



## **Para que cocinar sea tan divertido como comer,**

lea este manual de instrucciones. Así podrá aprovechar todas las ventajas técnicas de su horno compacto microondas.

En este manual se le proporciona información importante para su seguridad. Conocerá las distintas piezas de su nuevo aparato. Se le indica paso a paso como debe realizar los ajustes. Es muy fácil.

En las tablas podrá consultar los valores de ajuste y alturas necesarias para preparar los platos más habituales. Todos ellos han sido probados en nuestro estudio de cocina.

Si alguna vez surge algún problema, el manual contiene información acerca de cómo solucionar las pequeñas anomalías.

Asimismo, cuenta con un índice detallado que le ayudará a encontrar rápidamente lo que busca.

¡Buen provecho!

## **Instrucciones de uso**



**B6754.0**

**es**

**9000 039 100**

# Contenido

<b>Qué hay que tener en cuenta</b> .....	<b>4</b>
Antes del montaje .....	4
Indicaciones de seguridad .....	4
Advertencias de seguridad para el uso del microondas .....	6
Causas de los daños .....	8
<b>Su nuevo aparato</b> .....	<b>9</b>
El panel de mando .....	9
Teclas para la potencia del microondas .....	10
Selector de funciones .....	10
Selector de temperaturas .....	11
Teclas de manejo y panel indicador .....	11
Mandos giratorios retráctiles .....	11
Tipos de calentamiento .....	12
Horno y accesorios .....	13
Ventilador .....	14
<b>Antes del primer uso</b> .....	<b>15</b>
Programar la hora .....	15
Calentar el horno .....	15
Limpieza previa de los accesorios .....	15
<b>El microondas</b> .....	<b>16</b>
Recipientes .....	16
Así se programa .....	17
Varias potencias de microondas consecutivas ....	18
<b>Programar el horno</b> .....	<b>19</b>
Así se programa .....	19
El horno se desconecta automáticamente .....	20

# Contenido

<b>Combinación de horno y microondas</b> .....	<b>21</b>
<b>Hora</b> .....	<b>24</b>
<b>Seguro para niños</b> .....	<b>25</b>
<b>Modificar la duración de la señal</b> .....	<b>25</b>
<b>Desconexión automática</b> .....	<b>26</b>
<b>Cuidados y limpieza</b> .....	<b>26</b>
Parte externa del aparato .....	26
Horno .....	27
Junta .....	30
Accesorios .....	30
<b>¿Qué hacer en caso de avería?</b> .....	<b>31</b>
Cambiar la lámpara de iluminación del horno .....	32
Cambiar la junta de la puerta .....	34
<b>Servicio de Asistencia Técnica</b> .....	<b>34</b>
<b>Tablas y sugerencias</b> .....	<b>35</b>
Descongelar, calentar y cocer con el microondas .	35
Consejos prácticos para usar el microondas .....	40
Carne, aves, pescado .....	41
Consejos prácticos para el asado convencional y el asado al grill .....	45
Pasteles y repostería .....	46
Sugerencias y consejos prácticos para el horneado	48
Consejos prácticos para el ahorro de energía .....	49
Soufflés, gratinados, tostadas .....	50
Alimentos precocinados congelados .....	51
<b>La acrilamida en los alimentos</b> .....	<b>52</b>
<b>Comidas normalizadas</b> .....	<b>53</b>

# Qué hay que tener en cuenta

Lea atentamente este manual de instrucciones. Solo así se puede manejar el aparato de forma correcta y segura.

Conserve los manuales de instrucciones y de montaje. Si va a entregar este aparato a otra persona, adjunte las instrucciones.

## Antes del montaje

**Eliminación de residuos respetuosa con el medio ambiente**



Desenvuelva el aparato y deshágase del embalaje de manera respetuosa con el medio ambiente.

Este aparato cumple con la Directiva europea 2002/96/CE sobre aparatos eléctricos y electrónicos identificada como (Residuos de aparatos eléctricos y electrónicos).

La directiva proporciona el marco general válido en todo el ámbito de la Unión Europea para la retirada y la reutilización de los residuos de los aparatos eléctricos y electrónicos.

**Daños por transporte**

Comprobar el aparato tras sacarlo del embalaje. En caso de detectar daños por transporte, no conectar el aparato.

**Conexión eléctrica**

Si la línea de conexión está, dañada deberá cambiarla un especialista formado por el fabricante para evitar peligros.

**Instalación y conexión**

Consulte las instrucciones específicas de montaje.

## Indicaciones de seguridad



El aparato está previsto sólo para el uso doméstico. Utilice este aparato exclusivamente para la preparación de alimentos.

**Entorno**



No exponer el aparato a elevada temperatura o humedad. ¡Peligro de cortocircuito!

## Niños y microondas

Los niños sólo deben preparar por sí mismo alimentos en el microondas si han aprendido cómo hacerlo. Deben poder manejar el aparato correctamente. Deben entender cuáles son los peligros que aparecen en el manual de instrucciones. En caso de funcionamiento combinado, los niños sólo deben utilizar el aparato en presencia de adultos. ¡Peligro de quemaduras!

## Horno caliente



Abrir con cuidado la puerta del horno. Puede salir vapor caliente.

No tocar nunca las superficies de los aparatos calefactores y de cocción.

No tocar nunca las superficies interiores calientes del horno ni los elementos calefactores. ¡Peligro de quemaduras!

Los niños no deberán acercarse al aparato.

No guardar nunca objetos inflamables en el horno. ¡Peligro de incendio!

No abrir nunca la puerta si sale humo del horno. ¡Peligro de quemaduras! Apague el aparato. Extraiga el enchufe o desconecte los fusibles en la caja de fusibles.

No fijar nunca cables de conexión de aparatos eléctricos a la puerta caliente del horno. El aislamiento del cable puede derretirse. ¡Peligro de cortocircuito!

## Puerta del horno o cierre hermético de la puerta deteriorado



No utilizar nunca el microondas si la puerta del horno o el cierre hermetizado está deteriorado. Podría producirse un escape de energía de microondas. No vuelva a utilizar el microondas hasta que no se haya reparado el aparato.

## Limpieza deficiente



Limpiar el aparato a menudo. Si la limpieza es deficiente, se puede deteriorar la superficie del aparato y el éste puede agujerarse por corrosión, con el paso del tiempo. ¡La energía del microondas se escapa!

## Reparaciones



Las reparaciones inadecuadas son peligrosas. ¡Peligro de descarga eléctrica!

Sólo los técnicos instruidos por nosotros están autorizado a realizar las reparaciones.

Si el aparato está defectuoso, desconecte el fusible en la caja de fusibles o extraiga el enchufe. Avisar al servicio de asistencia técnica.

No abrir nunca la carcasa del aparato. El aparato funciona con alta tensión. ¡Descarga eléctrica!

### Portadores de implantes electrónicos



#### **Para portadores de implantes electrónicos, p. ej., marcapasos, bombas de insulina:**

Atención: Los mandos giratorios albergan imanes muy potentes. De ellos depende el enclavamiento de los mandos giratorios.

Es probable que los implantes se vean afectados por los campos magnéticos. Estas personas no deberán acercarse de forma directa al ajustar o limpiar el aparato.

---

## Advertencias de seguridad para el uso del microondas



Emplear el microondas exclusivamente para la preparación de alimentos. Otras aplicaciones pueden resultar peligrosas y ocasionar daños. P. ej., las almohadillas caloríficas de semillas se pueden incendiar. ¡Peligro de incendio!

### Potencia y tiempo del microondas



No programar nunca el microondas a una potencia demasiado elevada o por un tiempo demasiado prolongado. Los alimentos pueden inflamarse. El aparato puede resultar dañado. ¡Peligro de incendio! Seguir las indicaciones de las instrucciones de uso.

### Recipiente



No utilizar una vajilla que sea o no sea apta para el microondas.

La vajilla de porcelana o cerámica puede presentar finos orificios en asas y tapaderas. Estos orificios ocultan huecos. La posible humedad que haya penetrado en el hueco puede hacer estallar la vajilla. ¡Peligro de lesiones!

Las comidas calentadas emiten calor. Los recipientes que los contienen pueden quemar. ¡Peligro de quemaduras!

Extraer siempre los platos y accesorios del aparato con un agarrador.

## Envases



No calentar nunca comidas en envoltorios de conservación en caliente. ¡Peligro de incendio!  
No calentar nunca sin vigilancia alimentos en recipientes de plástico, papel u otros materiales inflamables.

Las láminas o bolsas de plástico selladas que contengan alimentos pueden reventar o incluso fundirse. ¡Peligro de quemaduras!

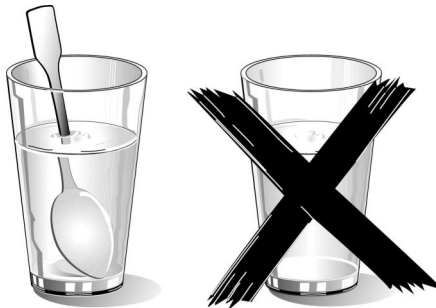
Seguir las indicaciones de los envoltorios. Extraer siempre los platos con un agarrador.

## Bebidas



Si se calientan líquidos estos pueden llegar al estado de ebullición. Esto quiere decir que se puede alcanzar la temperatura de ebullición sin que aparezcan las burbujas de vapor habituales. Con tan sólo un movimiento brusco del recipiente puede hacer que el líquido salpique violentamente. ¡Peligro de quemaduras!

Al calentar un líquido introducir siempre una cuchara en el recipiente. De este modo se evita que se llegue al estado de ebullición.



No calentar nunca líquidos en recipientes tapados. ¡Peligro de explosión!

No calentar nunca bebidas alcohólicas a temperaturas demasiado elevadas. ¡Peligro de explosión!

## Secado de alimentos



No secar nunca alimentos con el microondas. ¡Peligro de incendio!

## Aceite de mesa



No calentar nunca aceite de mesa con el microondas. ¡Peligro de incendio!

### **Alimentos para bebés**



No calentar nunca alimentos para bebés en recipientes cerrados. Quitar siempre la tapa o la tetina.

Remover o agitar tras el calentamiento. Sólo de este modo se extiende el calor de un modo equilibrado.

¡Peligro de quemaduras!

Controlar la temperatura antes de alimentar al bebé.

### **Alimentos con cáscara o piel**



No cocer nunca huevos con cáscara. No calentar huevos duros. Pueden reventar causando una especie de explosión. Esto también es aplicable a los crustáceos. ¡Peligro de quemaduras!

Con huevos fritos o huevos pasado por agua debe pincharse previamente la yema.

En los alimentos con cáscara o piel, como manzanas, tomates, patatas, salchichas, puede reventar la cáscara. Antes de calentarlos, pinchar la cáscara o la piel.

### **Alimentos con poco contenido en agua**



No descongelar o calentar nunca alimentos con poco contenido en agua, como p. ej., el pan, a una temperatura o un durante un tiempo demasiado elevado. ¡Peligro de incendio!

---

## **Causas de los daños**

### **Bandeja del horno o papel de aluminio sobre la parte inferior del horno**

No coloque bandejas sobre la parte inferior del horno. No la cubra de papel de aluminio.

Se crea una acumulación térmica. Los tiempos de cocción y asado dejan de coincidir y el esmalte se estropea.

### **Agua en el horno**

Nunca vierta agua en el horno caliente. Puede deteriorarse el esmalte.

### **Zumo de frutas**

No llene demasiado la bandeja universal con pastel de frutas muy jugosas. El zumo de frutas que gotea de la bandeja universal deja manchas que no podrá quitar.

### **Puerta del horno como asiento**

Nunca se siente o se ponga de pie sobre la puerta del horno.



### Enfriamiento con la puerta del horno abierta

Deje enfriar el horno sólo con la puerta cerrada. No encaje nada en la puerta del horno. Aun cuando sólo deje una rendija abierta, el frontal de los muebles contiguos puede deteriorarse con el tiempo.

### Cierre hermético del horno muy sucio

Si el cierre hermético de la puerta está muy sucio, no se podrá cerrar bien la puerta cuando el horno esté en funcionamiento. El frontal de los muebles contiguos puede deteriorarse. Mantenga limpio el cierre hermético.

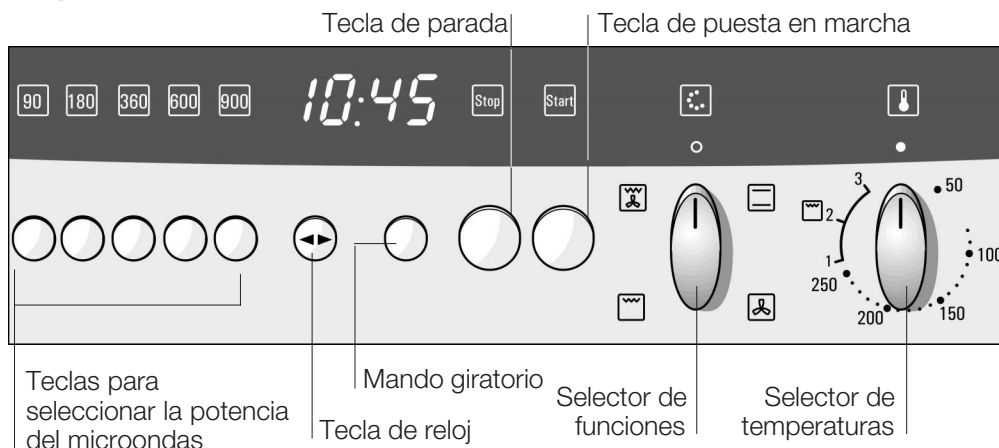
### Funcionamiento del microondas sin alimentos

Conecte el microondas únicamente con alimentos dentro. En caso contrario, el aparato podría sobrecargarse, excepto en caso de prueba corta de recipientes (véase Indicaciones sobre los recipientes).

## Su nuevo aparato

Aquí conocerá a su nuevo aparato. Le explicaremos las funciones del panel de mando con los interruptores e indicadores. Obtendrá información sobre los tipos de calentamiento y sobre los accesorios que acompañan al aparato.

### El panel de mando



# Teclas para la potencia del microondas

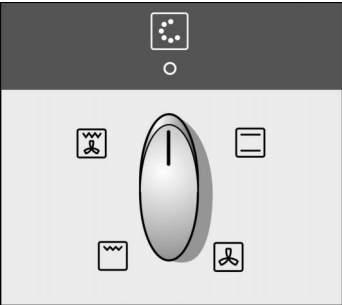
Con estas teclas puede ajustar en su microondas la potencia deseada.

90 W	para descongelar alimentos delicados
180 W	para descongelar y continuar la cocción
360 W	para cocer carne y para calentar alimentos delicados
600 W	para calentar y cocer alimentos
900 W	para calentar líquidos

Si pulsa una tecla, se iluminará en el display la potencia seleccionada.

# Selector de funciones

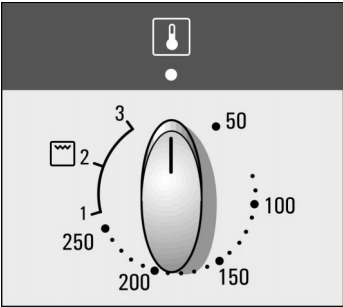
A través del selector de funciones puede ajustarse el tipo de calentamiento del horno.




Ajustes	
	Calor bóveda y solera
	Aire caliente
	Grill variable
	Termogratinador

Al ajustar el selector de funciones, la luz interior del horno se enciende.

# Selector de temperaturas



Programar con el selector de temperaturas la temperatura o el escalón del grill.

Temperatura	
50-250	Márgenes de temperatura en °C
Grill 	
1	grill flojo
2	grill medio
3	grill potente

El símbolo se ilumina en la pantalla cuando el horno se calienta. Se apaga en las pausas de calentamiento. Al asar al grill o con termogratinador, el símbolo no se ilumina.

# Teclas de manejo y panel indicador

Tecla de reloj ◀▶	Para programar la hora.
Mando giratorio	Para modificar la duración del ciclo de cocción o la hora.
Tecla de parada	Para detener el funcionamiento y borrar ajustes.
Tecla de puesta en marcha	Para poner el horno en marcha.

En el panel indicador se pueden leer los valores ajustados.

# Mandos giratorios retráctiles

Los mandos giratorios son retráctiles. Para enclavar y desenclavar, pulsar el mando giratorio.

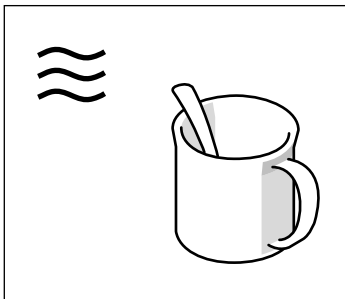
El selector de funciones y el mando giratorio se pueden girar hacia la derecha o la izquierda, el mando de temperaturas sólo se puede girar hacia la derecha.

## Tipos de calentamiento

El horno dispone de diferentes tipos de calentamiento. De este modo se puede seleccionar en cada momento la forma de preparación más idónea para el alimento.

### Microondas

Transmiten calor a los alimentos. La microonda es apropiada para descongelar, calentar, fundir y cocer con rapidez.



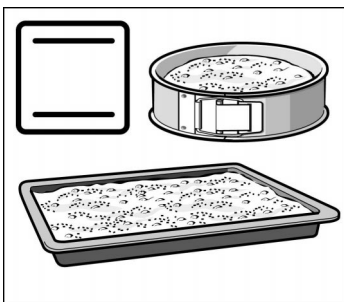
### Uso combinado de microondas

Aquí el microondas funciona simultáneamente con otro tipo de calentamiento. Los platos siguen quedando crujientes y dorados como hasta ahora, pero se cocinan mucho más rápido y ahorrando energía.

### Calor bóveda y solera

El calor llega de arriba y de abajo tanto si se trata de un pastel como un asado.

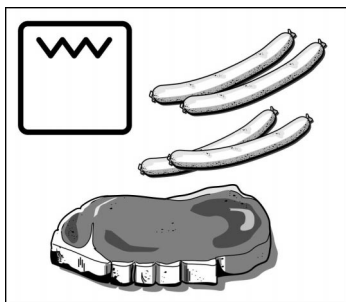
Los pasteles de masa batida que se preparan en moldes, así como los bizcochos y los pasteles preparados en la bandeja universal saldrán perfectamente. El calor bóveda y solera es asimismo adecuado para la preparación de asados de carne magra de vaca, ternera o venado.



### Aire caliente

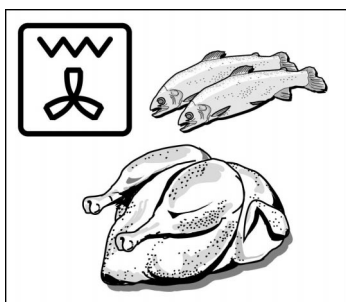
Un ventilador situado en la pared posterior distribuye el calor bóveda y solera uniformemente por todo el horno. Con el aire caliente podrá hornear los pasteles de masa batida en moldes





### Grill

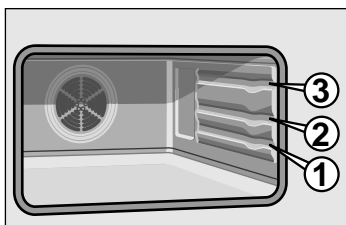
Se calienta toda la superficie de debajo de la resistencia del grill. Se pueden asar al grill varios bistecs, salchichas, pescados o hacer tostadas.



### Grill c. aire caliente

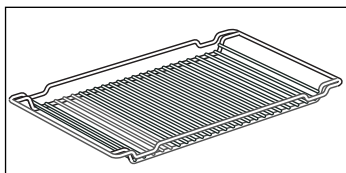
La resistencia del grill y el ventilador se conectan y desconectan alternándose. Durante los intervalos de reposo de la resistencia, el ventilador hace circular en torno a los alimentos el calor emitido por el grill. De este modo, los asados de carne adquieren un sabroso color dorado en toda su superficie.

## Horno y accesorios





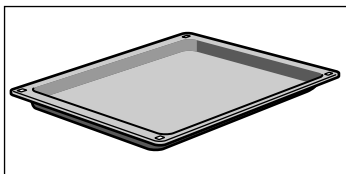
Los accesorios se pueden introducir en el horno a tres alturas diferentes.

Puede sacar los accesorios hasta dos tercios, sin que por ello se vuelquen. Así podrá sacar fácilmente los platos.



### Parrilla

para recipientes, moldes para pasteles, asados y piezas para asar al grill. La parrilla se puede utilizar con la curvatura hacia arriba  o hacia abajo .

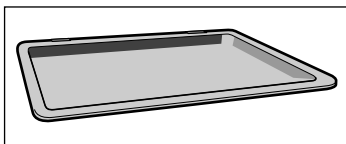


### **Bandeja universal**

para asados grandes, pasteles secos y jugosos, soufflés y gratinados. También sirve para proteger del líquido que se desprende al asar carne al grill directamente sobre la parrilla. Para ello, introducir la bandeja universal en la altura 1.

Introducir la bandeja universal en el horno con el desnivel apuntando hacia para la puerta.

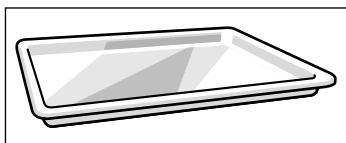
### **Accesorio opcional**



### **Bandeja del horno de esmalte Z6360X0**

para pasteles y galletas.

Introducir la bandeja en el horno hasta el tope con la inclinación hacia la puerta.



### **Bandeja de vidrio Z6370X0**

para grandes asados, pasteles jugosos y gratinados. Sirve de protección contra salpicaduras cuando se asa la carne al grill directamente sobre la parrilla. Para ello, introduzca la bandeja de vidrio a la altura 1.

### **Nota**

Puede aparecer agua condensada en la ventana de la puerta, en las paredes interiores e inferior. Esto es normal, la función del microondas no se verá afectada por ello. Seque el agua condensada tras la cocción.

---

## **Ventilador**

El horno está equipado con un ventilador. Éste se activa y desactiva según sea necesario. El aire caliente se escapa por encima de la puerta.

El horno se mantiene frío durante el funcionamiento del microondas. El ventilador se activa igualmente. Puede seguir funcionando aun cuando el microondas ya no esté en funcionamiento.

---

# Antes del primer uso

En este capítulo se ofrece información sobre todo lo que hay que hacer antes de cocinar por primera vez.

Calentar el horno y limpiar los accesorios. Leer las indicaciones de seguridad en el capítulo “Qué hay que tener en cuenta”.

En primer lugar, comprobar que en la pantalla parpadean tres ceros y el símbolo del reloj ⌚.

---

## Programar la hora

1. Programar la hora con el botón giratorio.
2. Pulsar la tecla de reloj ◀▶.


Se ha programado la hora. El aparato está listo para su uso.

---

## Calentar el horno

Proceder de la siguiente forma

Para eliminar el olor a nuevo, calentar el horno vacío y cerrado.

1. Ajustar el selector de funciones a .
2. Programar 250 °C con el selector de temperaturas.

Desconecte el selector de funciones y el selector de temperaturas transcurridos 20 minutos.

---

## Limpieza previa de los accesorios

Antes de utilizar los accesorios, limpiarlos con agua, un poco de jabón y una bayeta.

---

# El microondas

El microondas se puede utilizar solo o combinado con otro tipo de calentamiento.

A continuación encontrará información sobre los recipientes y sobre la programación del microondas.

## Tablas y sugerencias

En el capítulo Tablas y sugerencias encontrará muchos ejemplos de cómo descongelar, calentar y cocer con microondas.

---

## Recipientes

### Recipientes aptos

Son adecuados recipientes resistentes al calor de vidrio, vitrocerámica, porcelana, cerámica o materiales resistentes al calor. Estos materiales permiten el paso de las microondas.

También puede utilizar fuentes. De este modo, no tendrá que cambiar el plato de un recipiente a otro. Utilizar recipientes con adornos dorados o plateados únicamente si el fabricante garantiza que son adecuados para su uso en el microondas.

### Recipientes no aptos

Los recipientes de metal no son aptos. El metal no permite el paso de las microondas. En los recipientes de metal cerrados, los platos permanecen fríos.

¡Atención! El metal - p. ej. una cuchara dentro de un vaso - debe estar al menos a 2 cm de distancia de las paredes del horno y de la pared interna de la puerta. Las chispas podrían romper el cristal interno de la puerta.

### Prueba de la vajilla:

No poner nunca en marcha el microondas sin alimentos dentro. La única excepción es la siguiente prueba de la vajilla.

Si no está seguro de que su vajilla sea apta para el microondas, realice la siguiente prueba:

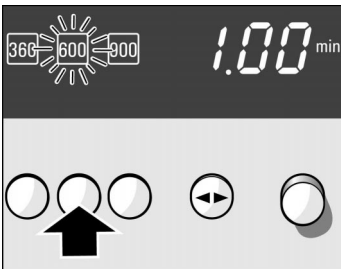


Colocar el recipiente vacío entre ½ y 1 minuto con la potencia máxima dentro del aparato. Comprobar la temperatura. El recipiente debe estar frío o templado. Si se calienta mucho o saltan chispas, no es apto.

## Así se programa

La potencia de microondas de 900 vatios sólo se puede programar para un máximo de 30 minutos. Para las demás potencias, es posible una duración del ciclo de cocción de hasta 90 minutos.

Ejemplo: Potencia de microondas de 600 W, 3 minutos



1. Pulsar la tecla para seleccionar la potencia de microondas deseada.



2. Programar con el mando giratorio la duración deseada



3. Pulsar la tecla de puesta en marcha.

En la pantalla se visualiza claramente el transcurso del tiempo seleccionado.

<b>El tiempo ha transcurrido</b>	Suena una señal. La señal cesará al abrir la puerta del horno o al pulsar la tecla de parada.								
<b>Modificar ajustes</b>	Con el mando giratorio, puede modificar la duración del ciclo de cocción en cualquier momento.								
<b>Interrumpir</b>	Abrir la puerta del horno. El microondas se detiene. Puede reanudarse el funcionamiento del ventilador. Cerrar el compartimento y pulsar de nuevo la tecla de puesta en marcha. Se reanuda el funcionamiento. Si ha olvidado pulsar la tecla de puesta en marcha, escuchará una señal acústica después de tres segundos.								
<b>Borrar el ajuste</b>	Pulsar la tecla de parada dos veces o abrir la puerta del horno y pulsar la tecla de parada una vez. En la pantalla aparece de nuevo la hora.								
<b>Consejos y advertencias</b>	<p>La duración del ciclo de cocción se muestra de la siguiente forma:</p> <table> <tr> <td>hasta <b>1.00</b> min.</td><td>expresada en segundos</td></tr> <tr> <td>hasta <b>15.00</b> min.</td><td>expresada en intervalos de 10 segundos</td></tr> <tr> <td>hasta <b>1.00</b> h</td><td>expresada en intervalos de 30 segundos</td></tr> <tr> <td>hasta <b>1.30</b> h</td><td>expresada en intervalos de 5 minutos.</td></tr> </table> <p>También puede programar la duración del ciclo de cocción en primer lugar y, a continuación, la potencia de microondas.</p>	hasta <b>1.00</b> min.	expresada en segundos	hasta <b>15.00</b> min.	expresada en intervalos de 10 segundos	hasta <b>1.00</b> h	expresada en intervalos de 30 segundos	hasta <b>1.30</b> h	expresada en intervalos de 5 minutos.
hasta <b>1.00</b> min.	expresada en segundos								
hasta <b>15.00</b> min.	expresada en intervalos de 10 segundos								
hasta <b>1.00</b> h	expresada en intervalos de 30 segundos								
hasta <b>1.30</b> h	expresada en intervalos de 5 minutos.								

## Varias potencias de microondas consecutivas

Puede programar hasta tres potencias de microondas y tiempos de cocción para preparar su plato.

Ajustar tal como se describe en los puntos 1 y 2. A continuación, programar la segunda potencia de microondas y duración del ciclo de cocción y, eventualmente, la tercera.

Para finalizar, pulsar la tecla de puesta en marcha. En la pantalla aparecerá la duración total. Se irá descontando tiempo. La potencia del microondas activa brilla con mayor en un tono más claro.

## Nota

También puede seleccionar una misma potencia de microondas por segunda vez:  
por ej., 600 W - 360 W - 600 W.  
La potencia de 900 W sólo se puede seleccionar una vez.

Tras la puesta en marcha, ya no será posible modificar la duración del ciclo de cocción.

---

# Programar el horno

Puede programar su horno con ayuda del selector de funciones y del selector de temperaturas.  
Además, puede programar una duración del ciclo de cocción para su plato. El horno se desactivará automáticamente una vez transcurrida la duración del ciclo de cocción que haya programado.

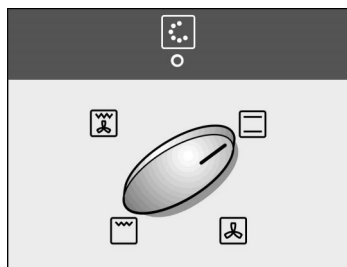
## Tablas y sugerencias

En el capítulo Tablas y sugerencias se ofrecen los ajustes adecuados para muchos platos.

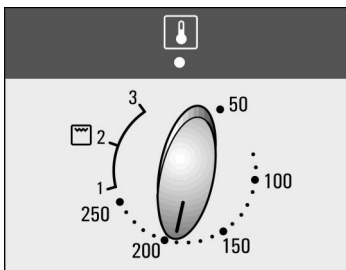
---

## Así se programa

Ejemplo: Calor bóveda y solera , 190 °C



1. Programar con el selector de funciones el tipo de calentamiento deseado.



2. Ajustar la temperatura o el escalón del grill con el selector de temperaturas.

## Desconexión

Cuando el plato esté listo, desconectar el selector de funciones y el selector de temperaturas.

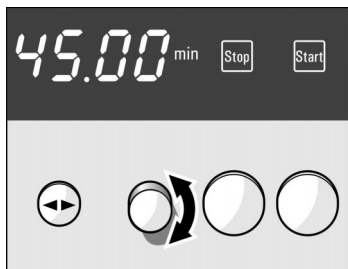
## Modificar ajustes

El tipo de calentamiento, la temperatura y el escalón del grill se pueden modificar en cualquier momento.

## El horno se desconecta automáticamente

Efectuar los ajustes tal como se indica en los puntos del 1 y 2. Introducir ahora la duración (tiempo de cocción) del plato.

Ejemplo: Duración del ciclo de cocción 45 minutos



3. Programar con el mando giratorio la duración deseada

Valor recomendado hacia la derecha = 30 minutos

Valor recomendado hacia la izquierda = 10 minutos

El símbolo de la temperatura  permanecerá iluminado tras la puesta en marcha.



4. Pulsar la tecla de puesta en marcha

El horno se pone en marcha. La duración del ciclo de cocción programada transcurrirá en la pantalla.

### **El tiempo ha transcurrido**

Suena una señal. El horno se desconecta. La señal cesará al abrir la puerta del horno o al pulsar la tecla de parada. Para que se vuelva a mostrar la hora, desconectar el selector de funciones.

### **Modificación de la duración del ciclo de cocción**

Modificar la duración con el mando giratorio.

### **Interrumpir**

Abrir la puerta del horno. Puede reanudarse el funcionamiento del ventilador. Cerrar el compartimento y pulsar de nuevo la tecla de puesta en marcha. Se reanuda el funcionamiento. Si ha olvidado pulsar la tecla de puesta en marcha, escuchará una señal acústica después de tres segundos.

### **Cancelar ajustes**

Pulsar la tecla de parada dos veces. Desconectar el selector de funciones.

---

## **Combinación de horno y microondas**

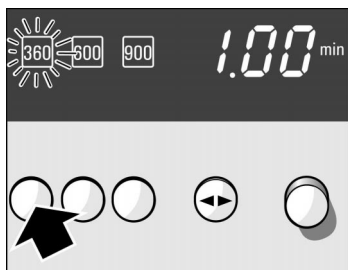
Puede combinar simultáneamente el microondas con un tipo de calentamiento. El microondas y el horno se apagan simultáneamente.

Puede programar hasta tres potencias de microondas y tiempos de cocción y un tipo de calentamiento.

En el capítulo Tablas y sugerencias encontrará muchos platos con programaciones combinadas.

Atención: La potencia de microondas de 900 W no es apta para el uso combinado. En la pantalla se corregirá con la potencia de 600 W.

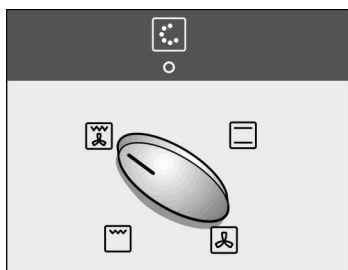
Ejemplo:  
Microondas 360 W,  
25 minutos,  
Termogratinador 190 °C



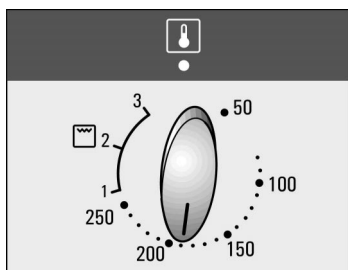
1. Pulsar la tecla de la potencia de microondas deseada.



2. Programar con el mando giratorio la duración deseada



3. Programar con el selector de funciones el tipo de calentamiento deseado.



4. Ajustar la temperatura o el escalón del grill con el selector de temperaturas.



## 5. Pulsar la tecla la tecla de puesta en marcha.

El horno se pone en marcha. La duración del ciclo de cocción programada se apreciará en la indicación visual.

### El tiempo ha transcurrido

Suena una señal. El microondas y el horno se apagan. La señal cesará al abrir la puerta del horno o al pulsar la tecla de parada. Para que se vuelva a mostrar la hora, desconectar el selector de funciones.

### Modificar ajustes

Si solo ha programado una potencia de microondas y un tiempo de cocción, podrá modificar la duración del ciclo de cocción en cualquier momento. Con varias potencias de microondas, sólo podrá modificar la duración del ciclo de cocción antes de la puesta en marcha. Para ello, deberá eliminar la programación e introducir una nueva.

### Interrumpir

Abrir la puerta del horno. El microondas se detiene. Puede reanudarse el funcionamiento del ventilador. Cerrar el compartimento y pulsar de nuevo la tecla de puesta en marcha. Se reanuda el funcionamiento. Si olvida pulsar la tecla de puesta en marcha, se escuchará una señal acústica después de tres segundos.

### Cancelar ajustes

Pulsar la tecla de parada dos veces. Desconectar el selector de funciones. Se eliminarán todas las programaciones.

### Nota

También puede programar en primer lugar el tipo de calentamiento y la temperatura y, a continuación, la potencia de microondas y el tiempo de cocción.

# Hora

En la primera conexión o tras un corte en el suministro eléctrico, en la pantalla parpadearán tres ceros y el símbolo del reloj ⌚.

Poner el reloj en hora.

## Así se programa

Ejemplo: 13:00 horas



**Cambiar p. ej., del horario de verano al de invierno**

**Suprimir la indicación de la hora**

1. Mientras el símbolo ⌚ parpadee, programar la hora con el mando giratorio.

2. Pulsar la tecla de reloj ◀▶. Se ha programado la hora. El símbolo ⌚ se apaga.

Pulsar la tecla del reloj ◀▶ y realizar la programación tal y como se indica en los puntos 1 y 2.

En caso de que resulte molesta la pantalla de visualización del reloj, se puede ocultar la hora.

1. Colocar el selector de funciones en o.
2. Pulsar la tecla del reloj ◀▶.
3. Pulsar la tecla de parada.

Para que se vuelva a mostrar la hora, pulsar dos veces la tecla de reloj ◀▶ y la tecla de puesta en marcha.




---


# Seguro para niños

Para que los niños no conecten el horno accidentalmente, cuenta con un seguro para niños.

## **Bloquear el horno**

Pulsar la tecla de parada hasta que aparezca el símbolo Llave  en indicación luminosa. Todas las funciones están bloqueadas.

## **Desactivar el bloqueo**

Volver a pulsar la tecla de parada hasta que se apague el símbolo en forma de llave  en la indicación visual.

El bloqueo se ha desactivado.

## **Advertencia**

Estando el horno bloqueado, se puede seguir ajustando la hora.

Aun en caso de corte en el suministro eléctrico, sigue activado el seguro para niños.

---

# Modificar la duración de la señal

Cuando el horno se desconecta se oye una señal. Si lo desea, puede modificar la duración de la señal.

Para ello, pulse la tecla de puesta en marcha durante aprox. 6 segundos.

01 = Duración breve de la señal - 3 tonos

02 = Duración larga de la señal - 30 tonos.

Se almacena la duración de la señal. En la pantalla aparece de nuevo la hora.

---

# Desconexión automática

Si se ha olvidado apagar el horno, se activará la desconexión automática. El funcionamiento del horno se interrumpe. Cuando esto ocurre, se rige por la temperatura o nivel de grill que se ha programado.

Una vez que el horno ya no está caliente, aparecerá un 5 en la indicación visual.

El calentamiento se interrumpe, hasta que se desconecte el selector de funciones. El 5 se apaga. Ahora puede volverse a programar el horno.

## Desactivación de la desconexión automática

Introducir una duración ciclo cocción y el horno se desconectará a la hora deseada.

La desconexión automática se ha desactivado.

---

# Cuidados y limpieza

No utilizar limpiadores de alta presión ni máquinas de limpieza a vapor.

---

## Parte externa del aparato

Limpiar el aparato con agua y un poco de lavavajillas. Secarlo con un paño seco.

No son adecuados los productos corrosivos o abrasivos. Si algún producto de este tipo entrase en contacto con la parte delantera, deberá limpiarlo inmediatamente con agua.

Es posible que aparezcan diferentes tonalidades en el frontal del aparato debido a los diferentes materiales como el vidrio, plástico o metal.

## Aparatos con frontal de acero inoxidable

Eliminar inmediatamente las manchas de cal, grasa, almidón y clara de huevo. Pues podría formarse corrosión debajo de estas manchas.

## **Aparatos con frontal de aluminio**

Utilizar para la limpieza agua y un poco de detergente. Secar la superficie con un paño seco.

Utilizar un limpiacristales suave. Frotar en sentido horizontal y sin presionar la superficie con un paño para cristales suave o un paño de microfibras que no suelte pelusas.

Los detergentes agresivos, las esponjas que rayan y los paños de limpieza ásperos no son apropiados.

---

## **Horno**

Después de la cocción, limpiar el horno con un paño húmedo una vez frío. De esta forma se eliminan fácilmente las salpicaduras e incrustaciones, impidiendo que en el siguiente horneado se forme una costra más dura. Si la suciedad es muy intensa se pueden utilizar productos de limpieza suaves.

No utilice sprays para hornos ni otros productos como limpiadores para hornos o productos abrasivos. Tampoco se deben utilizar estropajos, esponjas ásperas ni limpiaollas. Estos productos rayan la superficie.

Los olores desagradables, como los que se generan después de preparar un pescado por ejemplo, se pueden eliminar fácilmente. Añadir unas gotas de limón a una taza con agua. Introducir una cuchara en el recipiente para evitar el retardo de ebullición. Calentar el agua de 1 a 2 minutos a la máxima potencia del microondas.

## **Superficies del horno autolimpiantes**

La placa posterior del horno tiene una capa de esmalte autolimpiante. Se limpia sola mientras el horno está en funcionamiento. A veces, las salpicaduras más grandes no desaparecen hasta que el horno se ha puesto en funcionamiento varias veces.

¡No utilizar nunca limpiadores para hornos!

La ligera decoloración del esmalte no tiene repercusiones sobre la autolimpieza.

## **Limpieza de la solera, la bóveda y las placas laterales del horno**

Utilizar agua caliente con un poco de jabón o una solución de agua y vinagre.

En caso de suciedad muy intensa, es mejor utilizar un limpiahornos. Utilizar los limpiadores específicos para hornos sólo con el horno frío.

No aplicar nunca el producto sobre la placa posterior autolimpiante.

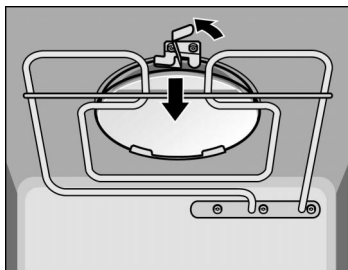
Por cierto:

El esmalte se inflama a temperaturas muy elevadas. Por eso pueden aparecer pequeñas diferencias de color. Este fenómeno es normal y no tiene ninguna repercusión en el funcionamiento del horno. Estas alteraciones en el color no deben tratarse con estropajos.

Los cantos de las placas finas no pueden esmaltarse por completo. Por este motivo pueden ser ásperas. La protección anticorrosión está garantizada.

## **Limpieza del vidrio protector de la cubierta del horno**

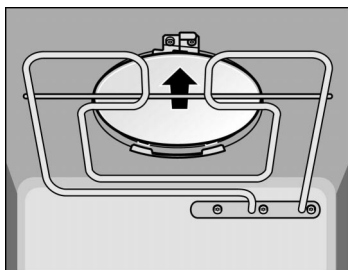
### **Desmontar**

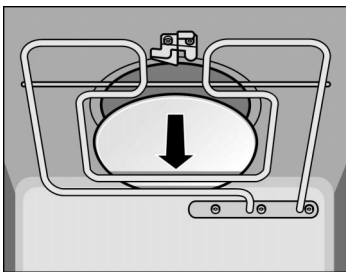


Puede extraer el vidrio protector de la cubierta del horno.

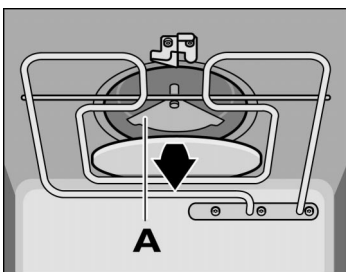
¡Atención! El horno debe estar frío.

- 1.** Introducir un paño de cocina en el horno.
- 2.** Mover hacia delante el dispositivo de sujeción de la cubierta del horno.  
Presionar hacia abajo la parte delantera del vidrio protector con ayuda del dedo pulgar de la otra mano.  
Soltar el dispositivo de sujeción.
- 3.** Empujar el vidrio protector hacia delante con las dos manos y colocarlo sobre la resistencia del grill.





4. Volver a presionar un poco hacia atrás.



5. Inclinar la parte delantera hacia abajo y extraer.



**No tocar ni limpiar la antena (A) de microondas!**

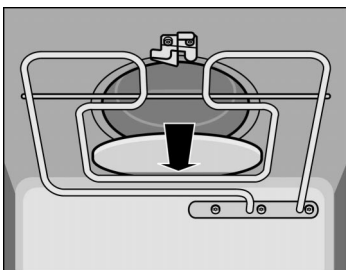
En caso de suciedad ligera:

Lavar el vidrio protector con agua caliente con un poco de jabón.

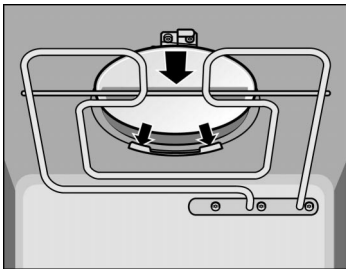
En caso de suciedad fuerte:

Utilice el limpiador para hornos.

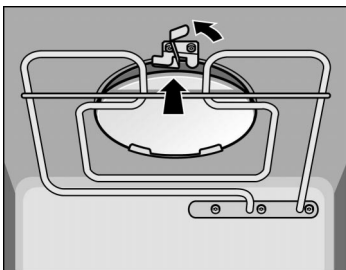
## Montaje



1. Introducir el vidrio protector con el lado liso hacia abajo y colocarlo sobre la resistencia del grill.



2. Empujarlo con ambas manos hacia el fondo hasta encajarlo en los ganchillos de sujeción.



3. Mover el dispositivo de sujeción hacia delante y presionar el vidrio protector hacia arriba. Soltar el dispositivo de sujeción.

Retirar el paño de cocina del horno.



**No volver a poner en funcionamiento el aparato sin el vidrio protector del microondas.**

---

## Junta

Limpiar la junta de la puerta del horno con detergente. No utilizar productos de limpieza corrosivos ni abrasivos.

---

## Accesorios

Poner los accesorios en remojo con lavavajillas inmediatamente después de su uso. Así, los restos de comida pueden eliminarse fácilmente con un cepillo o una esponja.

# ¿Qué hacer en caso de avería?

Con frecuencia, cuando se produce una avería, suele tratarse de una pequeña anomalía fácil de subsanar. Antes de llamar al servicio de asistencia técnica, deben tenerse en cuenta las siguientes advertencias:

Avería	Posible causa	Consejos/Forma de subsanarla
El aparato no funciona.	El fusible está defectuoso.	Compruebe en la caja de fusibles que el fusible correspondiente al aparato funcione correctamente.
	El enchufe no está conectado a la red.	Enchufarlo.
	Corte en el suministro eléctrico.	Comprobar si funciona la luz de la cocina.
En la pantalla de visualización del reloj se iluminan tres ceros.	Corte en el suministro eléctrico.	Volver a poner el reloj en hora.
La indicación luminosa muestra una duración del ciclo de cocción o un símbolo parpadeante.	Se ha accionado por equivocación el mando giratorio o una tecla.	Pulsar la tecla de parada.
	No se ha pulsado la tecla de puesta en marcha después de programar.	Pulsar la tecla de puesta en marcha o borrar la programación con la tecla de parada.
El microondas no se conecta.	Puerta no cerrada correctamente.	Comprobar si la puerta está atascada por restos de alimentos o algún cuerpo extraño. Asegurarse de que las superficies de las juntas estén limpias. Observar si la junta de la puerta está torcida.
	El microondas no se ha puesto en marcha.	Pulsar la tecla de puesta en marcha.
Los alimentos se calientan más lentamente que antes.	Se ha ajustado una potencia del microondas demasiado baja.	Elegir una potencia mayor.

Avería	Posible causa	Consejos/Forma de subsanarla
En la Indicación reloj aparece un "5".	Se ha introducido en el aparato una cantidad mayor de lo habitual.	Doble cantidad - aprox. doble de tiempo
	Los alimentos estaban más fríos de lo habitual.	Remover o dar la vuelta a los alimentos de vez en cuando.
En la Indicación reloj aparece el mensaje de error "E7", "E8" o "E9".	La desconexión de seguridad se ha activado. El horno se ha utilizado durante mucho tiempo sin modificar el ajuste.	Desconectar el selector de funciones.
En la Indicación reloj aparece el mensaje de error "E7", "E8" o "E9".	El microondas presenta una avería.	Pulsar la tecla de parada. El mensaje de error desaparece. Volver a poner en funcionamiento el microondas. Si vuelve a aparecer el mensaje de error, llamar al servicio de asistencia técnica. El horno puede funcionar sin el microondas.
En la Indicación reloj aparece el mensaje de error "E11".	Fallo técnico.	Avisar al Servicio de Asistencia Técnica.
El modo de funcionamiento microondas se interrumpe sin motivo aparente.	El microondas está averiado.	Si vuelve a producirse este error, llamar al servicio de asistencia técnica. El horno puede funcionar sin el microondas.

**Sólo los técnicos especializados del Servicio de Asistencia Técnica deben realizar reparaciones en el aparato.** La reparación inadecuada del aparato puede implicar serios riesgos para el usuario.

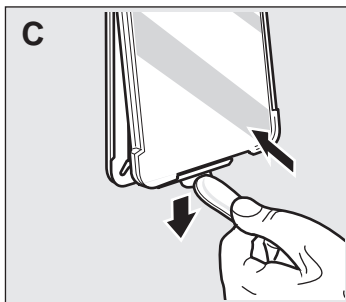
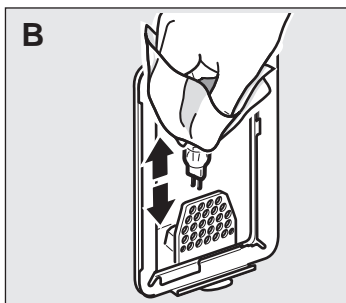
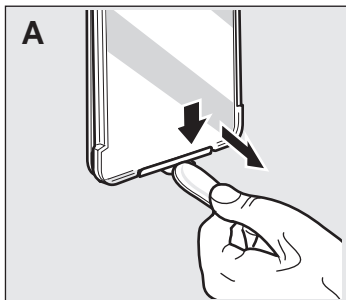
## Cambiar la lámpara de iluminación del horno

Es posible cambiar uno mismo la lámpara de iluminación del horno. Obtendrá bombillas halógenas de 12 V, 20 vatios con resistencia térmica en el Servicio de Asistencia Técnica o en comercios especializados.

Extraer siempre de la caja la bombilla halógena nueva con un paño seco. De esta forma se prolonga la vida útil de la lámpara.

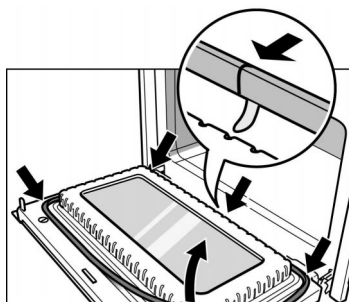


## Proceder de la siguiente forma



1. Desconectar el fusible de la caja de fusibles o extraer el enchufe.
2. Poner un paño de cocina dentro del horno frío para evitar cualquier daño.
3. Retirar el vidrio protector. Para ello, abrir con la mano el vidrio protector inferior.  
Si resulta difícil retirar el vidrio protector, deberá ayudarse con una cuchara. (Figura A)
4. Extraer la bombilla y sustituirla por otra del mismo tipo. (Figura B)
5. Volver a colocar el vidrio protector. (Figura C)
6. Retirar el paño de cocina. Conectar de nuevo el fusible en la caja de fusibles o insertar el enchufe.

## Cambiar la junta de la puerta



Si la junta de la puerta se ha estropeado, debe cambiarse. Las juntas de repuesto para su aparato las obtendrá en el Servicio de Asistencia Técnica. Indicar el n.º de producto y el n.º de fabricación del aparato.

1. Abrir la puerta del horno.
2. Retirar la junta de la puerta defectuosa.
3. En la junta de la puerta están fijados 5 ganchillos de sujeción. Sujetar con estos ganchos la nueva junta de la puerta del horno.

Atención: La unión que se encuentra en la parte inferior central de la junta de la puerta del horno se debe a razones técnicas.

## Servicio de Asistencia Técnica

**N.º de producto y n.º de fabricación**

Si su equipo debe ser reparado, nuestro Servicio de Asistencia Técnica está a su disposición. La dirección y el número de teléfono del punto de atención al cliente más próximo se encuentran en la guía telefónica. Los centros de atención al cliente señalados también le indicarán el punto más cercano.

Si se solicita nuestro servicio de asistencia técnica, se debe facilitar el número de producto (E-n.º) y el número de fabricación (FD-n.º) del aparato. Sobre el horno encontrará la placa de características con el número. Para no tener que buscar demasiado en caso de avería, puede introducir los datos del aparato directamente aquí.

E-n.º

FD

Servicio de Asistencia Técnica 🏠

Este aparato cumple la normativa EN 55011 y CISPR 11.

Es un producto del Grupo 2, Clase B.

Grupo 2 indica que los microondas se fabrican con el fin de calentar alimentos.

Clase B indica que el aparato es apto para su uso en el entorno privado.

---

## Tablas y sugerencias

Aquí se encuentra una selección de platos y los ajustes óptimos para ellos. Obtendrá información sobre la potencia de microondas idónea, el tipo de calentamiento y la temperatura más indicada para sus platos, los accesorios que debe utilizar y la altura a la que deben introducirse. Además se ofrecen sugerencias sobre los recipientes y la preparación, y una pequeña ayuda por si surge algún problema

---

### Descongelar, calentar y cocer con el microondas

En las siguientes tablas se presentan numerosas posibilidades y opciones de configuración para el microondas.

Las indicaciones de duración que se dan en las tablas son solamente valores orientativos. Dependen del recipiente, de la calidad, temperatura y la composición de los alimentos.

En las tablas se indican casi siempre los márgenes de tiempo. Ajustar primero la configuración de tiempo más corta e ir aumentando el tiempo según sea necesario.

Es posible que cocine cantidades distintas a las indicadas en la tabla.

Para ello existe una regla práctica:

Doble cantidad - aprox. doble de tiempo,  
mitad de la cantidad - mitad de tiempo.

Introducir la parrilla en la altura 1. Colocar el recipiente centrado sobre la parrilla. De esta forma, las microondas pueden llegar a los alimentos desde todos los puntos.

**Descongelar**

Colocar los alimentos congelados en un recipiente descubierto sobre la parrilla.

Las partes más delicadas como los muslos y las alas de pollo o los bordes grasos del asado se pueden cubrir con pequeños trozos de papel de aluminio. El papel de aluminio no debe tocar las paredes del horno. Al transcurrir la mitad del tiempo de descongelado ya se puede retirar el papel de aluminio.

Entretanto, dar la vuelta o remover los alimentos 1 o 2 veces. Si los trozos son grandes, darles la vuelta varias veces. Al darle la vuelta, retirar el líquido procedente de la descongelación.

Dejar reposar el alimento descongelado de 10 a 60 minutos más a temperatura ambiente, para homogeneizar la temperatura. Si se trata de aves, se pueden extraer las vísceras de su interior.

	<b>Cantidad</b>	<b>Potencia del microondas, vatios, duración en minutos</b>	<b>Indicaciones</b>
Carnes enteras de vaca, cerdo, ternera (con y sin hueso)	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.	Dar la vuelta varias veces.
Carne troceada o en filetes de vacuno, cerdo, ternera	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.	Separar los trozos de carne al darles la vuelta.
Carne picada mezclada	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.	Si es posible, congelar en posición horizontal. Entre tanto, dar la vuelta varias veces y retirar la carne que se haya descongelado.
Ave o partes de ave	600 g 1200 g	180 W, 5 min. + 90 W, 13 - 18 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 20 - 25 min.	Dar la vuelta de vez en cuando.
Pato	2000 g	180 W, 20 min. + 90 W, 30 - 40 min.	Dar la vuelta varias veces.

	Cantidad	Potencia del microondas, vatios, duración en minutos	Indicaciones
Ganso	4500 g	180 W, 30 min. + 90 W, 60 - 80 min.	Dar la vuelta cada 20 minutos. Eliminar el líquido de la descongelación.
Filetes de pescado, rodajas de pescado	400 g	180 W, 5 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Separar las partes descongeladas.
Pescado entero	300 g 600 g	180 W, 3 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 8 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Dar la vuelta de vez en cuando.
Verdura, p. ej., guisantes	300 g 600 g	180 W, 8 - 13 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 8 - 13 min.	Remover de vez en cuando con cuidado.
Fruta, p. ej., frambuesas	300 g 500 g	180 W, 7 - 10 min. 180 W, 8 min. + 90 W, 5 - 10 min.	Remover de vez en cuando con cuidado y separar los trozos descongelados.
Fundir mantequilla	125 g 250 g	90 W, 7 - 9 min. 180 W, 2 min. + 90 W, 3 - 5 min.	Retirar el envase totalmente.
Pan entero	500 g 1000 g	180 W, 3 min. + 90 W, 10 - 15 min. 180 W, 3 min. + 90 W, 15 - 25 min.	Dar la vuelta de vez en cuando.
Pastel seco, p. ej., bizcocho	500 g 750 g	90 W, 10 - 15 min. 180 W, 2 min. + 90 W, 10 - 15 min.	Separe los trozos de pastel. Sólo para pastel sin glaseado, nata o crema.
Pastel jugoso, p. ej., pastel de frutas, pastel de queso fresco	500 g 750 g	180 W, 5 min. + 90 W, 15 - 20 min. 180 W, 10 min. + 90 W, 15 - 20 min.	Sólo para pasteles sin glaseado, nata o gelatina.

### Descongelar, calentar o cocinar alimentos congelados

Retire el envoltorio de los platos precocinados. Si se utiliza vajilla apta para microondas, se calientan más rápida y uniformemente. Los distintos componentes de los alimentos pueden presentar también diferencias en el tiempo que necesitan para calentarse.

Cuanto menor sea la altura de las viandas, con mayor rapidez se cocinarán. Por tanto, conviene colocar las viandas de la forma más aplanada posible dentro del recipiente. No es aconsejable poner los alimentos en capas, unos encima de otros.

Tape siempre los alimentos. Si no dispone de una tapadera adecuada para el recipiente, utilice un plato o papel especial para microondas.

Debe darse la vuelta o remover las viandas de 2 - 3 veces mientras se están calentando.

Una vez calentados, deje reposar los platos de 2 - 5 minutos para que se iguale la temperatura.

Las viandas suelen conservar su sabor característico. Por esta razón, el empleo de sal u otros condimentos debe ser moderado.

	<b>Cantidad</b>	<b>Potencia del microondas en W, duración en minutos</b>	<b>Indicaciones</b>
Menú, plato cocinado, plato preparado(2-3 ingredientes)	300-400g	600 W, 11-15 min.	Cubierto
Sopas	400-500 g	600 W, 8-13 min.	Recipiente cerrado
Cocidos	500 g 1000 g	600 W, 10-15 min. 600 W, 20-25 min.	Recipiente cerrado
Filetes o trozos de carne en salsa, p. ej., gulasch	500 g 1000 g	600 W, 12-17 min. 600 W, 25-30 min.	Recipiente cerrado
Pescado, p. ej., trozos en filete	400 g 800 g	600 W, 10-15 min. 600 W, 18-23 min.	Cubierto
Guarniciones, p. ej., arroz, pasta	250 g 500 g	600 W, 2-5 min. 600 W, 7-10 min.	Recipiente cerrado, añadir líquido
Verdura, p. ej., guisantes, brócoli, zanahorias	300 g 600 g	600 W, 8-12 min. 600 W, 13-18 min.	Recipiente cerrado, añadir 1 cucharada de agua
Espinacas con nata	450 g	600 W, 11-16 min.	Cocer sin añadir agua

## Calentar alimentos

Retire el envoltorio de los platos precocinados. Si se utiliza vajilla apta para microondas, se calientan más rápida y uniformemente. Los distintos componentes de los alimentos pueden presentar también diferencias en el tiempo que necesitan para calentarse.



Tape siempre los alimentos. Si no dispone de una tapadera adecuada para el recipiente, utilice un plato o papel especial para microondas.

Debe dar la vuelta o remover las viandas varias veces mientras se están calentando. Controle la temperatura.

Una vez calentados, deje reposar los platos de 2 - 5 minutos para que se iguale la temperatura.

Cuando caliente líquidos, introduzca siempre una cucharita dentro del recipiente para evitar así el retardo de ebullición. El retardo de ebullición es un fenómeno en el cual se alcanza la temperatura de ebullición sin que asciendan las típicas burbujas de vapor. La más leve sacudida del recipiente basta para que se inicie una ebullición tardía y el líquido caliente se derrame o salpique con fuerza. Ésto puede ocasionar lesiones y quemaduras.

	Cantidad	Potencia del microondas en vatios, duración en minutos	Consejos y advertencias
Menú, plato combinado, plato precocinado (2-3 componentes)	350-500 g	600 W, 4-8 min.	Cubierto
Bebidas	150 ml 300 ml 500 ml	900 W, 1-3 min. 900 W, 3 4 min. 900 W, 4-5 min.	Introducir una cuchara en el recipiente. Las bebidas alcohólicas no deben calentarse en exceso. Controlar de vez en cuando.
Comida para bebés, p.ej., biberones	50 ml 100 ml 200 ml	360 W, ½-1 min. 360 W, 1-1½ min. 360 W, 1-2 min.	Sin tetina o tapadera. Una vez calentados, siempre agitar o remover bien los alimentos. ¡Indispensable comprobar la temperatura!
Sopa, 1 taza 2 tazas 4 tazas	de 175 g de 175 g de 175 g	900 W, 1½-2 min. 900 W, 2-4 min. 900 W, 4-6 min.	
Filetes o trozos de carne con salsa	500 g	600 W, 7-10 min.	Cubierto
Cocido	400 g 800 g	600 W, 5-7 min. 600 W, 7-10 min.	Recipiente cerrado
Verduras, 1 porción 2 porciones	150 g 300 g	600 W, 2-3 min. 600 W, 3-5 min.	Añadir algo de líquido.
* Colocar los biberones en la bandeja inferior del aparato.			

### Calentar aimentos

Cocine las viandas en recipientes tapados. Es conveniente removerlas o darles la vuelta entremedias.

Los alimentos suelen conservar su sabor característico. Por esta razón, el empleo de sal u otros condimentos debe ser moderado.

Cuanto menor sea la altura de las viandas, con mayor rapidez se cocinarán. Por tanto, conviene colocar las viandas de la forma más aplanada posible dentro del recipiente. De ser posible, no debería poner los alimentos en capas, unos encima de otros.

Una vez calentados, deje reposar los platos de 2 - 5 minutos para que se iguale la temperatura.

	<b>Cantidad</b>	<b>Potencia del microondas en vatios, duración en minutos</b>	<b>Consejos y advertencias</b>
Pollo entero sin vísceras, fresco	1500 g	600 W, 25-30 min.	Dar la vuelta una vez transcurrida la mitad del tiempo.
Filete de pescado, fresco	400 g	600 W, 8-13 min.	
Verduras, frescas	250 g 500 g	600 W, 6-10 min. 600 W, 10-15 min.	Cortar la verdura en trozos de igual tamaño. Añadir 1-2 cucharadas de agua por cada 100 g de verdura.
Guarniciones, p.ej., patatas	250 g 500 g 750 g	600 W, 8-11 min. 600 W, 12-15 min. 600 W, 15-22 min.	Cortar las patatas en trozos de igual tamaño. Añadir 1-2 cucharadas de agua por cada 100 g, remover.
p.ej., arroz	125 g 250 g	600 W, 4-6 min. + 180 W, 12-15 min. 600 W, 7-9 min. + 180 W, 15-20 min.	Añadir doble cantidad de líquido y utilizar un recipiente alto.
Platos dulces, p.ej., puding (instantáneo)	500 ml	600 W, 5-8 minutos	Remover bien el puding de 2-3 veces con el batidor.
Fruta, compota	500 g	600 W, 9-12 minutos	

## Consejos prácticos para usar el microondas

**No se encuentran referencias en el cuadro orientativo relativas a la cantidad de alimento que se desea preparar.**

Prolongar o reducir en tal caso la duración del ciclo de cocción en función de la siguiente regla básica:  
 Doble cantidad = casi el doble de tiempo de cocción  
 Mitad de la cantidad = mitad del tiempo de cocción

**El alimento sale demasiado seco.**

Ajustar un tiempo de cocción más corto o seleccionar una potencia del microondas menor la próxima vez. Cubrir el alimento con una tapa y agregar más líquido.



<b>El alimento no se ha descongelado, no está caliente o no está en su punto, a pesar de haber transcurrido el tiempo programado.</b>	Aumentar la duración del ciclo de cocción. Las grandes cantidades de comida y los alimentos más altos necesitan más tiempo para cocerse.
<b>Una vez transcurrido el tiempo de cocción, el plato está demasiado caliente en los bordes pero en el centro todavía no está listo.</b>	Remover el alimento durante el ciclo de cocción. Seleccionar la próxima vez una potencia menor y un tiempo de cocción más prolongado.
<b>Después de la descongelación, las aves o la carne se han empezado a cocer por fuera, pero por dentro todavía no están descongeladas.</b>	Seleccionar una potencia inferior la próxima vez. Si se trata de grandes cantidades de comida, dar la vuelta varias veces a los alimentos que se descongelan.

## Carne, aves, pescado

### En referencia a las tablas

La temperatura y la duración del asado dependerán de la composición del alimento y de la cantidad. Por esta razón, en las tablas de cocción siempre se reseñan márgenes de tiempo. Comenzar por el valor más bajo. En caso necesario, seleccionar un valor más alto la próxima vez.

En el capítulo “Sugerencias y consejos prácticos para asar y asar al grill” al final del cuadro de cocción, se facilita información adicional.

### Recipiente

Se puede utilizar cualquier recipiente resistente al calor y apto para el microondas. Los moldes metálicos sólo se pueden usar para asados sin microondas.

Los recipientes de vidrio calientes deben ponerse sobre un paño de cocina seco. El cristal puede estallar si la base de apoyo está húmeda o fría.

El recipiente puede alcanzar temperaturas muy elevadas. Utilizar paños de cocina para extraerlo.







Consejos prácticos para  
asar








Para asar, utilizar un recipiente alto de asado.

Comprobar si el recipiente cabe en el interior del horno. No puede ser demasiado grande.

En caso de preparar asados de carne magra, agregar 2 o 3 cucharadas soperas de líquido. Si se trata de un estofado de carne, agregar de 8 a 10 cucharadas soperas de líquido, según el tamaño de la pieza de carne.

Dar la vuelta a las piezas de carne cuando haya transcurrido la mitad del tiempo. Cuando el asado esté hecho debería reposar durante 10 minutos en el horno apagado y cerrado. De esta manera se puede repartir mejor el jugo de la carne.

	Potencia del micro-ondas, vatios, duración en minutos	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C, escalón del grill	Indicaciones
Estofado de vaca ca. 1000 g	–, 120 min.	1		150-170	Recipientes con tapa sobre la parrilla. Dar la vuelta dos veces.
Roastbeef, poco hecho ca. 1000 g	180 W, 30-40 min.	1		250	Recipientes sin tapa. Dar la vuelta una vez transcurrida la mitad del tiempo. Finalmente, dejar reposar durante 10 minutos.
Carne de cerdo sin corteza de tocino, aprox. 750 g, p. ej. cuello	180 W, 40-50 min.	1		220-240	Recipientes con tapa sobre la parrilla. Dar la vuelta una vez transcurrida la mitad del tiempo.
Carne de cerdo sin corteza de tocino, aprox. 1,5 kg, p. ej. espaldilla	600 W, 10 min. + –, 115-125 min.	1		180-200	Recipientes sin tapa. Finalmente, dejar reposar durante 10 minutos. No dar la vuelta.
Lomo de cerdo, aprox. 1000 g	90 W, 55-65 min.	1		210-230	Recipientes con tapa. Finalmente, dejar reposar durante 10 minutos.
Asado de carne picada aprox. 1000 g	600 W, 10 min. + 180 W, aprox. 50 min.	1		190-210	Recipientes sin tapa sobre la parrilla. Finalmente, dejar reposar durante 10 minutos.

	Potencia del micro-ondas, vatios, duración en minutos	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C, escalón del grill	Indicaciones
Pollo, entero aprox. 1000-1200 g	360 W, 25-35 min.	1		230-250	Recipientes con tapa sobre la parrilla. Colocar la parte de la pechuga hacia abajo. Dar la vuelta una vez transcurridas $\frac{2}{3}$ partes del tiempo.
Piezas de pollo, p. ej. cuarto de pollo aprox. 800 g	360 W, 35-40 min.	1		170-190	Recipientes sin tapa sobre la parrilla. Colocar la parte con piel hacia arriba. No dar la vuelta.
Pato 1500-1700 g	180 W, 60-80 min.	1		170-190	Bandeja universal. Dar la vuelta dos veces.
2 pechugas de pato de 300-400 g	90 W, 18-22 min.	2**		3	Colocar la parte con piel hacia abajo. Dar la vuelta tras 10 minutos.
2 pechugas de ganso de aprox. 500 g	90 W, 20-25 min.	2**		210-230	Colocar la parte con piel hacia abajo. Dar la vuelta tras aprox. 10 minutos.
4 muslos de ganso de aprox. 1500 g	180 W, 35-45 min.	2**		170-190	Dar la vuelta tras aprox. 20 minutos. Pinchar la piel después de dar la vuelta.
Ganso 3000-3500 g	180 W, 80-90 min.	1		170-190	Bandeja universal. Dar la vuelta dos veces.

\* Cuando se trate de carne de cerdo, practicar unos cortes en la corteza de tocino.

\*\* Parrilla en la altura 2, introducir la bandeja universal en la altura 1. Agregar 50 ml de agua en la bandeja universal.

## Consejos prácticos para asar al grill


Asar siempre la carne al grill con la compuerta del aparato cerrada y no precalentar.

Los trozos de carne para asar en el grill deberán ser del mismo grosor, en la medida de lo posible. Los bistecs deberán tener un grosor de 2 a 3 cm por lo menos a fin de que queden dorados de modo uniforme y conserven todo su jugo. Sazonar los bistecs sólo después de asarlos.

Voltear las piezas de carne utilizando las pinzas del grill. Si la carne se pincha con un tenedor perderá jugo y se secará.

La carne oscura, por ejemplo la carne de vacuno, se dora antes que la carne blanca de ternera o de cerdo. Se recomienda no dejar que se dore demasiado. Sucede a menudo que las piezas de carne blanca o los filetes de pescado, aún teniendo un color dorado claro en la superficie, están sin embargo por dentro jugosas y en su punto.

Por cierto: la resistencia del grill se desconecta y vuelve a conectarse automáticamente. Esto es normal. La frecuencia con que esto sucede depende del escalón del grill que se haya seleccionado.

	Cantidad	Peso	Altura	Grill variable 	Duración en minutos
Bistecs de 2 - 3 cm de grosor	2 - 3 piezas	200 g cada una	1+3**	Escalón 3 Escalón 3	1ª cara: aprox. 10 - 15 2ª cara: aprox. 5 - 10
Chuletas de 2 - 3 cm de grosor	2 - 3 piezas	120 g cada una	1+3**	Escalón 2 Escalón 2	1ª cara: aprox. 15 - 20 2ª cara: aprox. 10-15
Salchichas al grill	4 - 6 piezas	150 g cada una	1+3**	Escalón 3 Escalón 3	1ª cara: aprox. 10 - 15 2ª cara: aprox. 5 - 10
Rodajas de pescado*	2 - 3 piezas	150 g cada una	1+3**	Escalón 3 Escalón 3	1ª cara: aprox. 10 - 12 2ª cara: aprox. 8 - 12
Pescado, entero* p. ej., truchas	2 - 3 piezas	300 g cada una	1+3**	Escalón 2 Escalón 2	1ª cara: aprox. 10 - 15 2ª cara: aprox. 10-15
Pan de molde	12 rebanadas		3	Escalón 3 Escalón 3	1ª cara: aprox. 4 - 6 2ª cara: aprox. 2 - 3
Pan de molde	4 rebanadas***		3	Escalón 3 Escalón 3	1ª cara: aprox. 5 - 6 2ª cara: aprox. 3 - 4

\* Engrasar la parrilla previamente con aceite.

\*\* Colocar la parrilla en la altura 3 y la bandeja universal del horno en la altura 1.

\*\*\* Colocar las rebanadas de pan molde una al lado de otra en el centro de la parrilla.

# Consejos prácticos para el asado convencional y el asado al grill

<b>Vd. no encuentra referencias en el cuadro orientativo relativas al peso del asado que desea preparar.</b>	Programe el peso inferior más próximo y prolongue la duración del ciclo de cocción.
<b>¿De qué manera se puede comprobar si el asado está en su punto?</b>	Utilizar un termómetro para carnes (se puede adquirir en el comercio especializado) hacer la «prueba de la cuchara». Presionar con una cuchara contra el asado. Si la carne es consistente frente a la presión ejercida con la cuchara, está en su punto, de lo contrario deberá permanecer algún tiempo más en el horno.
<b>El asado tiene buen aspecto, pero la salsa se ha quemado.</b>	Utilice la próxima vez un recipiente de menor tamaño o agregue más líquido o agua.
<b>El asado tiene buen aspecto, pero la salsa no ha tomado color y parece aguada.</b>	Utilice la próxima vez un recipiente de mayor tamaño o agregue menos líquido o agua.
<b>Vd. ha conectado el microondas. La carne no está en su punto.</b>	<p>Corte la pieza en lonchas. Prepare la salsa en el recipiente. Coloque las lonchas de carne en la salsa. Termine de preparar la carne sólo con el microondas.</p> <p>Conecte la próxima vez el microondas desde el principio del ciclo de preparación de la carne. Utilizar un termómetro para carnes; dejar reposar el asado durante 10 minutos en el horno.</p>

# Pasteles y repostería

## Para las tablas

Los siguientes datos han sido calculados exclusivamente para la introducción de los alimentos con el horno frío.

La temperatura y la duración del ciclo de cocción dependen de la composición y de la cantidad de masa. Por esta razón en las tablas de cocción siempre reseñan márgenes de tiempo. Comenzar por el valor más bajo. En caso necesario, seleccionar un valor más alto la próxima vez. Con una temperatura más baja se consigue un dorado más uniforme.






En el capítulo “Sugerencias y consejos prácticos para hornear” al final del cuadro de cocción, se facilita información adicional a las tablas.








Colocar los moldes siempre en el centro de la parrilla.

## Moldes para hornear

Los moldes más idóneos son los metálicos de color oscuro.





Al conectar el microondas, utilizar moldes para hornear de cristal, cerámica o plástico. Estos recipientes deben presentar una resistencia al calor de hasta 250 °C. Si se emplean estos moldes, los pasteles se doran menos.

Pasteles	Recipiente	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Duración en minutos
Bizcocho, fino (p. ej., coca)*	Molde alto/ molde para roscas/molde rectangular	1		150-170	60-80
Base de la tarta con borde de pasta flora	Molde desarmable	1		180-200	30-40
Base de tarta de masa batida	Tartera	2		160-180	25-35
Tarta de bizcocho (galleta de agua)	Molde desarmable	1		170-180	30-40
Pastel con capa seca (masa batida)	Bandeja universal	2		170-180	25-35








Pasteles	Recipiente	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Duración en minutos
Pastel con capa jugosa, p. ej., masa de levadura con manzana, cubierta de azúcar y almíbar	Bandeja universal	2		170-190	45-55
Trenza de levadura con 500 g de harina	Bandeja universal	2		160-180	40-50
Bollo con 500 g de harina	Bandeja universal	2		150-170	60-70
Pizza	Bandeja universal	1		210-230	30-40
Pan de levadura 1 kg** (precalentar a 250 °C, 10 min.)	Bandeja universal	2		250 + 180	10 20-30
Tarta	Bandeja universal	1		200-220	40-50
Pasteles picante (p. ej. quiche / pastel de cebolla)	Molde desarmable o molde para quiche directamente sobre la bandeja universal	1		180-200	55-65

\* Dejar enfriar el pastel en el horno durante aprox. 20 min.

\*\* No verter nunca agua directamente en el interior del horno caliente.

Pasteles	Recipiente	Altura	Potencias del microondas, W	Duración en minutos	Tipo de calentamiento	Temperatura °C
Pastel de frutos secos	Molde desarmable	1	90 W	35-45		170-180
Tarta de frutas o requesón hecha con pastaflora*	Molde desarmable	1	360 W	30-40		170-180
Pastel de frutas fino hecho con masa de bizcocho	Molde en escudilla o molde desarmable	1	90 W	30-40		160-180
Bizcocho, sencillo	Molde alto/ molde para roscas/molde rectangular	1	90 W	30-40		160-180

\* Dejar enfriar el pastel en el horno durante aprox. 20 minutos.

Repostería		Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Duración del ciclo de cocción en minutos
Pastas y galletas	Bandeja universal	2		150-170	20-30
Merengues	Bandeja universal	2		80-100	90-110
Almendrados	Bandeja universal	2		120-140	30-40
Pasta de hojaldre	Bandeja universal	2		180-200	35-45
Panecillos (p ej., de centeno)	Bandeja universal	2		200-220	20-30
Buñuelos de viento	Bandeja universal	2		210-230	35-45
Churros y buñuelos	Bandeja universal	2		150-170	25-35

## Sugerencias y consejos prácticos para el horneado

Se quiere utilizar una receta propia.	Orientarse por un producto semejante que figure en la tabla de cocción.
Esta es la manera de comprobar si el pastel de masa batida ya está en su punto.	Unos 10 minutos antes de que concluya el tiempo de horneado señalado, pinchar el pastel en su punto más alto con un palillo de madera fino. El pastel estará en su punto cuando en el palillo no quede masa adherida.
La tarta quedó aplastada.	Emplear la próxima vez menos líquido o seleccionar una temperatura del compartimento de cocción 10 grados más baja. Observar los períodos de tiempo reseñados en la receta para batir la masa.
La tarta ha subido bien en el centro, pero hacia los bordes tiene menos altura.	Engrasar solamente la base del molde desarmable. Una vez terminado el pastel, desprenderlo con cuidado del molde, con ayuda de un cuchillo.
El pastel sale demasiado oscuro.	Seleccionar una temperatura de horneado más baja y dejar el pastel durante más tiempo en el horno.
El pastel sale demasiado seco.	Pinchar varias veces con un palillo el pastel ya terminado. Verter sobre éste unas gotas de zumo de fruta o de alguna bebida alcohólica. Seleccionar la próxima vez una temperatura 10 grados más elevada y reducir el tiempo de horneado.



---

**El pan o la repostería (por ejemplo tarta de queso) se presentan con un buen aspecto, pero por dentro están pastosos (húmedos, con zonas mojadas).**

---

Emplear la próxima vez menos líquido y dejar el producto un poco más de tiempo en el horno, a una temperatura más baja. En caso de pasteles con revestimiento jugoso, hornear primero la base de la tarta o pastel. Esparcir a continuación sobre la base del pastel almendras picadas o pan rallado, y luego poner el revestimiento. Tener en cuenta las recetas y los tiempos de horneado.

---

**La tarta no se desprende al volcar el molde.**

---

Una vez concluido el ciclo de horneado, dejar enfriar el pastel o la tarta durante unos 5 ó 10 minutos. De esta manera, la tarta se desprende con más facilidad del molde. En caso de que el pastel o la tarta continuara sin salir del molde, desprender cuidadosamente el borde de la misma con ayuda de un cuchillo. Volcar nuevamente el molde y cubrirlo varias veces con un paño húmedo y frío. La próxima vez engrasar el molde y espolvorearlo adicionalmente con pan rallado.

---

**Se ha medido con el propio termómetro la temperatura del compartimento de cocción y se han constatado divergencias en los valores.**

---

El fabricante mide la temperatura del compartimento de cocción al cabo de un tiempo determinado, con ayuda de una parrilla de comprobación específica colocada en el centro del compartimento de cocción. Todo recipiente o accesorio introducido en el horno influye sobre los valores medidos, de modo que en las mediciones que se hagan, siempre se tendrá que contar con ciertas divergencias respecto a dichos valores de referencia.

---

**Entre el molde y la parrilla aparecen chispas.**

---

Comprobar si el molde está limpio por fuera. Cambiar la posición del molde en el horno. Si esto no es de ayuda, seguir horneando sin microondas. La duración de la cocción se prolongará.

---

---

## **Consejos prácticos para el ahorro de energía**

Precalentar el horno sólo en caso de que se indique en la receta o en la tabla de cocción del plato a cocinar.

Utilizar moldes de repostería de color oscuro, lacados o esmaltados de negro. Son los que mejor absorben el calor.

En caso de querer preparar varios pasteles, se aconseja hacerlo de forma sucesiva. Al estar el horno caliente, se reducen los tiempos de horneado del segundo pastel.

Cuando el tiempo de horneado es largo, se puede desconectar el horno 10 minutos antes de que finalice el tiempo de horneado y aprovechar el calor residual para terminar la cocción.




# Soufflés, gratinados, tostadas


El siguiente cuadro de cocción ha sido calculado exclusivamente para la introducción de los alimentos en el horno frío.

Colocar el gratinado en un recipiente apto para microondas sobre la parrilla.

Para los soufflés y gratinados utilizar un recipiente grande y plano. En recipientes estrechos y altos las comidas necesitan más tiempo de cocción y se oscurecen más por la superficie.

Los soufflés y gratinados deben permanecer en el horno apagado durante 5 minutos más.







Plato	Cantidad	Recipiente	Altura	Microondas W	Duración en minutos	Tipo de calentamiento	Temp. °C grill
Gratinados dulces (p. ej. soufflé de requesón con fruta)	aprox. 1500 g	Molde plano para gratinar, de 4 a 5 cm	1	360 W	25-35		140-160
Gratinados sazonados, con ingredientes cocinados (p. ej. gratinado de pasta)	aprox. 1000 g	Molde plano para gratinar, de 4 a 5 cm	1	600 W	20-25		150-170
Gratinados sazonados, con ingredientes crudos* (p. ej. gratinado de patatas)	aprox. 1100 g	Molde plano para gratinar	1	600 W	20-25		180-200

Plato	Cantidad	Recipiente	Altura	Microondas W	Duración en minutos	Tipo de calentamiento	Temp. °C grill
Gratinar rebanada	2 a 4 rebanadas	Bandeja universal	2	Dependiendo de la capa: 180 W	8-10		Escalón 3
* Pretostar rebanadas de pan inglés							

## Alimentos precocinados congelados

Observar las indicaciones del fabricante que aparecen en el envoltorio.

El cuadro de cocción siguiente ha sido calculado exclusivamente para la introducción de los alimentos en el horno frío.

Plato		Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Duración, en minutos
Pastel de manzana con relleno de fruta	Bandeja universal	2		200-220	30-40
Patatas fritas	Bandeja universal	2		220-230	20-25
Pizza	Bandeja universal	1		180-200	20-25
Pizza-baguette	Bandeja universal	1		180-190	15-20
Croquetas	Bandeja universal	2		200-220	25-35
Tortitas de patata	Bandeja universal	2		200-220	25-35

---

# La acrilamida en los alimentos

Los especialistas están discutiendo actualmente hasta qué punto puede ser dañina la acrilamida. En base a los resultados obtenidos en las investigaciones actuales hemos confeccionado esta hoja informativa para usted.

## ¿Cómo se forma la acrilamida?

La acrilamida no se forma en los alimentos a partir de agentes contaminantes externos. La acrilamida se forma al preparar alimentos que contienen un alto contenido en almidón y componentes proteicos. Cómo ocurre exactamente esto, todavía no se ha aclarado del todo. Pero se intuye que el contenido de acrilamida se ve fuertemente influido por:

altas temperaturas  
cantidad reducida de agua en los alimentos  
productos demasiado dorados.

## ¿Qué alimentos están afectados?

La acrilamida se forma sobre todo en productos hechos de patata o cereales sometidos a altas temperaturas tales como:

patatas chips, patatas fritas,  
tostadas, panecillos, pan,  
productos de panadería de pastaflores (galletas, pan de especias, bastones de galleta).

---

## ¿Qué puede hacer?

Puede evitar los valores elevados de acrilamida al hornear, asar y asar al grill.  
Las siguientes recomendaciones se publicaron en el folleto aid<sup>1</sup> y el comunicado BMVEL<sup>2</sup>:

### Generalidades:

Establezca tiempos de cocción lo más cortos posible.

“Dorar en lugar de carbonizar”, cocer los alimentos hasta conseguir un color dorado.

Cuanto mayor sea el alimento, menor es la cantidad de acrilamida que contiene.

**Hornear:** ajuste una temperatura de aire caliente de máx. 180 °C.

Galletas: ajuste una temperatura de aire caliente de máx. 170 °C. Si la receta contiene huevo o yema de huevo, la formación de acrilamida se reduce.

Distribuir las patatas de forma uniforme por el horno y en una capa sobre la bandeja en la medida que sea posible. Para evitar un desecado rápido, hornear un mínimo de 400 g por bandeja.

<sup>1</sup> folleto informativo “Acrilamida” publicado por aid y BMVEL, fecha 12/02,Internet:<http://www.aid.de>.

<sup>2</sup> Comunicado de prensa 365 de BMVEL el día 4 de diciembre de 2002,Internet:<http://www.verbraucherministerium.de>.

# Comidas normalizadas

Existen institutos que verifican la calidad y el funcionamiento de los microondas combinados con ayuda de estos platos.

Según las normas EN 60705, IEC 60705 DIN 44547 y EN 60350

## Descongelar con microondas




Plato	Potencia del microondas, vatios, duración en minutos	Consejos y advertencias
Carne	180 W, 7 + 90 W, 7-10	Colocar el molde de vidrio pyrex de 22 cm de Ø en la parrilla, altura 1. Retirar la carne ya descongelada aprox. tras 13 minutos.

## Cocción con microondas

Plato	Potencia del microondas, vatios, duración en minutos	Consejos y advertencias
Mezcla de leche y huevos	360 W, 20 + 180 W, 20-25	Colocar el molde de vidrio pyrex en la parrilla, altura 1.

Plato	Potencia del microondas, vatios, duración en minutos	Consejos y advertencias
Bizcocho	600 W, 8-10	Colocar el molde de vidrio pyrex de 22 cm de Ø en la parrilla, altura 1.
Asado de carne picada	600 W, 20-25	Colocar el molde de vidrio pyrex en la parrilla, altura 1.

### Cocción con microondas, combinado






Plato	Potencia del microondas, vatios, duración en minutos	Tipo de calentamiento	Tempe-ratura °C	Consejos y advertencias
Gratinado de patatas	600 W, 20-25		170-190	Colocar el molde de vidrio pyrex de 22 cm de Ø en la parrilla, altura 1.
Pasteles	180 W, 15-20		180-200	Colocar el molde de vidrio pyrex de 22 cm de Ø en la parrilla, altura 1.
Pollo*	360 W, 25-30		200-220	Dar la vuelta después de 15 minutos.



\* Colocar la parrilla en la altura 2 y la bandeja universal del horno en la altura 1.

Según la norma DIN 44547 y EN 60350

### Hornear

El cuadro de cocción siguiente ha sido calculado exclusivamente para la colocación de los alimentos en el horno frío.


	Recipientes y consejos	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Tiempo de cocción, minutos
Churros y buñuelos	Bandeja universal	2		160-180	20-30
				150-170	20-30
Pastelitos*	Bandeja universal	2		170-190	20-30
				150-170	20-30
Bizcocho de agua	Molde desarmable en la parrilla	1		170-190	30-40

	Recipientes y consejos	Altura	Tipo de calentamiento	Temperatura °C	Tiempo de cocción, minutos
Pastel plano de levadura	Bandeja universal	2		170-190	45-55
Pastel de manzana recubierto	Molde desarmable de hojalata de 20 cm de Ø directamente sobre la bandeja universal	1		200-220	70-90

\* Precalentar el horno durante 5 minutos.

**Asar al grill**

El cuadro de cocción siguiente ha sido calculado exclusivamente para la colocación de los alimentos en el horno frío.

Plato	Accesorios	Altura	Grill 	Duración, en minutos
Dorar tostadas	Parrilla	3	3	5-8
Hamburguesa de ternera 12 piezas*	Parrilla y bandeja universal	3 1	3	30

\* Dar la vuelta transcurrido ⅔ del tiempo.

## This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal grey lines across its entire width, providing a template for writing or drawing. The margins are consistent on all sides.