G)。



小心！

只有正确安装好面板后，才能再次使用微波炉。

故障表

故障通常有简单说明。在给售后服务部打电话前，请阅读故障表。如果所烧制的菜肴未达到预期，请参见“*经由我们烹饪工作室测试过的菜谱*”，可在其中看到大量烹饪技巧。

有电击危险！

修理不当是很危险的。只能由我公司派出的经过培训的售后工程师进行修理。

故障表

问题	可能原因	纠正措施 / 信息
电器不工作。	保险丝损坏	查看保险丝盒，检查断路器是否处于工作状态。
	插头没有插入	插入插头。
	断电	检查厨房灯是否正常。
状态栏中显示“设置时钟”。所显示的时间不是当前时间。右侧设置区域中显示“选择语言”。	断电	转动旋转选择钮，设置正确时间，然后按下  按键。所设语言在断电后不会改变。
微波炉门无法打开。状态栏中显示“设置时钟”。所显示的时间不是当前时间。右侧设置区域中显示“选择语言”。  符号显示。	自清洁期间断电。	转动旋转选择钮设置正确的时间，然后按  按键。所设语言在断电后不会改变。等待烹饪箱冷却下来。  符号熄灭。现在可以再次打开微波炉门。
微波炉不加热。状态栏中显示“演示”。	微波炉处于演示模式。	关闭保险丝盒中的断路器，并在大约 20 秒后重新打开。在接下来的 2 分钟内，按住  按键四秒钟，直到“演示”从状态栏上消失。
微波炉不加热，或无法设置所选择的加热类型。	无法识别加热类型。	重新设置一次。
状态栏中出现“自动关断”。	自动关断功能已激活。微波炉关断。	按下任何按键。显示文本消失。现在可以再次进行设置。
微波不启动。	门没有完全关闭。	检查是否有剩余食物或异物卡在门内。确保密封表面清洁。检查门封是否扭曲。
	微波没有开启。	按下  /  按键。
电器没有加热到预先设定的温度。	没有按下  /  按键。	按下  /  按键。
由于不明原因，微波操作已取消。	微波炉发生故障。	如果该故障重复发生，请致电售后服务部。可以在没有微波的情况下使用微波炉。
使用微波时，食物的加热时间比以前长。	微波功率设置太低。	选择较高的功率设置。
	在电器中放置了比正常值更多的食物。	双倍的食物量 = 几乎双倍的烹饪时间
	食物比往常要冷。	在烹饪期间搅拌或翻转食物。

带 E 的出错信息

如果显示屏中出现带有 E 的出错信息，按下  按键。然后复位时钟。这将取消出错信息。如果出错再次出现，则致电售后服务部。在出现错误信息 E106 后，仍然可以操作微波。

如果显示出错信息 E011，则可能是按键卡住了。分别按各个按键，检查按键是否都干净。如果出错信息仍旧存在，请联系售后服务部。

更换微波炉灯泡

可以更换微波炉灯。可以从售后服务部门或专业经销商处得到耐热的 12 V、20 W 卤素灯泡。

有电击危险！

在电器启动后，切勿更换微波炉灯。拔下电源插头或通过熔断器盒中的熔断器断开电器电源。

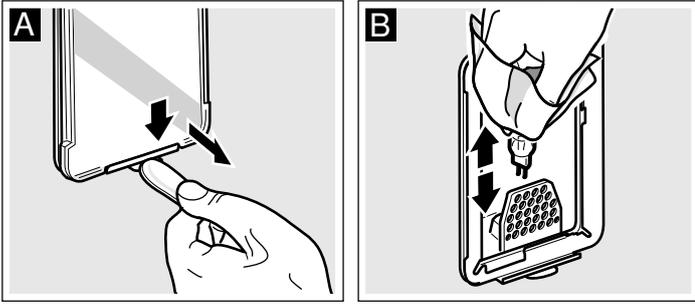
说明：一定要用干布从包装中取出新的卤素灯泡。这可以增加灯泡的使用寿命。

方法

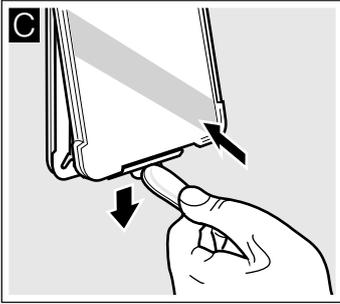
1. 断开保险丝盒中的断路器。
2. 将茶巾放在冷却的微波炉中，防止微波炉损坏。
3. 拆除玻璃灯罩。为此，用手从底部打开玻璃灯罩。

若在拆卸玻璃灯罩时遇到困难，可用汤匙进行辅助。(图 A)

4. 拧下灯泡，换上同类型的新灯泡。(图 B)



5. 装回玻璃灯罩。(图 C)



6. 取出茶巾。重新接通保险丝盒中的断路器或插入电源插头。

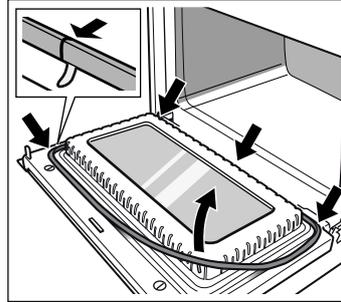
更换门封

如果门封有故障，必须更换。电器的替换门封可以从售后服务部门购买。请提供您电器的 E 编号和 FD 编号。

⚠ 有严重损害健康的危险！

如果门封损坏，切勿使用电器。微波能可能会逸出。在修好前不要再使用本电器。

1. 打开微波炉门。
2. 拆卸旧的门封。
3. 有 5 个挂钩连接至门封。用这些挂钩将新门封连接至微波炉门。



说明：门封底部中央位置的接头为技术要求。

售后服务

如果您的电器需要修理，我们为您提供售后服务。我们会不断寻找适当的解决方案，避免维修人员不必要的登门造访。

E 编号和 FD 编号

来电时，请提供产品号 (E 编号) 和生产号 (FD 编号)，以便我们为您提供正确的建议。这些编号标在铭牌上，铭牌可在微波炉中找到。您可以在下面的空白处记下电器编号和售后服务部的电话号码，以便在需要这些号码时不用花时间去寻找。

E 编号	FD 编号
售后服务 ☎	400-88-99999

请注意，发生故障时，如果电器不在质保期内，维修技师上门会收取费用。

请在随设备提供的客户服务列表中查找所有国家的联系信息。

本电器符合标准 EN 55011 和 CISPR 11。它属于分组 2 中的 B 类产品。

分组 2 表示微波炉的生产目的是用于加热食物。B 类表示本电器适合私人家庭使用。

能源和环境提示

您可以在本章节找到关于在烘焙和烧烤时如何节约能源和如何正确处置报废电器的提示。

节能

仅在菜谱有要求或操作说明表中有明确指示的情况下才预热微波炉。

使用涂深黑色漆烤模或搪瓷烤模。这种罐子的吸热效果特别好。在烹饪、烘焙或烧烤时尽量少开微波炉门。

烤制多份糕点时最好一份接一份地烤。烹饪箱有余温。这可减少第二份糕点的烤制时间。

对于长时间的烹饪，您可以在烹饪时间结束前 10 分钟关断微波炉，用剩余的热量完成烹饪。

自动烹饪程序

自动烹饪程序使您准备食物更轻松。选择程序，然后输入食物的重量。自动烹饪程序使用最佳设置。

选择程序

图中实例：为 1 kg 新鲜鸡块选择一个程序并进行设置。

1. 按下 **[P]** 按键。

显示第一个程序组和第一个程序。



2. 通过转动旋转选择钮选择程序组。



3. 按下 **>** 按键，并用旋转选择钮选择程序。



4. 按下 **>** 按键。

显示针对所选程序的建议重量。

5. 使用旋转选择钮设置重量。

程序时长显示在状态栏中。

再次按下 **>** 按键，直到出现“单独调整”。您可影响程序的结果。参见下文的单独调整。



6. 按下 **>/□** 按键。

程序启动。可以在状态栏中看到烹饪时间 I-> 倒计时。

环保型处理

以环保方式处置包装材料。



本电器根据有关废弃电气和电子设备 - WEEE 的欧洲指令 2012/19/EU 进行标识。该指令规定了在欧盟范围内有效地回收和再利用旧电器的框架。

程序结束

一个信号声响起。微波炉停止加热。按下 **[⏸]** 按键可以提早取消该信号。状态栏显示 I-> 0:00。

取消程序

按下并按住 **>/□** 按键，直到“选择功能”出现在状态行上。此时您可以更改设置。

调用信息

启动前：短暂按下 **[i]** 按键。显示关于程序的各种信息。如要了解各条目的信息，请再次短暂按下 **[i]** 按键。

设置延时结束时间

对于很多程序，可以设置延时结束时间。参见“时间设置选项”一节。

单独调整

如果程序的烹饪结果与预期结果不符，下次可以进行更改。

按照步骤 1 至 5 进行设置。

按下 **>** 按键，使用旋转选择钮移动发光区域段。

- □□□■□□□ +

向左 = 烹饪熟度降低。

向右 = 增加烹饪熟度。

按下 **>/□** 按键启动。

烹饪时间改变。

使用自动烹饪程序解冻和烹饪

说明

- 将食物从包装内取出并称重。如果无法输入精确的重量，应四舍五入。
- 一定要使用适合微波用的玻璃、陶瓷制的烹饪容器或普通烤盘。请遵循程序表中的附件提示。
- 将食物置于冷的烹饪箱中。
- 烹饪提示后有一张适用食物表，其中有重量范围和所需要的附件。
- 不能设置超出重量范围的重量。
- 对于许多菜式，在经过一定时间后会发出一声信号声。请翻转或搅拌食物。

解冻

说明

- 如果可能，将食物分成几份，在 -18 °C 下平放冷冻。

- 将冷冻的食物放在浅底餐具上，例如玻璃盘或瓷盘。将面包卷直接放在烤架上。
- 用小块铝箔包好薄的突出部分。这样可以防止这些部分蒸煮过度。切勿让铝箔接触烹饪箱的侧壁。
- 在解冻后，继续让食物融解 10-90 分钟，直到温度均匀。
- 在解冻肉块、家禽或鱼类时会有汁液产生。在翻转食物时将这汁液倒干净。无论如何也不能将其用于其它目的或让其接触到其它食物。
- 将牛肉、羊肉和猪肉放在容器上，先让肥的一面朝下。
- 面包应该需要多少解冻多少，因为面包很容易变质。
- 翻转后，要将已解冻的肉糜取出。
- 整只家禽应放在容器内，胸部朝下；家禽块则带皮的部分朝下。用小块铝箔包好腿和翅膀。
- 整鱼则用铝箔包好鱼尾；鱼片则包好边缘；鱼排则包好突出的端部。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
解冻			
面包		0.10-0.60	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
全麦面包 ***		0.20-1.50	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
面包卷		0.05-0.45	烤架, 第 1 层
干式蛋糕 *	表面不浇糖浆也不带糖衣的海绵蛋糕、花卷	0.20-1.50	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
湿蛋糕	带水果的海绵蛋糕, 表面不浇糖浆也不带糖衣或明胶, 不加奶油或奶黄酱	0.20-1.20	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
肉糜 *	牛肉、羊肉或猪肉的肉糜	0.20-1.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
牛肉 **	牛肉块、小牛肉块、肉排	0.20-2.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
猪肉 **	大块带骨脖颈肉、大肉卷、炸猪排、菜炖牛肉	0.20-2.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
羊肉 **	羊腿、羊肩、羊肉卷	0.20-2.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
整只家禽 **	鸡、鸭	0.70-2.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
家禽块 **	鸡大腿、半只鸡、鹅腿、鹅胸肉、鸭胸肉	0.20-1.20	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
全鱼 **	鳕鱼、黑线鳕、鳕鱼	0.20-1.20	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
鱼块 **	梭鱼片、鳕鱼片、三文鱼、玫瑰鱼片、青鳕鱼片、梭鲈鱼片	0.20-1.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
鱼排 **	鳕鱼、梭子鱼、黑线鳕、三文鱼排	0.20-1.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层

* 在烹饪时间经过大约一半后发出翻转信号。

** 烹饪时间经过 $\frac{1}{3}$ 和 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号

*** 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

烹饪

蔬菜

说明

- 新鲜蔬菜：切成大小均匀的小块。每 100 g 蔬菜加入两大汤匙水。

- 冷冻蔬菜：
此程序仅适合余烫过但没有预先烹制过的蔬菜。不适合拌有奶油沙司的冷冻蔬菜。每 100 g 加入一到两大汤匙水。菠菜或红球甘蓝中不加水。
- 在程序结束后，让蔬菜继续留在里面大约 5 分钟。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
蔬菜			
烹饪新鲜蔬菜 *	花椰菜、椰菜、胡萝卜、大头菜、韭菜、胡椒、西葫芦	0.20-1.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
烹饪冷冻蔬菜 *	花椰菜、椰菜、胡萝卜、大头菜、红球甘蓝、菠菜	0.20-1.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 烹饪时间过半后会发出提醒搅拌的信号。

土豆

说明

- 熟土豆：切成相等大小的块。每 100 g 土豆加入两大汤匙水，并加盐调味。

- 去皮熟土豆：使用大小相同的土豆。清洗土豆并将土豆皮刺破多处。趁土豆未干时，将土豆放在烹饪容器内。不要加水。

- 在程序结束后，让土豆继续留在里面大约 5 分钟。事先滤掉残留的水。
- 烹饪法式焗烤土豆时，将土豆放在 3 到 4 cm 深的浅底器皿中。

- 程序结束后，将食物留在微波炉内静置 5 到 10 分钟。
- 薯条、炸丸子和炸土豆丝饼必须先制备好才能放进微波炉。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
土豆			
熟土豆 *	蜡质土豆、近蜡质土豆、粉质土豆	0.20-1.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
去皮熟土豆 *	蜡质土豆、近蜡质土豆、粉质土豆	0.20-1.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜法式焗烤土豆		0.50-3.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 2 层
冷冻薯条 **		0.20-0.60	普通烤盘, 第 2 层
冷冻炸丸子 **		0.20-0.70	普通烤盘, 第 2 层
冷冻炸土豆丝饼 **		0.20-0.80	普通烤盘, 第 2 层

* 烹饪时间过半后会发出提醒搅拌的信号。

** 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

谷类食品

说明

- 烹饪时谷类食品会大量起泡。因此，烹饪各种谷类食品时请使用带盖子的深碗。输入未经烹饪的谷类食品的重量（不带汁液）。
- 米：
不要使用可煮袋装米。向大米中加入 2 到 2.5 倍份量的液体。

- 玉米粥：
烹饪玉米粥时，根据研磨程度，需要添加两到三倍的水。
- 蒸粗麦粉：
加入双倍的汁液。
- 小米：
向米内加入 2 到 2.5 倍的液体。
- 在程序结束后，让谷类食物继续留在里面大约 5 到 10 分钟。

程序组 程序	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
谷类食品		
长粒米 *	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
印度香米 *	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
糙米 *	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
玉米粥 ***	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
蒸粗麦粉 **	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
小米 *	0.10-0.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 约 2-14 分钟后会发出提醒搅拌的信号（具体时间取决于重量）。

** 1-2 分钟后会发出提醒搅拌的信号。

*** 烹饪时间过半后会发出提醒搅拌的信号。

烘烤

说明

- 将食物放入可微波烹饪的器皿，放在烤架上。
- 将甜食和开胃菜放在约 5 cm 深的浅底烹饪容器中。

- 烹饪法式焗烤土豆时，将土豆放在 3 到 4 cm 深的浅底器皿中。
- 程序结束后，将法式焗烤土豆留在微波炉内静置 5 到 10 分钟。

程序组 程序	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
烘烤		
波伦亚意式烤宽面, 冷冻	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
冷冻意式烤碎肉卷	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
冷冻烤通心粉	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
烘焙、开胃菜、已烹饪的配料	0.40-3.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 2 层
烘烤, 甜点	0.50-1.80	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 1 层
新鲜法式焗烤土豆	0.50-3.00	不带盖子的浅底器皿, 烤架, 第 2 层

冷冻产品

说明

- 使用预焙的冷冻匹萨和匹萨法棍。
- 薯条、炸丸子和炸土豆丝饼必须先制备好才能放进微波炉。

- 春卷和小春卷必须先制备好才能放进微波炉。
- 冷冻食品必须放在同一层中。

程序组 程序	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
薄底匹萨	0.30-0.50	普通烤盘, 第 1 层
深底匹萨	0.40-0.60	普通烤盘, 第 1 层
迷你匹萨	0.10-0.60	普通烤盘, 第 1 层
预焙的匹萨法棍	0.10-0.75	普通烤盘, 第 1 层
薯条 *	0.20-0.60	普通烤盘, 第 2 层
炸丸子 *	0.20-0.70	普通烤盘, 第 2 层
炸土豆丝饼 *	0.20-0.80	普通烤盘, 第 2 层
意大利千层面配番茄肉酱	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
意式烤碎肉卷	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
烤通心粉	0.40-1.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
春卷 **	0.10-1.00	普通烤盘, 第 2 层
小春卷 **	0.10-0.60	普通烤盘, 第 2 层
鱼条 *	0.20-0.90	普通烤盘, 第 2 层
裹面包屑的鱿鱼圈 *	0.20-0.50	普通烤盘, 第 2 层

* 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

** 烹饪时间过半后会发出翻转信号。

家禽

说明

- 将鸡放在烹饪容器中, 鸡胸朝下。
- 将小鸡块放在烹饪容器中, 鸡皮朝上。

- 烹饪不带皮的火鸡胸肉。向火鸡胸肉中加入 100 到 150 mL 的汁液。翻转后, 如有必要, 再加入 50 到 100 mL 的汁液。
- 在程序结束后, 让火鸡胸肉静置 10 分钟。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
家禽			
小鸡, 新鲜 *	整鸡	0.80-1.80	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
鸡块, 新鲜	鸡大腿, 半只鸡	0.40-1.20	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜母鸡 *		1.50-3.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
火鸡胸肉, 新鲜 **	无皮火鸡胸肉	0.80-2.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转整鸡的信号。

** 烹饪时间过半后会发出翻转信号。

肉

说明

- 烹饪牛的上腰肉时, 首先肥的一侧朝下。
- 牛肉块、小牛肉块、小牛肘子、羊腿和猪肉块: 肉块应盖住盘底的三分之二。向烤肉中加入 50 到 100 mL 的汁液。翻转后, 如有必要, 再加入 50 到 100 mL 的汁液。

- 向肉糕中加入 50 到 100 mL 的汁液。
- 在程序结束后, 让烤肉继续留在里面 10 分钟。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
牛肉			
新鲜焖烧肉 **		0.80-2.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 烹饪时间过半后会发出翻转信号

** 烹饪时间经过 $\frac{1}{3}$ 和 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号

*** 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
上腰肉, 五分熟 *	厚里脊肉块, 5-6 cm	0.80-2.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
上腰肉, 一分熟 *	厚里脊肉块, 5-6 cm	0.80-2.00	不带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
肉糕	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
肉卷		0.50-3.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
小牛肉			
新鲜大块肉 *	牛臀肉, 肋肉	0.80-2.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
带骨新鲜肘子		0.80-3.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
炖小牛肘		0.80-3.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
猪肉			
新鲜带骨猪颈肉块 ***		0.80-2.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜带骨颈肉块 *		0.80-2.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜带皮肉块		0.80-2.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
肉糕	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜烤肉卷 *		1.00-3.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
羊肉			
新鲜带骨腿肉, 五分熟 *		0.80-2.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
腿肉, 新鲜带骨, 熟透		0.80-2.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
肉糕	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
野味			
新鲜大块鹿肉 *		0.50-3.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
剔骨鹿腿肉, 新鲜 ***		0.50-2.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜带骨兔腿 ***		0.50-1.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜野猪肉块 ***		0.50-2.50	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜兔肉		0.50-2.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 烹饪时间过半后会发出翻转信号

** 烹饪时间经过 $\frac{1}{3}$ 和 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号

*** 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

鱼

说明

- 新鲜全鱼：
加入 1 到 3 大汤匙水或柠檬汁。

新鲜鱼片
加入 1 到 3 大汤匙水或柠檬汁。

- 裹面包屑的冷冻鱿鱼圈：
必须适合于放入微波炉烹饪。

程序组 程序	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
炖新鲜全鱼	0.30-1.10	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
蒸新鲜鱼片	0.20-1.00	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
鱼条 *	0.20-0.90	普通烤盘, 第 2 层
冷冻鱿鱼圈 *	0.20-0.50	普通烤盘, 第 2 层

* 烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后发出翻转信号。

肉糕和炖肉

说明：向肉糕中加入 50 到 100 mL 的汁液。

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
肉糕			
鲜牛肉制作	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
鲜猪肉制作	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
混合鲜肉制作	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层
新鲜羊肉制成	大约 8 cm 深	0.80-1.50	带盖的烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 设置菜肴的重量

程序组 程序	合适的食物	重量范围 (kg)	烹饪容器 / 附件, 烤架高度
炖肉 *			
菜炖牛肉		0.30-2.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层
肉卷		0.50-3.00	带盖的深型烹饪容器, 烤架, 第 1 层

* 设置菜肴的重量

经由我们烹饪工作室测试过的菜谱

这里提供了各种备选食谱及其理想设置。我们将向您展示, 您的菜肴采用哪种加热类型和哪种温度或微波功率设置最为理想。您可以找到关于合适附件及其插入高度的信息, 以及关于烹饪容器和制备方法的一些提示。

说明

- 表中的值总是适用于放置在冷的空烹饪箱中的菜肴。仅在表中指定需要预热电器时才进行预热。在使用电器之前, 请从烹饪箱中取出所有无需使用的附件。
- 在预热完成之前不要在附件上铺防油纸。
- 表格中规定的时间仅作为参考。确切时间取决于食物的质量和成分。
- 使用所提供的附件。额外附件可以在售后服务部、专卖店的选配附件中购买。
- 在从烹饪箱中取出灼热附件或烹饪容器时, 一定要使用烤箱布或烤箱手套。
- 当仅使用微波而不使用任何加热类型时, 一定要使用烤架在第 1 层烹饪。

使用微波解冻、加热和烹饪

下面的表格为您提供各种微波选项和设置。

解冻	重量	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
整块牛肉、小牛肉或猪肉 (带骨或去骨)	800 g	180 W, 15 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	翻转几次
	1 kg	180 W, 15 分钟 + 90 W, 20-30 分钟	
	1.5 kg	180 W, 25 分钟 + 90 W, 25-35 分钟	
肉块或肉片 (牛肉、小牛肉或猪肉)	200 g	180 W, 5 分钟 + 90 W, 4-6 分钟	翻转时将已解冻的部分分开
	500 g	180 W, 8 分钟 + 90 W, 5-10 分钟	
	800 g	180 W, 10 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	
五花肉糜	200 g	90 W, 8-15 分钟	翻转数次, 取出所有解冻的菜肴
	500 g	180 W, 5 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	
	800 g	180 W, 10 分钟 + 90 W, 15-20 分钟	
	1 kg	180 W, 10 分钟 + 90 W, 20-25 分钟	
家禽或家禽块	600 g	180 W, 5 分钟 + 90 W, 13-18 分钟	在烹饪过程中翻转。
	1.2 kg	180 W, 10 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	
鸭	2 kg	180 W, 10 分钟 + 90 W, 30-40 分钟	翻转几次
鹅	4.5 kg	180 W, 20 分钟 + 90 W, 60-80 分钟	每 20 分钟翻动一次, 去除解冻过程中产生的液体
鱼块、鱼排或鱼片	400 g	180 W, 5 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	将已解冻的部分分开。
全鱼	300 g	180 W, 3 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	在烹饪过程中翻转。
	600 g	180 W, 8 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	

表格中规定的时间仅作为参考。这些时间可能会随所使用的烹饪容器及食物的质量、温度和均匀性发生变化。

表格中通常规定时间范围。请首先设置最短的时间, 然后根据需要延长时间。

实际情况可能是, 您要烹饪的食物量与表格中规定的不同。经验方法:

双倍的量 — 几乎双倍的烹饪时间,
一半的量 — 一半的烹饪时间。

将烤架插入第 1 层, 将烤盘放在烤架的中央。这样, 食物将从所有侧面吸收微波。

解冻

说明

- 将冷冻食品放在不盖盖子的容器中, 然后放在烤架上。
- 鸡腿和翅膀等细嫩的部位或烤肉脂肪多的外层可以用小片铝箔包裹。切勿让铝箔接触烹饪箱壁。在解冻时间经过一半时, 可以去除铝箔。
- 在解冻期间翻转或搅拌食物一次或两次。大块食物应多翻转几次。翻转时, 去除解冻产生的液体。
- 将解冻过的食物继续在室温下放置 10 到 60 分钟, 让温度稳定下来。此时, 可以去除家禽的内脏杂碎。

解冻	重量	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
蔬菜, 例如豌豆	300 g	180 W, 5-15 分钟	在解冻期间认真搅拌。
	600 g	180 W, 10 分钟 + 90 W, 8-13 分钟	
水果, 例如覆盆子	300 g	180 W, 5-10 分钟	在解冻期间小心地搅拌, 将已解冻的部分分开。
	500 g	180 W, 8 分钟 + 90 W, 5-10 分钟	
黄油, 解冻	125 g	90 W, 7-9 分钟	去除所有包装。
	250 g	180 W, 2 分钟 + 90 W, 3-5 分钟	
条形面包	500 g	180 W, 3 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	在烹饪过程中翻转。
	1 kg	180 W, 3 分钟 + 90 W, 15-25 分钟	
干蛋糕, 例如弹性蛋糕	500 g	90 W, 10-15 分钟	仅用于不加糖衣、奶油或奶黄酱的蛋糕, 分离蛋糕块。
	750 g	180 W, 2 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	
湿蛋糕, 例如水果馅饼、干酪蛋糕	500 g	180 W, 5 分钟 + 90 W, 15-20 分钟	仅适用于不含糖霜、奶油或卡士达酱的蛋糕
	750 g	180 W, 10 分钟 + 90 W, 15-20 分钟	

解冻、加热或烹饪冷冻食品

说明

- 将熟食从包装内取出。放入可以微波加热的烹饪容器, 加热过程会更快、更均匀。菜肴中的不同成分所需要的加热时间可能不一样。
- 平摊食物的烹饪速度比堆放食物的烹饪速度快得多。因此, 应摊开食物, 使其在烹饪容器内尽量摊平。不应将不同食物相互叠放在一起。

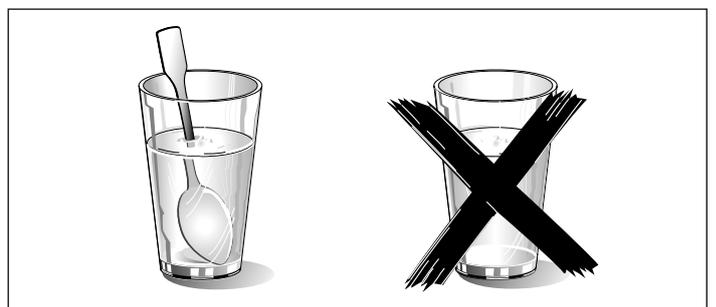
- 一定要盖上食物。如果烹饪容器没有合适的盖子, 则用盘子或专用微波薄膜盖上。
- 烹饪期间应搅拌或翻转食物 2 到 3 次。
- 加热后, 让食物留在微波炉内 2-5 分钟, 直到温度均匀。
- 当从微波炉中取出盘子时, 一定要使用烤箱布或烤箱手套。
- 这样做有助于食物保持自己独特的味道, 食物需要更少的调味品。

解冻、加热或烹饪冷冻食品	重量	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
套餐、点餐、即食餐	300-400 g	600 W, 11-15 分钟	从包装中取出食品; 先盖好再加热
汤	400-500 g	600 W, 8-13 分钟	带盖烹饪容器
炖肉	500 g	600 W, 10-15 分钟	带盖烹饪容器
	1 kg	600 W, 20-25 分钟	
带调味料的肉条或肉片, 如菜炖牛肉	500 g	600 W, 12-17 分钟	带盖烹饪容器
	1 kg	600 W, 25-30 分钟	
鱼, 如鱼块	400 g	600 W, 10-15 分钟	盖盖子
	800 g	600 W, 18-23 分钟	
配菜, 如米饭、意大利面	250 g	600 W, 2-5 分钟	带盖烹饪容器; 添加汁液
	500 g	600 W, 7-10 分钟	
蔬菜, 如豌豆、椰菜、胡萝卜	300 g	600 W, 8-12 分钟	带盖烹饪容器; 添加一大勺水
	600 g	600 W, 13-18 分钟	
菠菜奶油沙司	450 g	600 W, 11-16 分钟	烹饪时不另外加水

加热食物

⚠ 有烫伤危险!

加热的液体有可能延时沸腾。即液体达到沸腾温度后, 却没有常见的蒸汽气泡冒上液面。即使容器只是稍微振动, 滚烫的液体也会突然沸腾溢出和飞溅。在加热液体时, 一定要在容器内放一把汤匙。这会防止延时沸腾。



小心!

金属 (例如玻璃杯内的汤匙) 必须距离烹饪箱内壁和门内壁至少 2 cm。否则, 火花会损坏门内壁的玻璃。

说明

- 将熟食从包装内取出。放入可以微波加热的烹饪容器，加热过程会更快、更均匀。菜肴中的不同成分所需要的加热时间可能不一样。
- 一定要盖上食物。如果容器没有合适的盖子，请用盘子或专用微波薄膜盖上。

- 在加热期间搅拌或翻转食物几次。检查温度。
- 在加热后，继续让食物保持 2-5 分钟，以便温度均匀。
- 当从微波炉中取出盘子时，一定要使用烤箱布或烤箱手套。

加热食物	重量	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
套餐、点餐、即食餐	350-500 g	600 W, 4-8 分钟	从包装中取出食品，先盖好再加热
饮品	150 mL	1000 W, 1-3 分钟	小心！ 将汤匙放入玻璃容器中。不要让酒类饮品过热。在加热期间检查
	300 mL	1000 W, 3-4 分钟	
	500 mL	1000 W, 4-5 分钟	
婴儿食品，如奶瓶	50 mL	360 W, 1/2-1 分钟	将奶瓶放在烹饪箱箱底上，不要盖奶嘴或盖子。加热后摇动或搅拌均匀。必须检查温度
	100 mL	360 W, 1-1 1/2 分钟	
	200 mL	360 W, 1-2 分钟	
汤 1 杯	175 g	1000 W, 1 1/2-2 分钟	-
汤 2 杯	每条 175 g	1000 W, 2-4 分钟	
汤 4 杯	每条 175 g	1000 W, 4-6 分钟	
带调味料的肉条或肉片，如菜炖牛肉	500 g	600 W, 7-10 分钟	盖盖子
炖肉	400 g	600 W, 5-7 分钟	带盖烹饪容器
	800 g	600 W, 7-10 分钟	
蔬菜	150 g	600 W, 2-3 分钟	加一些汁液
	300 g	600 W, 3-5 分钟	

烹饪食物

说明

- 平摊食物的烹饪速度比堆放食物的烹饪速度快得多。因此，应摊开食物，使其在烹饪容器内尽量摊平。不应将不同食物相互叠放在一起。
- 在盖上盖子的容器中烹饪食物。如果烹饪容器没有合适的盖子，请用盘子或专用微波薄膜盖上。

- 这样做有助于食物保持自己独特的味道，食物需要更少的调味品。
- 烹饪后，让食物静置 2-5 分钟，以便温度均匀。
- 当从微波炉中取出盘子时，一定要使用烤箱布或烤箱手套。

烹饪食物	重量	微波功率 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
去掉内脏杂碎的新鲜整鸡	1.5 kg	600 W, 25-30 分钟	在烹饪中途翻转
新鲜鱼块	400 g	600 W, 8-13 分钟	-
新鲜蔬菜	250 g	600 W, 6-10 分钟	切成大小均匀的小块。每 100 g 加入 1 到 2 汤匙水。在烹饪过程中搅拌
	500 g	600 W, 10-15 分钟	
土豆	250 g	600 W, 8-11 分钟	切成大小均匀的小块。每 100 g 加入 1 到 2 汤匙水。在烹饪过程中搅拌
	500 g	600 W, 12-15 分钟	
	750 g	600 W, 15-22 分钟	
米饭	125 g	600 W, 4-6 分钟 + 180 W, 12-15 分钟	加入双倍的汁液，使用带盖的深型烹饪容器
	250 g	600 W, 7-9 分钟 + 180 W, 15-20 分钟	
甜食，如牛奶冻 (即食)	500 mL	600 W, 5-8 分钟	在加热过程中用搅蛋器搅拌 2-3 次
水果，蜜饯	500 g	600 W, 9-12 分钟	-

用微波加工的爆玉米花

说明

- 使用耐热的平玻璃器皿，如带盖的耐热盘、玻璃盘或玻璃烤盘 (耐热玻璃)
- 始终将器皿放在烤架第 1 层上。
- 请勿使用瓷具或弧度极大的盘子。
- 按照表中的说明进行设置。根据食物类型和份量调节时间。
- 为了防止爆米花烤焦，在 1 分钟 30 秒后将爆米花袋从微波炉中取出，并摇一摇。请小心，爆米花袋会很烫！

⚠ 有烫伤危险!

■ 打开爆米花袋时会有热气冲出, 请务必小心。

■ 切勿将微波设为最大功率。

	重量	附件	烹饪层	微波功率 (W), 烹饪时间 (分钟)
用微波加工的爆玉米花	1 袋, 100 g	烹饪容器, 烤架	1	600 W, 4 分钟

微波使用技巧

您无法找到准备烹饪的食物量的相应设置信息。

依据下面的经验, 酌情增加或减少烹饪时间:

双倍的食物量 = 几乎双倍的烹饪时间

一半的量 = 一半的烹饪时间

食物变得太干。

下一次, 缩短烹饪时间或选择较低的微波功率设置。给食物盖上盖子, 并加入更多的汁液。

在到达时间后, 食物没解冻、没热或没熟。

设置更长的时间。量大、堆放的食物需要更长的时间。

在到达时间后, 食物的边缘过热, 但中部没熟。

在烹饪过程中搅拌, 下次选择一个较低的微波功率设置和较长的烹饪时间。

在解冻之后, 家禽或肉外部已解冻, 但中部没解冻。

下一次, 选择一个较低的微波功率设置。如果需要解冻的食物量大, 要翻转几次。

糕点

关于表格

说明

- 给出的时间适用于放在冷微波炉中的食物。
- 温度和烘焙时间取决于混合物的量和均匀度。因此表中提供的是温度范围。以较低温度开始, 必要时, 在下次使用更高的设置, 因为较低的温度可以获得更均匀的上色。

■ 更多信息请参见表格后面的烘焙技巧一节。

■ 一定要将蛋糕模放在烤架的中央。

烤模

说明: 最好使用深色金属烤模。

-  热风
-  上 / 下加热
-  深度加热

烤模内的蛋糕	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
海绵蛋糕, 原味	环状模 / 圆形模	1		160-180	90 W	30-40
弹性蛋糕, 淡味 (例如重油蛋糕)	环状模 / 圆形模	1		150-170	-	60-80
海绵果馅饼坯	果馅饼模	2		160-180	-	25-35
鲜美水果馅饼	弹性 / 环形模	1		160-180	90 W	30-40
松软蛋糕底, 2 只蛋	果馅饼模	1		150-160	-	20-25
松软果馅饼, 6 只蛋 **	黑色弹性蛋糕模	1		170-180	-	30-40
硬壳酥皮糕点胚	黑色弹性蛋糕模	1		170-190	-	30-40
果馅饼 / 干酪蛋糕, 酥皮糕点胚 *	黑色弹性蛋糕模	2		160-170	180 W	30-40
瑞士果馅饼	黑色弹性蛋糕模	1		190-200	-	40-50
环形蛋糕	环状蛋糕模	1		160-180	90 W	30-40
坚果蛋糕	黑色弹性蛋糕模	1		170-180	90 W	35-45
匹萨、薄坯、少量浇头 **	圆形匹萨盘	1		220-240	-	15-20
调味蛋糕	黑色弹性蛋糕模	1		180-200	-	50-60

* 让蛋糕在微波炉内冷却大约 20 分钟。

** 预热烹饪箱

- □ 上 / 下加热
- ⊗ 3D 热风

- ⊗ 热风
- □ 深度加热

烤盘上的蛋糕	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
海绵蛋糕, 带干浇头	普通烤盘	2	□	160-180	-	25-35
海绵蛋糕, 带干浇头	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	150-170	-	40-50
带湿配料 (水果) 的海绵蛋糕	普通烤盘	1	⊗	160-180	90 W	30-40
带干浇头的发酵生面团	普通烤盘	2	□	170-190	-	35-45
带干浇头的发酵生面团	普通烤盘 + 烤盘	1 3	⊗	160-180	-	50-60
带湿浇头 (水果) 的发酵生面团	普通烤盘	2	□	170-190	-	45-55
带湿浇头 (水果) 的发酵生面团	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	160-180	-	50-60
带干配料的酥皮糕点	普通烤盘	2	□	160-180	-	25-35
带干配料的酥皮糕点	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	160-180	-	30-40
带湿浇头 (水果) 的酥皮糕点	普通烤盘	1	□	160-180	-	50-60
瑞士果馅饼	普通烤盘	1	□	190-200	-	40-50
瑞士卷 (预热)	普通烤盘	2	□	170-190	-	10-20
辫子面包, 500 g 面粉	普通烤盘	2	□	160-180	-	40-50
果子甜面包, 500 g 面粉	普通烤盘	2	□	150-170	-	60-70
果子甜面包, 1 kg 面粉	普通烤盘	2	⊗	140-150	-	65-75
果馅奶酥卷, 甜味	普通烤盘	1	⊗	190-210	180 W	30-40
匹萨	普通烤盘	1	□	210-230	-	25-35
匹萨	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	180-200	-	40-50
预烘制的法式薄馅饼	普通烤盘	2	□	220-240	-	15-20

* 烤盘可作为可选附件从专卖店购买。

- □ 上 / 下加热

- ⊗ 3D 热风

小的烘焙食品	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	烹饪时间 (分钟)
饼干	普通烤盘	2	□	150-170	20-30
饼干	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	140-160	30-40
蛋白杏仁饼干	普通烤盘	2	□	120-140	35-45
蛋白杏仁饼干	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	110-130	40-50
蛋白甜饼	普通烤盘	2	□	80-100	90-110
松饼	松饼烤盘, 放在烤架上	2	□	160-180	35-45
松饼	每个普通烤盘和烤架上放 1 个松饼烤盘	1 3	⊗	140-160	50-60
泡芙	普通烤盘	2	□	200-220	30-40
千层酥	普通烤盘	2	□	170-190	25-35
千层酥	普通烤盘 + 烤盘 *	1 3	⊗	170-190	30-40
发酵蛋糕	普通烤盘	2	□	200-220	20-30

* 烤盘可作为可选附件从专卖店购买。

- □ 上 / 下加热
- ⊗ 热风

一定要预热蒸汽炉。

面包和面包卷	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	烹饪时间 (分钟)
1 kg 面粉制作的酵母面包	普通烤盘	2	□	270 + 170	10 15-25
1.2 kg 面粉制作酸面包	普通烤盘	2	□	270 + 170	10 40-50
平面包	普通烤盘	2	⊗	220-240	15-20
面包卷	普通烤盘	2	□	200-220	20-30
甜发酵生面团面包卷	普通烤盘	2	□	190-210	15-25

烘焙技巧

您想按照自己的配方烘焙。	使用烘焙表内的相似配方作为参考。
使用由硅、玻璃、塑料或陶瓷材料制成的烤模。	烤罐必须能够承受高达 250 °C 的高温。这些烤模中的蛋糕颜色更浅一些。当使用微波时，烹饪时间将比表中所示时间更短。
如何确定海绵蛋糕已经烤透。	在配方规定的烘焙结束时间前大约 10 分钟，将取食签插入蛋糕的最高点。如果拿出后的取食签是干净的，说明蛋糕已经烤熟。
蛋糕坍塌。	下次用更少的液体或将微波炉温度设低 10 度，并烹饪更长的时间。遵守配方中规定的搅拌时间。
蛋糕中间已经膨起，但边缘塌陷。	仅在弹性蛋糕模底部涂油脂。烘焙后，用小刀小心地松开蛋糕。
蛋糕颜色太深。	选择更低的温度并将蛋糕烘焙时间稍微加长一些。
蛋糕太干。	如果蛋糕已熟，用牙签在蛋糕上扎一些小孔。然后在上面洒一些果汁或酒类。下次，将温度调高 10 度，并缩短烘焙时间。
面包或蛋糕（如干酪蛋糕）表面看起来很好，但里面未烤透（粘连，有水纹）。	下次稍微少放点液体，并在较低的温度下稍微烤久一点。当烘焙带有湿配料的蛋糕时，首先烘焙底部，用杏仁或面包屑覆盖，然后添加配料。请遵循菜谱规定和烘焙时间。
将蛋糕翻转后，不能将其翻出蛋糕模。	在烘焙之后，让蛋糕进一步冷却 5 至 10 分钟，这样将更易于将其翻转出烤罐。如果仍然粘连，可用刀子小心切开蛋糕边缘。再次翻转蛋糕罐，并用冷的湿布将其覆盖几次。下次，更好地用油脂润滑蛋糕模，并在其中撒些面包屑。
您已经用自己的肉温度计测量了温度，并且发现存在差异。	制造商在规定时间之后使用试验台在烹饪箱中央测量微波炉温度。烹饪容器和附件会影响温度测量，所以当您自己测量温度时总是存在某些差异。
烤模和烤架之间产生火花。	检查烤模外部是否干净。改变烹饪箱中烤罐的位置。如果这没有帮助，继续烘焙，但是不要使用微波。这样的话，烘焙时间将更长。

焙烧和烧烤

关于表格

温度和焙烤时间取决于被烹饪食物的类型和数量。因此表中提供的是温度范围。从较低温度开始，必要时，下次使用更高的设置。详细信息参见表格后的 *烧烤和焙烤提示*。

烹饪容器

您可以使用适合在微波中使用的任何耐热烤盘。金属烤盘不适合用微波烧烤。

烤盘会变得很热。从微波炉中取出烤盘时要戴烤箱手套。

从微波炉中取出热的玻璃餐盘后，放在干的厨巾上。如果放在冷的或湿的表面上，玻璃可能会裂开。

烤肉提示

用较深的的烤盘进行肉和家禽的烧烤。

检查烹饪容器尺寸与烹饪箱是否相称。器皿不应过大。

肉类：

用汁液盖住大约盘底的三分之二。如果是焖烧肉，则多加一点汁液。在烹饪时间经过一半时翻转肉块。烧烤好之后，断开微波炉电源，让食品额外静置 10 分钟。这将使肉汁更好地分布。

家禽：

在经过 $\frac{2}{3}$ 烹饪时间后，翻动肉块。

烧烤提示

说明

- 在烧烤过程中一定要保持微波炉门关闭，不要预热。

- 尽可能使每一块要烧烤的食物厚度均匀。肉排应至少为 2 到 3 cm 厚。这样才能着色均匀，湿润多汁。肉排烤好之前不要加盐，烤好后再加。
- 用夹钳翻转正在烧烤的食物。如果用叉子刺穿烤肉，肉汁会流出来烤干。
- 深色的肉（如牛肉）比浅色的肉（如小牛肉或猪肉）上色更快。在烧烤浅色的肉或鱼时，经常是表面略带褐色，但里面已熟而多汁。
- 烧烤元件将不断自动地打开和关断。这是正常现象。烧烤设置决定了开、关频率。

炖菜提示

用带盖的烹饪容器炖鱼。

向器皿中添加两或三大汤匙汁液和少量柠檬汁或醋。

牛肉

说明

- 烹饪炖牛肉时，在烹饪时间经过 $\frac{1}{3}$ 和 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。最后，再静置大约 10 分钟。
- 烹饪牛肉片和上腰肉时，在烹饪时间经过一半时翻转。最后，再静置大约 10 分钟。
- 烹饪牛排时，在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。
-  上 / 下加热
-  烧烤，大面积

牛肉	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
炖牛肉, 大约 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-210	-	120-140
炖牛肉, 大约 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		180-200	-	140-160
炖牛肉, 大约 2 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		170-190	-	160-180
牛肉片, 五分熟, 约 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		180-200	90 W	30-40
牛肉片, 五分熟, 约 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		200-220	90 W	45-55
上腰肉, 五分熟, 约为 1 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1		240-260	180 W	30-40
肉排, 3 cm 厚, 五分熟	普通烤盘 + 烤架	1 3		3	-	第 1 面: 约 10-15 分钟 第 2 面: 约 5-10 分钟

小牛肉

说明: 在烹饪时间经过一半时翻转小牛肘子和肉块。最后，再静置大约 10 分钟。

-  热风
-  热风烧烤

小牛肉	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
小牛肉块, 约 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		210-220	90 W	60-70
小牛肉块, 约 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		200-210	90 W	70-80
小牛肉块, 约 2 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-200	90 W	80-100
小牛肘子, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-200	-	120-130

猪肉

说明

- 在烹饪时间达到一半时，翻转瘦猪肉块和无皮大块肉。最后，再静置大约 10 分钟。
- 将大块肉放在烹饪容器中，带皮侧朝上。在皮上划几刀。不要翻转大块肉。最后，再静置大约 10 分钟。

- 不要翻转猪肉片或烟熏猪肉排。最后，再静置大约 5 分钟。在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转猪颈肉。
-  热风烧烤
-  烧烤，大面积

猪肉	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
无皮肉块 (例如猪颈肉), 约 750 g	带盖的烹饪容器, 烤架	1		220-240	180 W	40-50

猪肉	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
带皮肉块 (例如前腿), 约 1.5 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	180-200	-	150
带皮肉块 (例如前腿), 约 2 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	170-190	-	180
猪里脊肉, 约 500 g	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	210-230	90 W	20-25
瘦猪肉块, 约 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	210-230	90 W	50-60
瘦猪肉块, 约 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	200-220	90 W	70-80
瘦猪肉块, 约 2 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	190-210	180 W, 10 分钟 + 90 W, 75-85 分钟。	85-95
连骨熏肉, 约 1 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1	-	-	360 W	45-50
猪颈肉, 2 cm 厚	普通烤盘 + 烤架	1 3	☐	2	-	第 1 面: 约 15-20 分钟 第 2 面: 约 10-15 分钟

羊肉和野味

说明: 在烹饪时间经过一半时翻转羊肉和野味。

- ☒ 热风烧烤
- ☐ 上 / 下加热

羊肉和野味	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
带骨羊脊肉, 约为 1 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	190-210	-	40-50
剔骨羊腿, 五分熟, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	180-200	-	90-100
带骨鹿脊肉, 约为 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	210-220	-	40-50
剔骨鹿腿, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	180-190	-	105-120
大块野猪肉, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	200-220	-	100-110
大块鹿肉, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	200-220	-	90-100
兔, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1	☐	200-220	90 W	25-35

其他

说明

- 最后, 再让肉糕静置大约 10 分钟。
- 在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转香肠。

- ☒ 热风烧烤
- ☐ 烧烤, 大面积

其他	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
约 1 kg 肉制成的肉糕	不带盖的烹饪容器, 烤架	1	☒	170-190	600 W + 180 W	10 分钟 + 40-50 分钟
4 到 6 根烤香肠, 每根约 150 g	普通烤盘 + 烤架	1 3	☐	3	-	第 1 面: 约 10-15 分钟 第 2 面: 约 5-10 分钟

家禽

说明

- 将全鸡的鸡胸侧和小火鸡的鸡胸侧向下放置。在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。
- 将母鸡的鸡胸侧向下放置。在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转, 并将微波功率设置到 180 W。

- 将半只小鸡和鸡块的鸡皮侧向上放置。不翻转。
- 鸭和鹅在烹饪时间经过 $\frac{1}{3}$ 和 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。

- 将鸭和鹅胸肉皮侧向下放置。在烹饪中途翻转。
- 在烹饪中途翻转鹅腿。刺破鹅皮。
- 火鸡卷在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。
- 将火鸡胸肉和大腿皮侧向下放置。在烹饪时间经过 $\frac{2}{3}$ 之后翻转。
-  热风烧烤
-  烧烤，大面积
-  热风
-  上 / 下加热

家禽	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
整鸡, 约 1.2 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		230-250	360 W	25-35
整只母鸡	带盖的烹饪容器, 烤架	1		200-220	360 W 180 W	30 15-25
半鸡, 每份 500 g	不带盖的烹饪容器, 烤架	1		180-200	360 W	30-35
小鸡块, 约为 800 g	不带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-210	360 W	30-35
小鸡块, 约为 1.5 kg	不带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-210	360 W	35-40
小鸡胸肉, 约为 500 g	不带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-210	180 W	25-30
整鸭, 1.5-1.7 kg	普通烤盘	1		170-190	180 W	60-80
鸭胸肉, 2 片, 每片 300-400 g	烤架 + 普通烤盘 *	2 1		3	90 W	18-22
整鹅, 3-3.5 kg	普通烤盘	1		170-190	180 W	80-90
鹅胸肉, 2 片, 每片 500 g	烤架 + 普通烤盘 *	2 1		210-230	90 W	20-25
鹅腿, 4 条, 约为 1.5 kg	烤架 + 普通烤盘 *	2 1		170-190	180 W	30-40
整只小火鸡, 约为 3 kg	普通烤盘	1		170-180	180 W	60-70
烤火鸡卷块, 约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		190-200	180 W	60-70
火鸡胸肉, 约为 1 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		200-210	-	80-90
火鸡腿, 约为 1.3 kg	带盖的烹饪容器, 烤架	1		210-230	360 W	45-50

* 将 50 mL 水添加至普通烤盘。

鱼

说明

- 烧烤时, 将全鱼 (例如鳕鱼), 放置到烤架中间。
- 炖鱼时, 以其游泳姿势烹饪全鱼。
-  烧烤, 小面积
-  烧烤, 大面积

鱼	附件	烹饪层	加热类型	烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
全鱼, 例如鳕鱼, 约为 300 g, 烧烤	普通烤盘 + 烤架 *	1 3		2	-	第 1 面: 约 10-15 分钟 第 2 面: 约 8-12 分钟
鱼排, 例如鲑鱼 3 cm 厚, 烧烤	普通烤盘 + 烤架 *	1 3		3	-	第 1 面: 约 10-12 分钟 第 2 面: 约 8-12 分钟
2 或 3 条全鱼, 每条 300 g, 烧烤	普通烤盘 + 烤架 *	1 3		2	-	第 1 面: 约 10-15 分钟 第 2 面: 约 10-15 分钟
全鱼, 约为 1 kg, 炖	带盖的烹饪容器, 烤架	1	-	-	600 W	10-15
全鱼, 约为 1.5 kg, 炖	带盖的烹饪容器, 烤架	1	-	-	600 W 360 W	10-15 5-10
全鱼, 约为 2 kg, 炖	带盖的烹饪容器, 烤架	1	-	-	600 W 360 W	15-20 10-15
鱼片, 例如鳕鱼, 约为 800 g, 炖	带盖的烹饪容器, 烤架	1	-	-	600 W	9-14

* 首先用油涂抹烤架。

烧烤提示

表中没有提供肉块重量信息。	对于小块烤肉，选择更高的温度和更短的烹饪时间。对于大块烤肉，选择更低的温度和更长的烹饪时间。
如何判断肉已烤好。	用肉温度计（专卖店有售）或进行“汤匙测试”。用一把汤匙在烤肉上按压。感觉硬实说明已烤好。如果能将汤匙按入，则还需要多烹制一些时间。
烤肉看上去很好，但肉汁烧干了。	下次用一个小一些的烤肉盘，或多加汁液。
烤肉看上去很好，但肉汁太清，水淋淋的。	下次用大一些的烤肉盘，少加汁液。
烤肉没有充分熟透。	切开烧烤。在烤肉盘中准备肉汁，将烤肉片放在肉汁中。仅用微波完成肉的烹饪。

带配料的饼干、脆皮、吐司

- 说明**
- 表格中的数值适用于放在冷微波炉内的食物。
 - 用大号的平的烹饪容器烘焙和焗烤。食物在窄深的容器中需要烹饪更长时间，且顶部有更多的部分变成褐色。
 - 用可微波烹饪的烹饪容器装好烘焙食物，放在烤架上。
 - 在关断之后，让烘焙和焗烤食物在微波炉中再保持烹饪 5 分钟。
 - 使用 4 至 5 cm 深的耐热盘烹制烘培品、法式焗烤土豆和意式烤宽面。
- 将蛋奶酥放置在各个模子或深的耐热盘中。预热烹饪箱。
 - 带配料吐司：将 4 片吐司相邻放置在普通烤盘中央。将 12 片吐司均匀分布在普通烤盘上。
 -  热风烧烤
 -  热风
 -  上 / 下加热
 -  烧烤，小面积
 -  烧烤，大面积

带配料的饼干、脆皮、吐司	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C), 烧烤设置	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
烘烤甜食，约为 1.5 kg	带盖的烹饪容器，烤架	1		140-160	360 W	25-35
蛋奶酥	不带盖的烹饪容器，烤架	1		160-180	-	40-45
单独装模的蛋奶酥	烤架	1		200-210	-	12-17
烤通心粉，约为 1 kg	不带盖的烹饪容器，烤架	1		140-160	600 W	20-30
意式烤宽面，约为 2 kg	不带盖的烹饪容器，烤架	2		180-200	600 W	20-30
法式焗烤土豆，约为 1.1 kg	不带盖的烹饪容器，烤架	1		170-190	600 W	20-25
带配料的吐司，4 片	普通烤盘	2		3	-	8-13
带配料的吐司，12 片	普通烤盘	2		3	-	9-14

方便食品

- 说明**
- 请遵守产品包装上的说明。
 - 表格中的数值适用于放在冷微波炉内的食物。
 - 不要将薯片、炸丸子或土豆丁相互重叠放置。
 - 在烹饪中途翻转炸鱼条、鸡胸肉、肉块和素食汉堡。
- 将奶油蛋糕放在微波炉底板上，不放任何附件，第 0 层。
 -  上 / 下加热
 -  热风
 -  热风烧烤

方便食品	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
薄底披萨	普通烤盘	1		210-230	-	20-25
深底披萨	普通烤盘	2		200-220	90 W	15-25
迷你披萨	普通烤盘	2		210-230	-	15-20
披萨法棍	普通烤盘	2		180-190	-	15-20
薯片	普通烤盘	2		220-230	-	20-25
炸丸子	普通烤盘	2		200-220	-	25-35

* 在普通烤盘上铺上防油纸。
防油纸必须适合这些温度。

方便食品	附件	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	微波功率 (W)	烹饪时间 (分钟)
Rösti (炸土豆丝饼)	普通烤盘	2	☐	200-220	-	25-35
面包卷, 棍子面包	烤架	2	☐	200-220	-	15-20
椒盐脆饼, 生面团	普通烤盘 *	2	☐	190-210	-	20-25
部分烹饪的卷或棍子面包	烤架	2	☒	140-150	-	12-15
鱼条	普通烤盘	2	☒	190-210	180 W	10-15
鸡肉串, 鸡肉块	普通烤盘	2	☒	190-210	360 W	15-20
素食汉堡	普通烤盘	2	☒	200-220	180 W	15-25
果馅奶酥卷	普通烤盘	2	☒	200-220	90 W	20-25
意式烤宽面	烤架	2	☐	200-210	180 W	18-23
奶油糕点	-	0	☐	30	-	120-150

* 在普通烤盘上铺上防油纸。
防油纸必须适合这些温度。

慢速烹饪

慢速烹饪, 也叫低温烹饪, 是烹制三分熟或五分熟嫩肉片的理想烹饪方法。肉质保持鲜嫩多汁。这种烹饪方式的好处是, 您在准备菜肴时有充分的回旋余地, 因为慢速烹饪的肉易于保温。

设置慢速烹饪选项

使用陶瓷或玻璃制成的浅底有盖烹饪容器, 例如上菜盘。始终将有盖器皿放在烤架第 1 层上。

1. 选择 ☐ 慢速烹饪和介于 70 到 100 °C 之间的温度。预热烹饪箱, 同时也预热了烹饪容器。
2. 在平底锅中迅速加热少量动物油脂。将肉各面烤焦, 边缘也要烤焦, 然后立即放到预热过的盘子上。
3. 将烹饪容器放到烹饪箱中, 然后重启电器。

说明

- 只使用新鲜、优质的肉。小心除去边缘的筋和脂肪。脂肪在慢速烹饪时会产生一种强烈的特殊味道。
- 所有鲜嫩的肉块, 如家禽、牛肉、小牛肉、猪肉和羊肉块都适合慢速烹饪。烧煎和烹饪时间取决于肉片的大小。
- 用极高的热量将肉烤焦, 各面、各侧边都要有足够长的时间。
- 为了检查肉是否已做好, 可使用肉温度计。中心温度要达到 60 °C, 至少保持 30 分钟。
- 也可使用不带盖子的烹饪容器慢速烹饪菜肴。烹饪时间将增加。
- 即使是大肉块也不需要翻转。
- 可以在慢速烹饪后立即切割肉。不需要等待时间。
- 由于烹饪方法特殊, 肉的内部始终呈粉红色, 但这并不意味着它未经处理或没有完全做好。

慢速烹饪

说明: 所用烹饪容器应配有合适的盖子, 例如玻璃烤盘。将烤肉盘放在烤架上。

☐ 慢速烹饪

慢速烹饪	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	烹饪时间 (分钟)
家禽				
火鸡胸肉	1	☐	80	240-270
无皮鸭胸肉	1	☐	80	110-140
牛肉				
牛肉块 (如牛臀肉)	1	☐	80	270-300
牛肉片	1	☐	80	150-180
上腰肉	1	☐	80	180-220
牛肉肉排, 3 cm 厚	1	☐	80	70-100
小牛肉				
小牛肉块 (如小牛肉配橄榄)	1	☐	80	180-220
小牛肉片	1	☐	80	80-100
猪肉				
猪肉块 (如腰)	1	☐	80	180-210
猪里脊肉	1	☐	80	140-170
羊肉				
羊肉排	1	☐	80	40-70

慢速烹饪提示

慢速烹饪的肉没有常规烤制的肉那么热。	因而, 烤好的肉冷得没有那么快, 可以加热盘子, 让肉汁保持滚烫。
如果您希望保温慢速烹饪的肉。	在慢速烹饪之后, 将温度下调到 70 °C。小肉片可保温最多 45 分钟, 大肉块可以保温最多 2 小时。

测试菜谱

测试协会使用下列菜式对微波组合电器的质量和功能进行测试。

符合标准 EN 60705、IEC 60705/DIN 44547 和 EN 60350 (2009)

微波解冻

菜式	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
肉	180 W, 5 分钟 + 90 W, 10-15 分钟	将 22 cm 耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。大约 10 分钟后, 取出解冻肉。

微波烹饪

菜式	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	说明
奶油蛋羹	360 W, 10 分钟 + 180 W, 20-25 分钟	将耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。
海绵蛋糕	600 W, 8-10 分钟	将 22 cm 耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。
肉糕	600 W, 20-25 分钟	将耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。

■  热风烧烤

■  上 / 下加热

组合微波烹饪

菜式	微波功率设置 (W), 烹饪时间 (分钟)	加热类型	温度 (°C)	说明
法式焗烤土豆	600 W, 20-25 分钟		170-190	将 22 cm 耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。
蛋糕	180 W, 15-20 分钟		180-200	将 22 cm 耐热玻璃盘放在烤架第 1 层上。
小鸡 *	360 W, 30-35 分钟		200-220	在 15 分钟之后翻转。

* 将烤架推入第 2 层, 将普通烤盘推入第 1 层。

烘焙

说明

- 表格中的数值适用于放在冷微波炉内的食物。
- 苹果派：将黑色弹性蛋糕模一个一个呈对角放置。

■  上 / 下加热

■  热风

■  3D 热风

■  深度加热

	烹饪容器	烹饪层	加热类型	温度 (°C)	烘焙时间 (分钟)
维也纳点心	普通烤盘	2		160-180	20-30
	普通烤盘	2		150-170	20-30
	普通烤盘 * + 烤盘 **	1 3		140-150	30-40
小蛋糕	普通烤盘	2		160-180	25-35
	普通烤盘	2		140-160	25-35
小蛋糕	普通烤盘 * + 烤盘 **	1 3		150-170	35-45
	放在烤架上的弹性蛋糕模	1		160-170	30-40
用烤盘烤的酵母饼	普通烤盘	2		170-190	45-55
	普通烤盘 * + 烤盘 **	1 3		160-180	50-60
	烤架上的 2 x 20 cm 弹性蛋糕模	2		170-190	70-90

* 当同时在两个烘焙层上进行烘焙时, 一定要将烤盘放在普通烤盘上方。

** 烤盘可作为可选附件从专卖店购买。

烧烤

烧烤, 大面积

菜式	附件	烹饪层	加热类型	烧烤设置	烹饪时间 (分钟)
烤面包 *	烤架	3	<input type="checkbox"/>	3	1-2
12 份煎牛肉饼 **	烤架和 普通烤盘	3 1	<input type="checkbox"/>	3	30

* 预热 5 分钟。

** 在烹饪中途翻转。

食品中的丙烯酰胺

哪些食物受影响？

丙烯酰胺主要产生于以高温加热的谷类和土豆产品中，例如土豆条、土豆片、烤面包、面包卷、面包、精烘焙食物（饼干、姜饼、曲奇）。

制作食物时使丙烯酰胺降至最少的技巧

通常	尽可能减少烹饪时间。烹饪时食物颜色变为金黄褐色即可，颜色不要太深。又大又厚的食品包含的丙烯酰胺较少。
烤饼干	上 / 下加热模式最高 200 °C，或，3D 热风或热风模式最高 180 °C。上 / 下加热模式最高 190 °C，或，3D 热风或热风模式最高 170 °C。蛋清和蛋黄减少丙烯酰胺形成。
烤薯片	将其在烤盘上均匀摊开，摊薄。每个烤盘上至少烤 400 g，这样不会烤干。

主要技术参数：

额定电压：220V~

额定频率：50Hz

额定功率：3500W

烧烤功率：2400W

微波额定输出功率：1000W

额定微波频率：2450MHz

原产地：德国

总经销商：博西家用电器（中国）有限公司

地址：江苏省南京市中山路 129 号中南国际大厦 20、21 楼

执行标准：

GB 4706.1-2005 家用和类似用途电器的安全 第 1 部分：通用要求

GB 4706.22-2008 家用和类似用途电器的安全驻立式电灶、灶台、烤箱及类似用途器具的特殊要求

GB 4706.21-2008 家用和类似用途电器的安全微波炉，包括组合型微波炉的特殊要求

产品中有毒有害物质或元素名称及含量

部件名称	有毒有害物质或元素					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr (VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
内部部件	O	X	X	X	X	X
控制部件	O	X	O	X	X	X
附属部件	X	X	X	X	X	X
外部部件	X	X	X	X	X	X
电器部件	X	X	X	X	X	X

O：表示该有毒有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在中华人民共和国电子行业标准SJ/T11363-2006《电子信息产品中有毒有害物质的限量要求》规定的限量要求以下

X：表示该有毒有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出中华人民共和国电子行业标准SJ/T11363-2006《电子信息产品中有毒有害物质的限量要求》规定的限量要求





Siemens-Electrogeräte GmbH
Carl-Wery-Straße 34, 81739 München

siemens-home.com



9000761801 45 (03) 940117