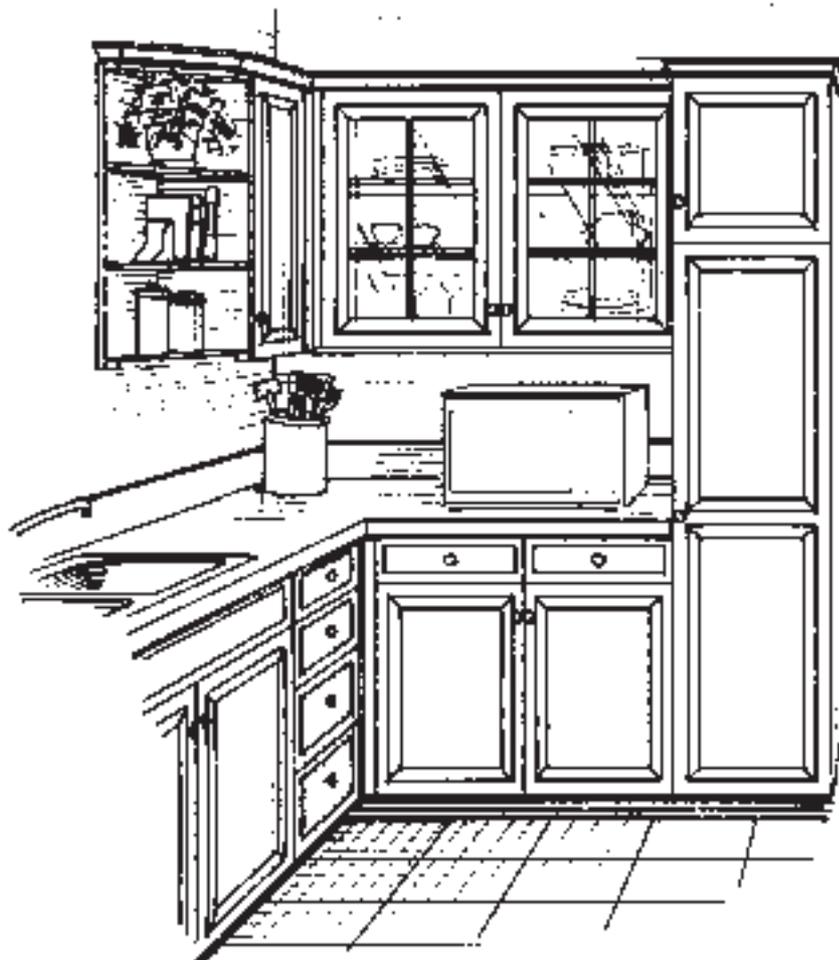


Panasonic®



使用说明书 变频蒸气微波炉 型号: NN-CS596A XPE



使用前，请仔细阅读本说明书及保修证并妥善保管

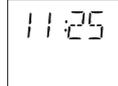
松下电器顾客咨询服务中心: 800-810-0781
手机/小灵通/未开通800业务地区: 400-810-0781
松下电器中文网址: <http://panasonic.cn>

简明操作指南

当您插上微波炉的电源插头，显示屏显示“8888”，即可开始使用微波炉。

功能	使用方法							
温控再加热设定 (第9页)	 按1次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.  设定所需烹调温度	→	开始 Start  按1次			
蒸气再加热设定 (第12页)	 按2次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. (非必要步骤)  选择“增加”或“减少”	→	开始 Start  按1次			
蒸气解冻设定 (第13页)	 按1次	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需解冻的重量	→	开始 Start  按1次			
微波火力设定 (第16页)	方法1:  按1~6次选择不同的火力	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→	开始 Start  按1次			
	方法2:  按1次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.  设定所需烹调的火力	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→	开始 Start  按1次	
蒸气微波设定 (第20页)	方法1:  按1~2次选择不同的火力	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→	开始 Start  按1次			
	方法2:  按1次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.  设定所需烹调的火力	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→	开始 Start  按1次	
一按蒸气设定 (第21页)	热风烧烤、热风脆烤 或复合脆烤加热途中	→	 按2秒钟，设定追加1分钟蒸气	→	 (非必要步骤) 如果需要再多追加1~2分钟蒸气，请在前一步状态出现后3秒内连续按键1~2次			
热风烧烤设定 (第22页)	无需预热时:  按1次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.  设定所需烹调的温度	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→	开始 Start  按1次	
	需要预热时:  按1次	→	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.  设定所需烹调的温度	→	开始 Start  按1次 预热结束 放入食品	→	时间/重量 Time/Weight  设定所需烹调的时间	→

简明操作指南

功能	使用方法
发酵设定 (第25页)	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  →  按1次 设定40°C发酵的温度 设定所需发酵的时间 按1次
热风脆烤设定 (第26页)	无需预热时: 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  →  按2次 设定所需烹调的温度 设定所需烹调的时间 按1次
	需要预热时: 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 开始 Start 预热结束 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  → 放入食品 →  →  按2次 设定所需烹调的温度 按1次 设定所需烹调的时间 按1次
复合脆烤设定 (第28页)	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  →  按3次 设定所需烹调的火力 设定所需烹调的时间 按1次
变频烧烤设定 (第30页)	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  →  按4次 设定所需烹调的火力 设定所需烹调的时间 按1次
时钟设定 (第32页)	时间/重量 Time/Weight  →  →  按2次 设定时间(12小时) 按1次
计时设定 (第33页)	时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  按1次 设定所需计时的时间 按1次
放置时间设定 (第33页)	设所需烹调的火力和时间 时间/重量 Time/Weight 开始 Start  →  →  按1次 设定所需放置的时间 按1次
延时启动设定 (第33页)	时间/重量 Time/Weight 设所需烹调的火力和时间 开始 Start  →  → 设所需烹调的火力和时间 →  按1次 设定所需延时的时间 按1次
儿童安全锁设定/取消 (第36页)	设定: 显示 取消: 显示 开始 Start  停止/再调整 Stop/Reset  或  按3次 按3次

简明操作指南

功能	使用方法
提示语言(英语)设定 (第37页)	 开始 Start 通电后按1次 →  时间/重量 Time/Weight 设定提示语言
音乐提示音设定 (第38页)	 开始 Start 通电后按2次 →  时间/重量 Time/Weight 设定音乐提示音
待机省电模式设定 (第39页)	 停止/再调整 Stop/Reset → 进入省电模式 → 按任意键 → 恢复显示 冒号或时钟状态下按1次 <div style="display: inline-block; border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px;">11:25</div> 或 <div style="display: inline-block; border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px;">:</div>
电脑烹调设定及菜谱 (第41页)	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. →  时间/重量 Time/Weight →  开始 Start 选择所需烹调的菜谱 设定所烹调的重量或份数 按1次

友情提示

1. 使用蒸气微波炉后会产生大量水蒸气，待微波炉冷却后及时擦干腔体、盛水槽及装饰板。
2. 初次使用烧烤功能时，微波炉可能会有白烟及异味冒出，这是由于机油挥发所致，属于正常现象。
3. 微波炉烹调结束后电动风扇会继续工作一段时间，这是正常现象。
4. 使用时如发现任何问题或困难，请拨打松下电器顾客咨询服务中心电话800-810-0781或400-810-0781。

Quick Guide to Operation(英文简明操作指南)

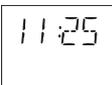
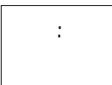
After plugging in, "0000" will appear in the display window, then you can start to operate.

Feature	How to Operate									
To Reheat using IR Reheat (page 9)	 Press once	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Set temperature	→	 开始 Start Press once					
To Reheat using Steam Reheat (page 12)	 Press twice	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Optional (If necessary)	→	 开始 Start Press once					
To Use Steam Defrost (page 13)	 Press once	→	 时间/重量 Time/Weight Set weight	→	 开始 Start Press once					
To Set Microwave Power (page 16)	 Press once to 6 times to set power	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→	 开始 Start Press once					
	 Press once	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Set power	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→	 开始 Start Press once			
To Set Micro Steam (page 20)	 Press once or twice to set power	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→	 开始 Start Press once					
	 Press once	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Set power	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→	 开始 Start Press once			
Steam Shot Setting (page 21)	During Convection, Convection Grill or Grill	→	 蒸气微波 Micro Steam Press 2 seconds to set 1 minute steam	→	 蒸气微波 Micro Steam (If necessary) Press once or twice in 3 seconds after step 2 to add 1~2 minutes steam					
To Use Convection (page 22)	 Press once	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Set temperature	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→	 开始 Start Press once			
	 Press once	→	 菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. Set temperature	→	 开始 Start Press once	→	after preheat put the food into the oven	→	 时间/重量 Time/Weight Set time	→

Quick Guide to Operation(英文简明操作指南)

Feature	How to Operate
To Use Ferment (page 25)	<p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start</p> <p>Press once Set 40°C Set time Press once</p>
To Use Convection Grill (page 26)	<p>Without Preheating:</p> <p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start</p> <p>Press twice Set temperature Set time Press once</p> <p>With Preheating:</p> <p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 开始 Start after preheat 时间/重量 Time/Weight 开始 Start</p> <p>Press twice Set temperature Press to preheat Set time Press once</p>
To Use Grill (page 28)	<p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start</p> <p>Press 3 times Set power Set time Press once</p>
To Use Combination (page 30)	<p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 时间/重量 Time/Weight 开始 Start</p> <p>Press 4 times Set power Set time Press once</p>
To Set Clock (page 32)	<p>时间/重量 Time/Weight</p> <p>Press twice To Set time (12 hours) Press once</p>
To Use as a Kitchen Time (page 33)	<p>时间/重量 Time/Weight</p> <p>Press once Set time Press once</p>
To Set Stand Time (page 33)	<p>Set cooking power and time</p> <p>Press once Set time Press once</p>
To Set Delay Start (page 33)	<p>时间/重量 Time/Weight</p> <p>Press once Set time Set cooking power and time Press once</p>
To Set/Cancel Child Safety Lock (page 36)	<p>To Set Display Cancel Display</p> <p>Press 3 times Press 3 times</p>

Quick Guide to Operation(英文简明操作指南)

Feature	How to Operate
Language Conversion (page 37)	<p>开始 Start </p> <p>Press once after plugging in</p> <p>时间/重量 Time/Weight </p> <p>Select the language</p>
Music Reminding Setting (page 38)	<p>开始 Start </p> <p>Press twice after plugging in</p> <p>时间/重量 Time/Weight </p> <p>Select the music</p>
To Set/Cancel Power Saving Mode (page 39)	<p> 停止/再调整 Stop/Reset</p> <p>Press once</p> <p>Go into saving mode</p> <p>Press any key</p> <p>Display</p> <p> or </p>
To Cook using Auto Cook (page 41)	<p>菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. </p> <p>Select the menu</p> <p>时间/重量 Time/Weight </p> <p>Set serving/weight</p> <p>开始 Start </p> <p>Press once</p>

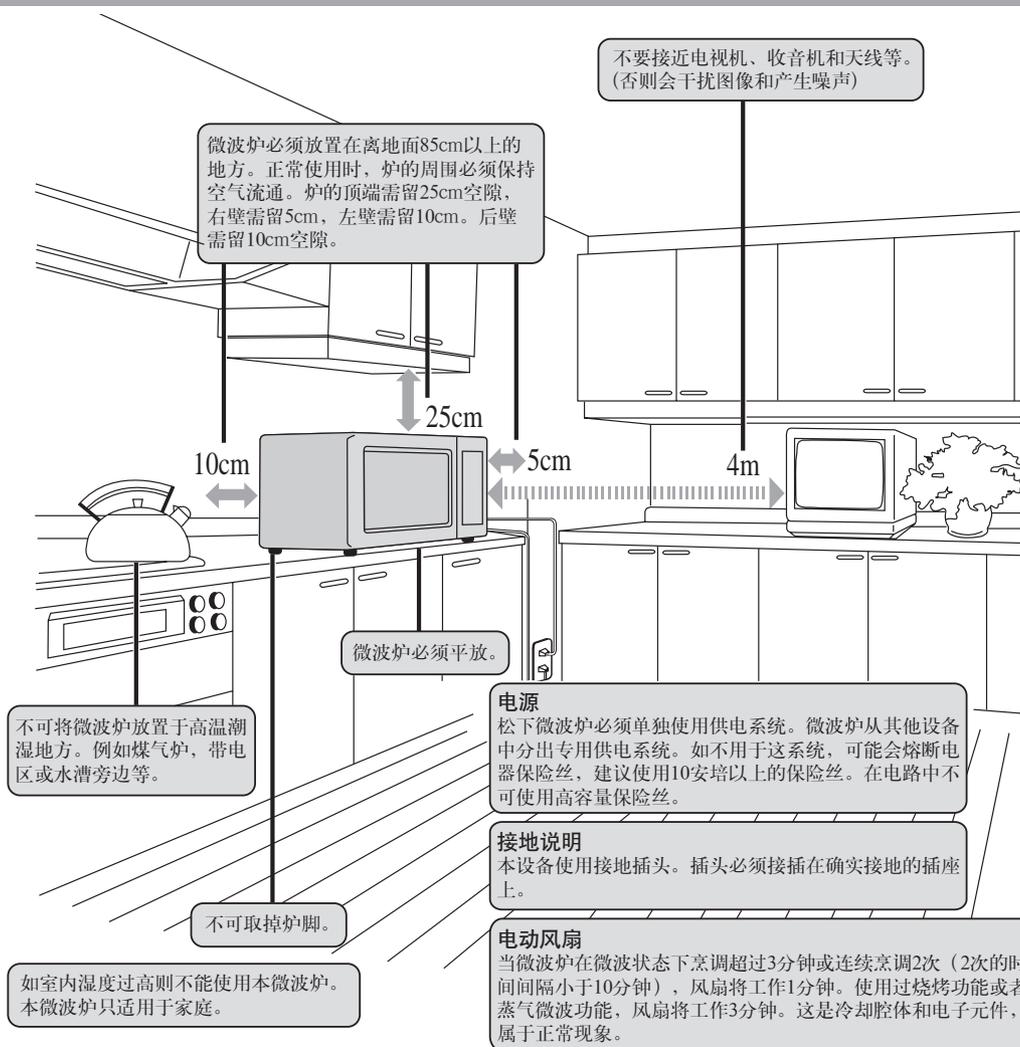
NOTES

1. When using the steam function, always clean and wipe the cavity, flume and decorative plate after cooling the oven.
2. It's normal if white smoke gives off when first time using the grill, combination or oven function.
3. After using the microwave oven, the fan motor will continue operating several minutes. It's normal.
4. If you have any question or problem, please call the hotline 800-810-0781 or 400-810-0781 by telephone.

目次

微波炉的放置	1
规格	1
微波烹调注意事项	2
功能指示	4
微波烹调用具的选择	6
控制面板	7
显示窗介绍	8
旋钮介绍	8
再加热设定	9
温控再加热设定	9
温控再加热(建议加热食品的温度)	11
蒸气再加热设定	12
蒸气解冻设定	13
微波解冻设定	14
解冻技巧	15
微波火力设定	16
快速加时设定	19
蒸气微波设定	20
一按蒸气设定	21
烧烤选择设定	22
热风烧烤功能设定	22
脆烤煎盘放置方法	24
发酵功能设定	25
热风脆烤功能设定	26
复合脆烤功能设定	28
变频烧烤功能设定	30
时钟设定	32
计时设定	33
三段连动烹调程序设定	34
儿童安全锁设定/取消	36
语言(英语)/音乐提示音设定	37
语言(英语)提示设定	37
音乐提示音设定	38
待机省电模式设定	39
排水功能设定	40
电脑烹调设定及菜谱	41
菜谱中英文对照表(Ch-En menu)	49
清洁设定	50
微波炉加热原理	51
食物的特性	51
烹调技巧	52
微波炉的保养	53
要求修理服务之前	54

微波炉的放置



规格

型号:	NN-CS596A XPE
额定电压:	220 V ~ 50 Hz
额定消耗功率: 微波火力:	950 W
	电热:
初期输入电流: 微波火力:	7.4 A
	组合烧烤:
额定输出功率: 微波火力:	1,000 W
炉身外形体积(含手柄)(宽×深×高):	523 mm × 505 mm × 320 mm
炉内体积(宽×深×高):	354 mm × 343 mm × 205 mm
炉腔容积:	27 L
微波振荡频率:	2,450 MHz
净重:	22 kg
噪声(GB19606):	58 dB

*IEC程序测试

重量和体积以约数计算。

规格如有改动无须先行通知。

关于生产的批号(机号)和制造商，请参看微波炉的铭牌。

本产品符合下列国家安全标准:

GB4706.1

GB4706.21

GB4706.22

企业产品标准号: Q/YXSS1

社内检查合格制品

微波烹调注意事项

I 检查是否损坏

每次使用微波炉前请确认以下各项：

1. 炉体是否有损伤、开裂。
2. 炉门是否损坏，开关是否正常。
3. 门栓是否妥当。
4. 炉门上镶着金属绝缘网孔的金属板是否弯曲或变形。
5. 炉门上的绝缘网孔是否沾上食物或聚积油污。

II 预防事项

请注意以下事项。（否则会引起微波外泄）

1. 在炉腔内没有食物的情况下，请不要启动微波程序。
2. 切勿损坏炉门的安全锁。
3. 当微波炉运转时，请勿放入任何与烹调无关的物品，特别是金属物体。
4. 切勿放入任何金属物体于炉内，包括金属容器，碟盘或任何装饰品等。
5. 也不可让其它金属物体或速食食品外的铝箔包装碰触炉壁。
6. 经常保持炉内清洁，擦拭时请先拔掉电源插头，使用柔和清洁剂清洗炉门及绝缘网孔。不可使用具有腐蚀性的清洁剂，以免损坏炉门。
7. 使用微波炉时必须使用合适的器皿。
8. 使用微波炉时，炉内应放有可吸收能量的物质。（例如：食物、水）本说明书特别许可的情况除外。
9. 炉门开启时，请勿将容器在炉门上拖动，且炉门负重不可超过5.0kg。
10. 使用微波炉时，切勿使用密封容器。婴儿用的奶瓶亦属密封容器。
11. 在无人监护的情况下，不要让儿童或身体虚弱的人使用微波炉。
12. 要照看好儿童，以免儿童把微波炉当玩具玩耍。

III 使用要点

1. 首次使用任何一种烧烤功能时，如有白烟冒出，并非是故障现象。
2. 使用任何一种烧烤功能过程中，炉身、排风口及炉门亦会受热，请小心开关炉门及取放食物和器皿。

使用要点说明

使用微波炉时，为避免产生意外，必须注意下列基本安全要点：

（否则会引起微波外泄）

1. 在使用微波炉前，请参阅使用要点。
2. 生鸡蛋及密封盒之类的东西，（例如：密封的玻璃瓶及婴儿用奶瓶）容易引起爆裂，故不能放入炉内加热。
3. 本产品只适用于本说明书所说明的用途。
4. 儿童不可单独使用微波炉。
5. 当微波炉操作不正常，或受损坏及碰撞时，应停止继续使用。
6. 不可用于室外。
7. 不可将电源线或插头浸入水中。
8. 不可将电源线接近高温处。
9. 不可将电源线挂在桌子或柜台边。
10. 为避免微波炉起火：
 - (a) 不可过分烹调食物。注意放入炉内的材料，如：纸、塑料或其它易燃物品等。
 - (b) 盒子放入微波炉时，请撤去金属包装带。
 - (c) 万一炉内的东西着火，请勿打开炉门并按【停止/再调整】键。然后拔去电源插头，或关掉屋内电源总开关。
11. 除有资格的维修人员外，其他人来执行检修操作都是危险的，包括拆下防止微波能量泄漏的防护盖等操作。
12. 本微波炉只适用于家庭。

漏电保护器使用注意事项

1. 请定期检测漏电保护器是否正常工作。
2. 漏电保护器应保持清洁、完整，不可有破损。
3. 请不要用湿手碰触漏电保护器。
4. 请不要将水或清洁剂等泼洒在漏电保护器上。

微波烹调注意事项

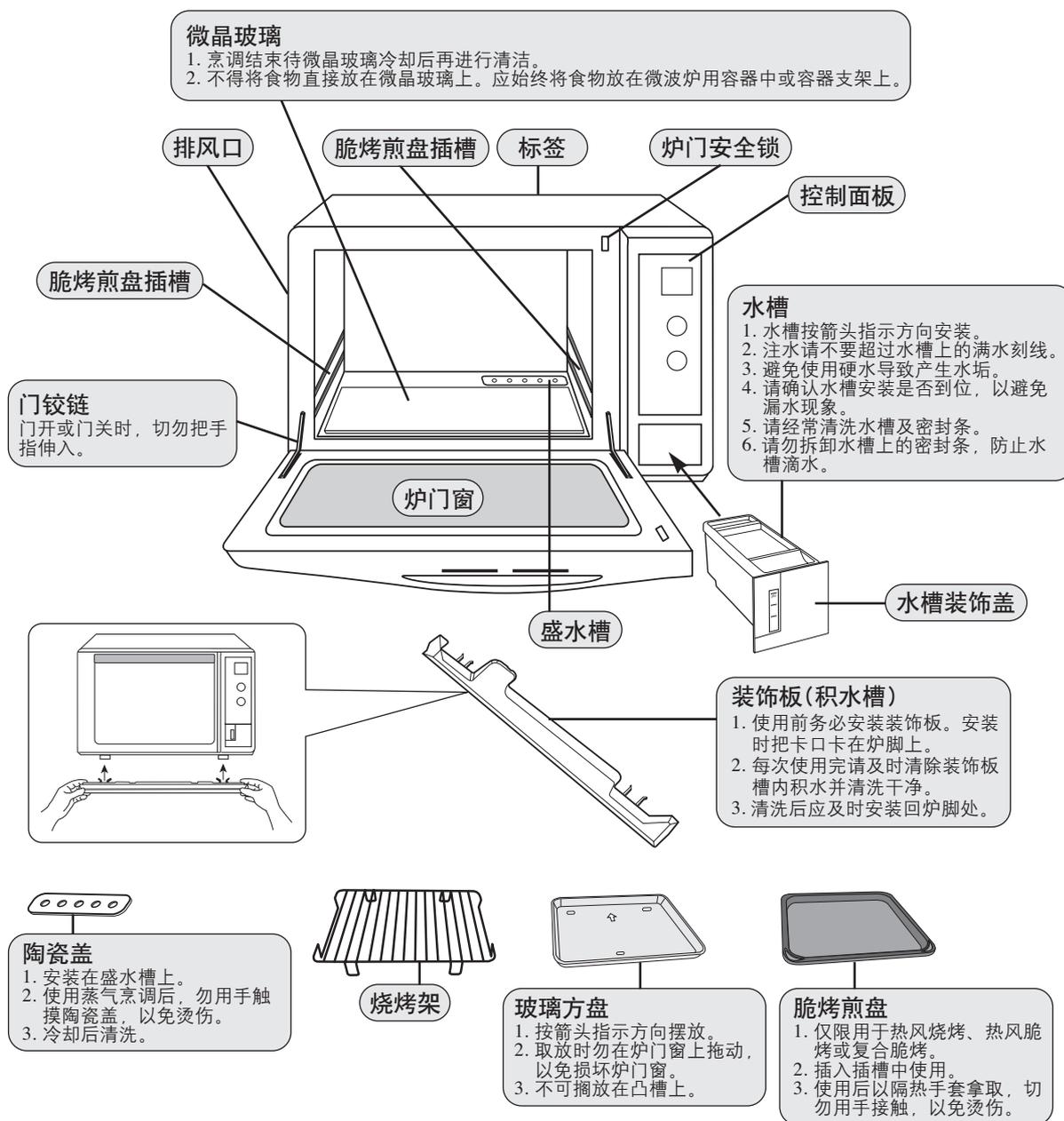
一般使用

1. 切勿让微波炉空转，因为当没有食物或水份在炉内吸收能量时，微波能量不停地在炉内反射，会引起温度过高而发生异常。
2. 如果炉内起烟着火请关紧炉门，并按【停止/再调整】键。然后拔下电源线，或关闭电源或保险丝处的开关。
3. 不要在炉内烘干布类、报纸或其它东西。
4. 不可使用再生纸类制品，因其含有容易引起火花和着火的杂质。如使用铝箔进行解冻时，切勿让铝箔碰触炉腔内壁。
5. 不可将报纸或纸盒用于微波炉。
6. 不可敲打控制面板以免导致控制器失效。
7. 取出已煮完的食物时必须使用锅夹，以免烫伤。因为热量会从高温的食物传至烹调容器，然后再由烹调容器传至微晶玻璃，此时，从炉内取出烹调容器时，炉腔底部的微晶玻璃及加热容器的底部会很烫。
8. 不可将易燃物品放在微波炉周围或腔体内，以免导致起火。
9. 如非食谱指定，不可直接在微晶玻璃上烹煮食物。（食物必须放入合适的烹调器皿中。）
10. 请勿使用微波炉加热化学试剂或其他非食物制品。不可用含有腐蚀性化学试剂的制品清洗微波炉。在炉内加热腐蚀性化学试剂可能会引起微波外泄。
11. 当微晶玻璃仍很热时，待其冷却后方可清洁。
12. 使用微波烹调时不可使用烧烤架或脆烤煎盘。
13. 使用变频烧烤功能时，切勿直接放置铝质或金属容器于烧烤架上，应在铝质容器和烧烤架之间放上微波耐热容器，以防产生火花。
14. 脆烤煎盘使用后切勿用手直接拿取，请使用隔热手套，以免烫伤。

食物

1. 不可将密封瓶罐装的食物，放入微波炉中烹调，因为当气压增加，瓶罐可能会爆炸。
2. 不可用微波炉煎炸食物。
3. 不可煮带壳的鸡蛋和未刺破的鸡蛋黄，如果煮带壳的鸡蛋无论生熟与否，或者加热未刺破的鸡蛋黄，由于压力会使鸡蛋或鸡蛋黄爆裂，容易引起产品受损、人员烫伤、受伤等事件发生。
4. 土豆、苹果、蛋黄、板栗、红肠、鸡翅等带皮的食物在烹调前必须用叉或刀穿孔以防止烧焦破裂。
5. 当加热汤、汁料或饮品等液体食物时，若加热过度会出现溅溢现象。要避免这种情况发生，请留意以下各点：
 - (a) 避免使用“直身窄口”或壁厚细长的容器。
 - (b) 不要过分加热。
 - (c) 加热前以及加热中途请略加搅拌。
 - (d) 加热后，先让食物在炉内搁置片刻，略加搅拌后取出。
 - (e) 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。
 - (f) 使用婴儿食品罐加热食物后应经过搅拌或摇动，喂食前应检查瓶内食物的温度，避免烫伤。
6. 不可使用一般的温度计，应使用测肉温度计检查牛肉或鸡肉的烹调结果。如果烹调不足则再放入炉内用适当的火力及时间多煮数分钟。
7. 烹调食谱仅提供了烹调的大约时间。影响烹调时间的因素有：所喜欢的生熟程度、开始温度、海拔高度、份量、大小、食物形状和盛食器皿。如果您熟悉微波炉的操作，则可以适当参照以上这些因素，修正烹调时间。
8. 烹调食物时最好是宁可煮不足也不要煮过分。如果食物煮不足则可重新再加以烹调，但如果烹调过分则无法补救。请尽可能时常选用最短时间。
9. 爆米花必须用微波炉专用的爆米花器皿盛载。另外一些纸袋包装的微波爆米花亦可用微波炉烹调。请依照食品制造商的说明指示及用法。烹调爆米花时，请加倍注意，切勿离开。
10. 加热塑料、纸制品或不耐热容器包装的快餐食物时，请务必留意食物的烹调情况。

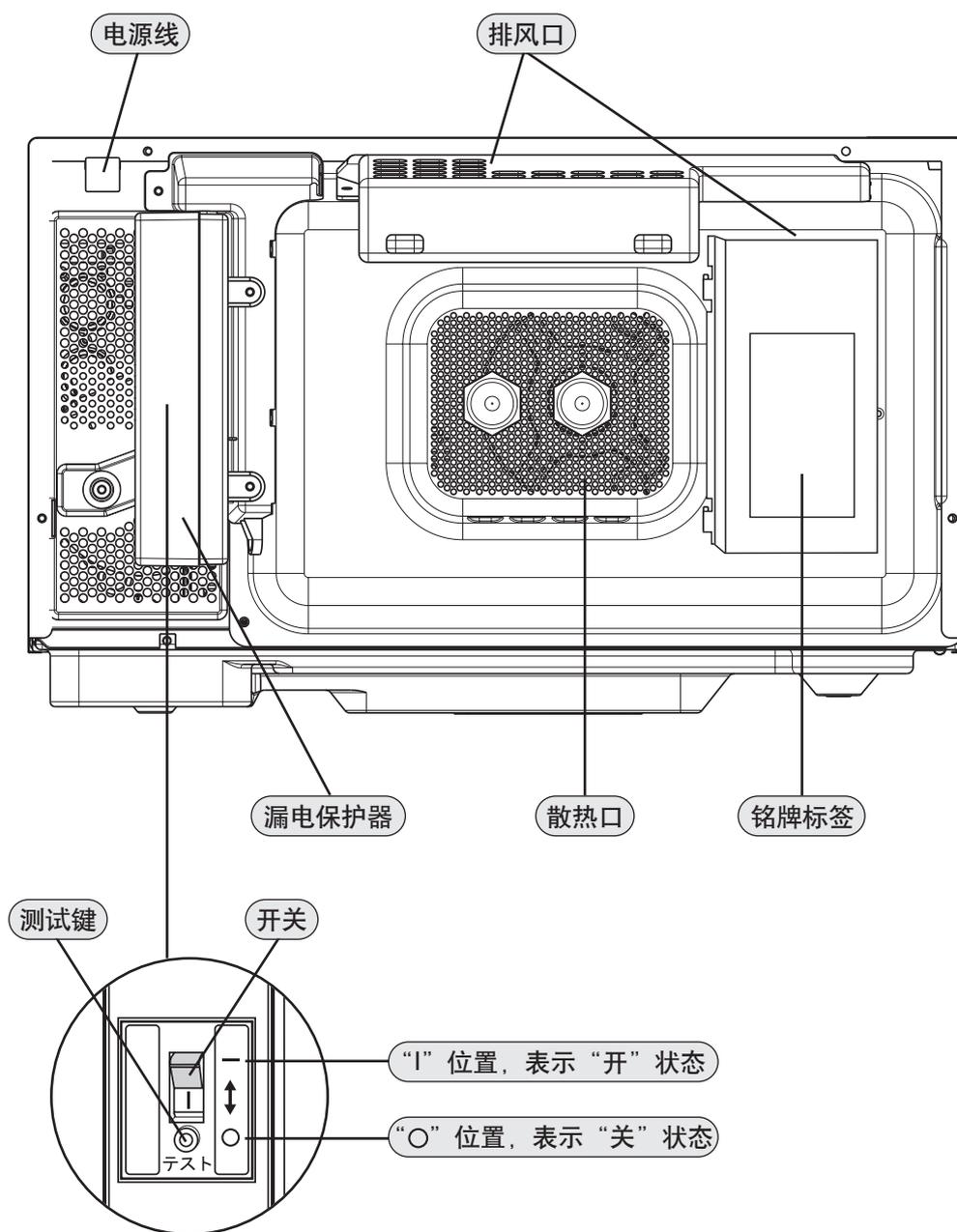
功能指示(正视图)



警告

- (a) 门缝范围应以湿布清洁。检查产品的门边线缝、微晶玻璃，若有损坏，必须停止使用，并送去指定的维修店修理，经有资格的维修人员修好为止，让他人修理，会有危险。
- (b) 如果电源线损坏，为避免危险，必须由制造厂或其维修部或类似的专职人员来更换。
- (c) 使用前，必须检查清楚所用的烹调器具是否适用于微波炉。
- (d) 液体食品或其他食品一定不要放在密封的容器里加热，因为这样有可能会发生爆炸，同时应防止沸腾液体延迟喷溅，以防烫伤。
- (e) 只有让儿童学会如何使用微波炉后，才可让他们安全使用微波炉，并让儿童知道使用方法不正确所带来的危害。

功能指示(后视图)



※ 漏电保护器的作用：

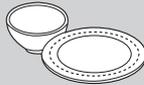
漏电保护器既能保护人身安全，又能保护微波炉免受损坏。当微波炉不能正常启动时，请先检查漏电保护器开关位置：如果开关位于“O”位置，请推至“I”位置；若不能复位到“I”位置，请联络松下指定维修点。

※ 漏电保护器的测试方法：

为了安全起见，请定期对漏电保护器进行测试，建议测试周期为每月1次左右。

测试方法：在微波炉通电的情况下，按下测试键，如果开关跳到“O”位置，说明漏电保护器工作正常，否则请联络松下指定维修点。

微波烹调用具的选择

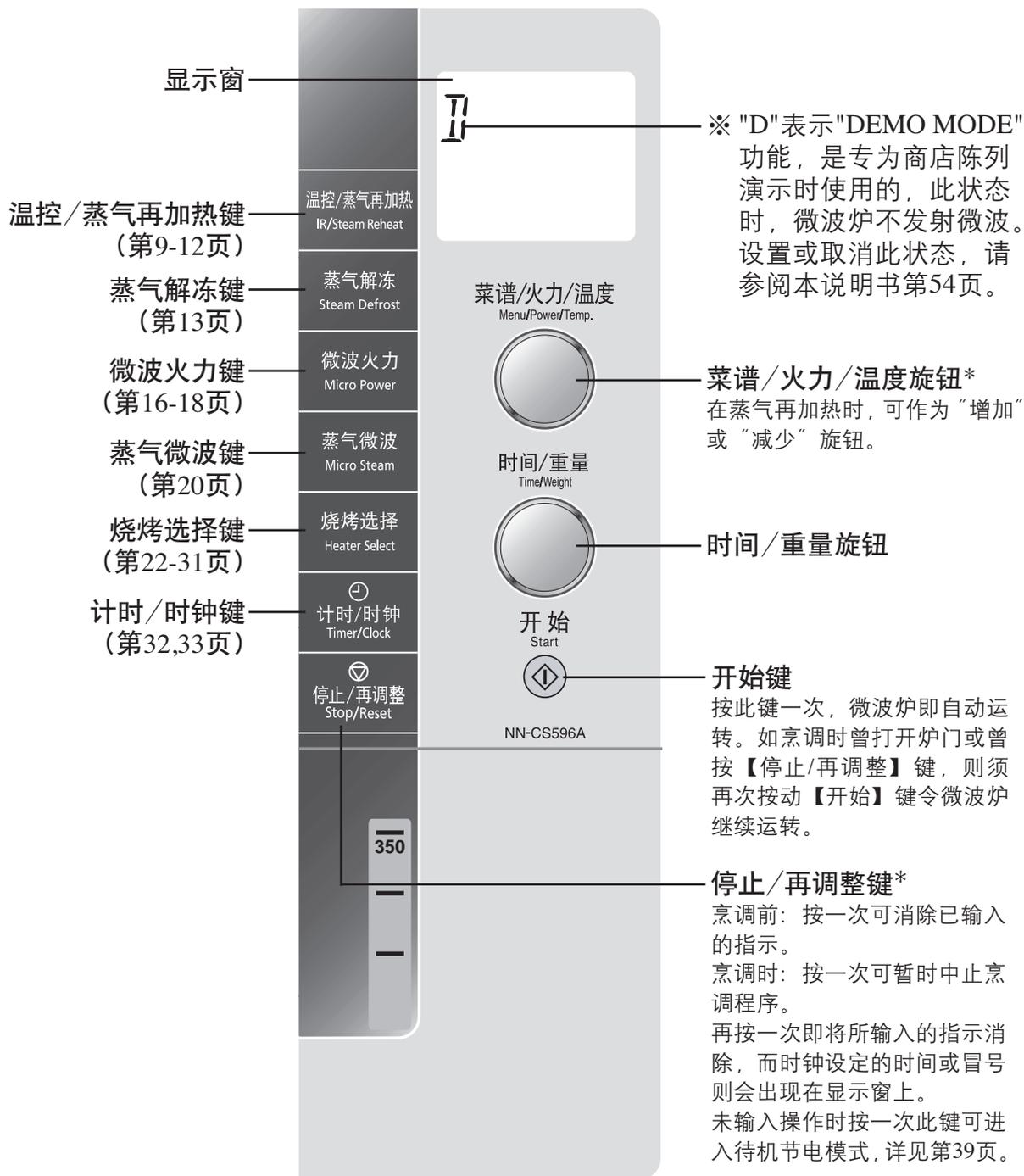
容器的种类	微波火力	热风烧烤/热风脆烤	变频烧烤
耐热性玻璃容器 	可使用 • 果酱等产生高温的料理请使用抗突冷、突热的超耐热玻璃制品。	可使用	可使用
无耐热性玻璃容器 	不可使用 • 雕花玻璃、强化玻璃也不能使用。	不可使用	不可使用
耐热性塑料容器 	可使用 • 请使用有[可微波炉用]标识的容器。 ※ 请注意容器盖中有耐热性差的一类。 ※ 密封性强的盖子请避免使用。 ※ 含高油、高糖份的食物可产生高热不能使用。	不可使用 ※ 烧烤用指定容器可以使用。	不可使用
无耐热性塑料容器 	不可使用 • 受微波影响变质的东西不能使用(聚乙烯、三聚氰氨、酚、尿素树脂等)。 ※ 只是解冻生鲜食品时泡沫制托盘可使用。	不可使用	不可使用
陶器·瓷器 	可使用 ※ 有彩图、金银装饰的容器会引起划伤、火花等不能使用。	可使用 ※ 内侧有彩图的容器,会引起颜色剥落请避免使用。	可使用
漆器 	不可使用 • 有可能会发生漆脱落、断裂现象。	不可使用	不可使用
铝等的金属容器 	不可使用 • 金属网、金属串等也会引起火花不能使用。 • 微波炉专用的着色用盘(金属制品)也不能使用。	可使用 ※ 把手是树脂材料的话也不能使用。	不可使用
木·竹·纸制品 	不可使用 • 容易燃烧。	不可使用 ※ 料理温度在250°C以下时,可以使用经过耐热加工处理的纸制品。	不可使用
微波炉专用保鲜膜 	可使用 ※ 建议使用耐热温度为140°C的保鲜膜。 ※ 多油的料理不能使用。	不可使用 • 经受高温会熔化。	不可使用
铝箔 	不可使用 ※ 利用微波反射性质有时也使用(比如解冻生鲜食品)。	可使用 • 用铝箔把食物包好进行烘烤。	不可使用



检查容器是否可在微波炉内安全使用:

拿一个玻璃杯装300ml的冷水,一起和试验的容器放进微波炉里,调至高火煮一分钟。假如这个容器保持不热,但水变热,那么它就是安全的微波烹饪容器,若这个容器变热,证明它已经吸收了一些微波,绝对不可使用,这个试验不可用在塑料容器上。

控制面板

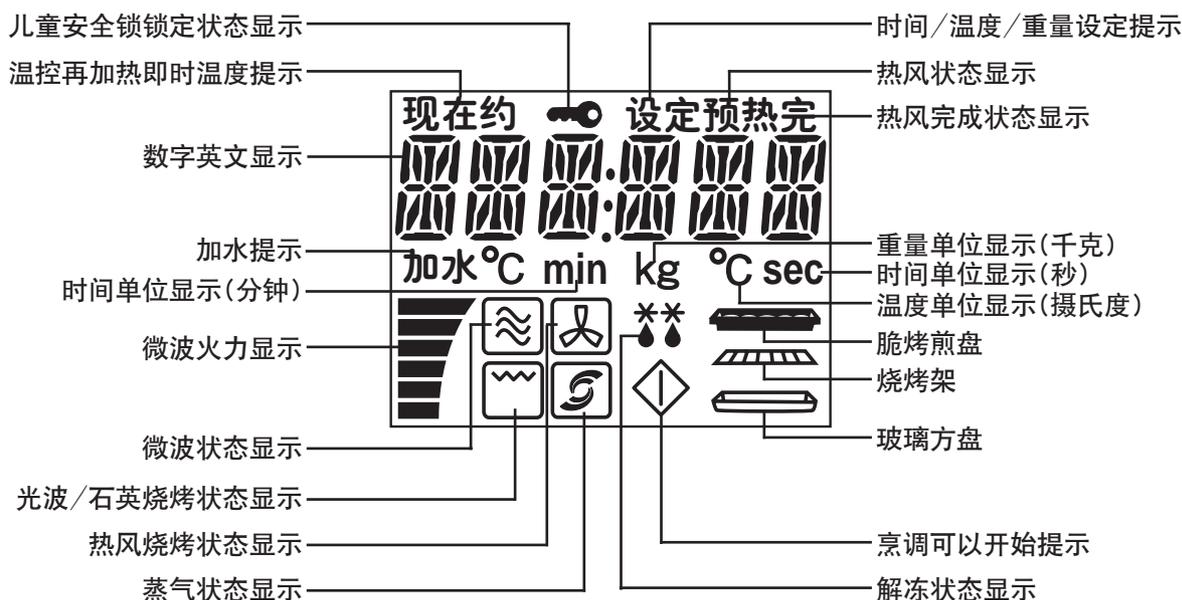


蜂鸣器声讯号：

正确按动炉键时，便会听到蜂鸣器声响，如听不到的话，则表示未能接收指示。如果在烹调过程中，微波炉发出两次蜂鸣器声，则是提示需对食物翻身或搅拌或表示一个烹调阶段的结束。当整个烹调程序完成后，则会发出五次蜂鸣器声或音乐提示音。

显示窗的介绍

为了帮助您更容易操作微波炉，您当前的操作状态将会出现在显示窗上。下面为您介绍显示窗。



旋钮介绍

菜谱/火力/温度

Menu/Power/Temp.



菜谱设定旋钮：

用于在电脑烹调菜谱中选择您所需的菜谱。

火力设定旋钮：

用于设定微波火力、复合脆烤、变频烧烤的火力大小。

温度设定旋钮：

用于设定温控再加热、热风烧烤、热风脆烤的温度高低。

“增加”或“减少”设定旋钮：

用于在蒸气再加热时，调节烹调的时间。

时间/重量

Time/Weight



时间设定旋钮：

用于设定火力烹调、计时、时钟所需的时间。

重量设定旋钮：

用于设定蒸气解冻、电脑烹调菜谱所需的重量。

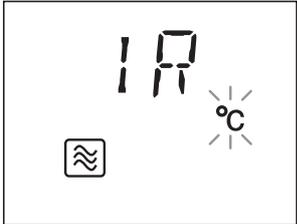
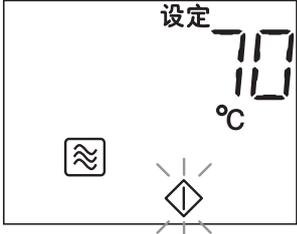
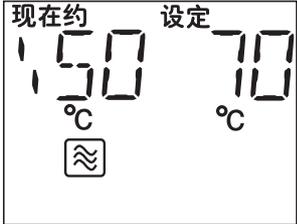
※ 请在旋钮处于弹出状态时进行旋钮设置，当您不使用时或设定完成开始烹调时，可以将旋钮按回到与面板齐平，以免发生误操作。

再加热设定

此功能包含了两种再加热方式，温控(IR)再加热和蒸气(SR)再加热。您可以根据需要选择不同的加热方式。

温控(IR)再加热设定

此功能可根据所需食物达到的温度进行烹调，范围从-10°C~90°C，无须设定火力和时间。最佳加热食品的重量范围为200g~600g。

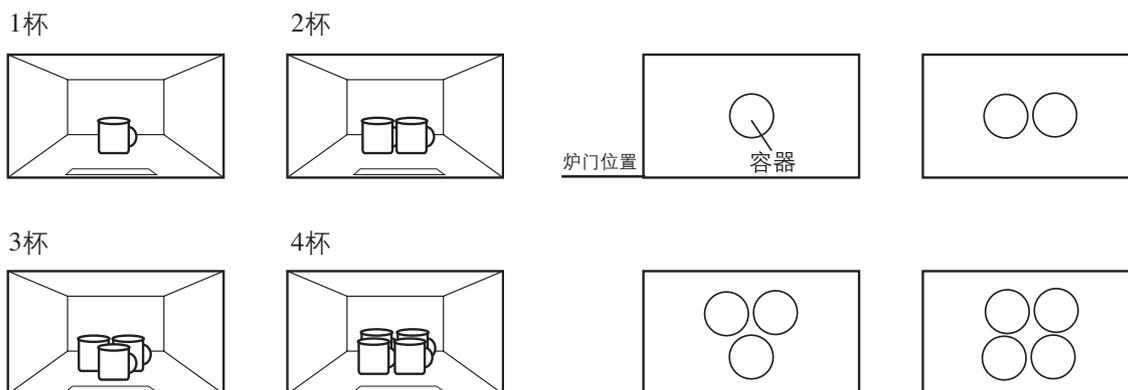
1	温控/蒸气再加热 IR/Steam Reheat	按1次，显示窗显示“IR”，并提示设置所需再加热的温度。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	旋转旋钮设置您所需再加热的温度。	例如70°C: 
3	开始 Start	按【开始】键，经过一段时间的检知后，显示窗会显示现在大约已达到的温度。	

※ 显示窗示意图中 “” 表示该图标为闪烁状态。

再加热设定

温控(IR)再加热注意事项:

1. 初次使用时，默认设定为70°C。第二次使用起，若前一次设定温度在55°C~75°C，默认值改为前次设定的温度。
2. 加热结束，请进行搅拌后食用。
3. 加热的食品应放在微晶玻璃中央。
4. 加热饮料范围为1~4杯(200ml/杯)。加热后略加搅拌。图示为加热饮料时的摆放方法。



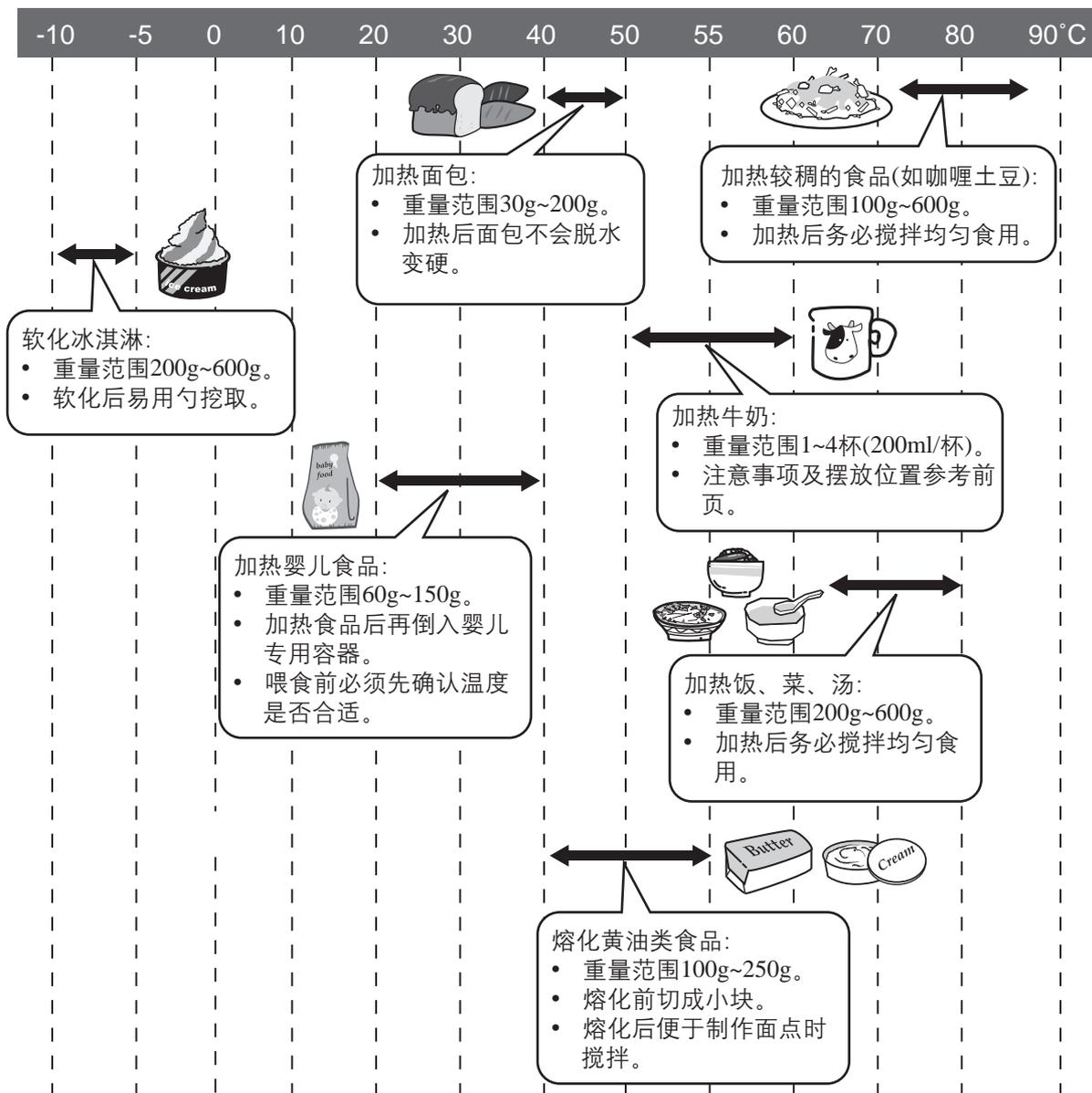
5. 如加热食品必须使用保鲜膜，保鲜膜要紧贴食物表面，以免检测不到食品的温度。如包裹的保鲜膜重叠，重叠面应朝下放置。



6. 避免加热重量小于100g的食品，因为食品温度很难被检测到，食品可能被加热过头。
7. 当炉腔内过热时，显示窗将显示“HOT”，此时不能使用该功能。只有当“HOT”显示消失后，才能使用。
8. 食物温度与设定值之间的误差取决于当时的炉温、食物的密度、容器的材质及食物摆放在微晶玻璃上的位置。

再加热设定

温控再加热(建议加热食品的温度)

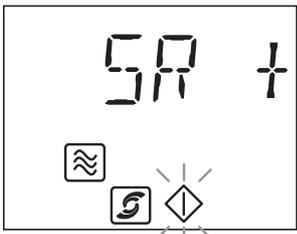
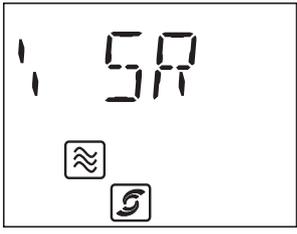


注：以上仅为建议的食品加热温度。但根据实际情况、个人喜好可自行选择温度进行加热。

再加热设定

蒸气(SR)再加热设定

此功能为您设定了米饭、菜的加热程序，按以下操作，无需设定火力和时间，即可自动完成加热。建议加热食品的重量范围为200g ~ 600g。

1	温控/蒸气再加热 IR/Steam Reheat	按2次，显示窗显示“SR”。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 	如果您需要再加热的温度高一点或者低一点，您可以在按【开始】键前旋转【菜单/火力/温度】旋钮进行调节，显示窗会显示“+”或“-”，程序会相应增加或减少烹调的温度。	
3	开始 Start 	如果您不需要进行温度调节，可跳过步骤②直接按【开始】键。	

热饭

- 适用于再加热冷饭。
- 加热前将冷饭搅拌均匀，水槽中加满水。
- 切勿加盖或保鲜膜。
- 加热结束，搅拌均匀后食用。

热菜

- 适用于再加热冷菜。
- 加热前将冷菜搅拌均匀，水槽中加满水。
- 切勿加盖或保鲜膜。
- 加热结束，搅拌均匀后食用。

注：

1. 此程序仅适用于已预先煮熟的菜。
2. 此程序不可加热液体。
3. 此程序可用于加热冷冻食品，但不适合加热高密度食品。
4. 当炉腔内过热时，显示窗将显示“HOT”，此时不能使用该功能。只有当“HOT”显示消失后，才能使用。

蒸气解冻设定

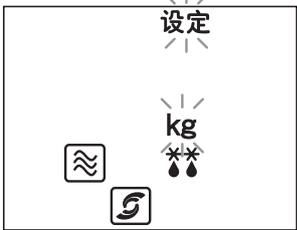
此功能是蒸气和微波相结合的一种解冻方式，可以根据您所设置的重量自动解冻肉类、家禽类或海鲜类。重量从0.1kg ~ 3.0kg。

1

蒸气解冻
Steam Defrost

按1次。

设定



2

时间/重量
Time/Weight



旋转旋钮设置您所需解冻食物的重量。

例如0.5kg:

0.5

kg



3

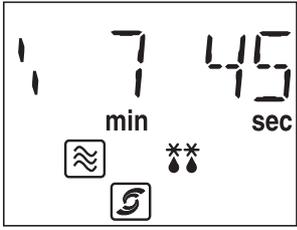
开始
Start



按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

1 7 45

min sec



附注:

1. 蒸气解冻过程中有蒸气喷出，食物无须使用保鲜膜包裹。
2. 在解冻过程中，如听到二次蜂鸣声，打开炉门将食物翻转、搅拌或重新排放。对于已解冻的部分，请及时取出，以免把食物煮熟。
3. 当炉腔内过热时，显示窗将显示“HOT”，此时不能使用该功能。只有当“HOT”显示消失后，才能使用。

微波解冻设定

此功能可让您自行决定时间进行微波解冻。

1

微波火力
Micro Power

连续按5次，选择解冻火力。

设定

2

时间/重量
Time/Weight

例如5分钟：

旋转旋钮设置您所需解冻的时间。

3

开始
Start

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

附注：

1. 解冻需要使用保鲜膜或加盖。
2. 建议在烹调中途打开炉门，取出已解冻的部分，并把剩余未能解冻的部分翻身、搅拌或重新排放。

解冻技巧

准备食物以便冷冻

煮成食品的质量取决于食品冷冻前的质量，同时取决于食品冷冻保管，以及解冻技巧和解冻时间。所选购的食物务求鲜美和品质优良，并在购买后迅速冷冻。厚塑料膜、塑料袋和冷冻薄膜以及商

店原封包装的肉类，都可短期存放在冷冻库内，保存一定时间。

注：如包装是使用铝箔，在解冻之前须除去所有的铝箔，以防止产生电弧。



冷冻肉块、鸡、鱼及海鲜时，应将食物排好，使其厚薄均匀，包成2.5~5cm见方或圆形的形状。



整只鸡应首先取出内脏，(内脏可随意分别冷冻)，将鸡洗净并沥干水份。用绳子将腿和翅膀绑住。



排去所有气体，然后密封塑料袋。在袋上加标签注明肉类，日期及重量。

在冷冻库内的食物应保持在摄氏零下18度以下。(解冻之前至少已冷冻24小时的食物)

蒸气巧速解冻

蒸气巧速解冻是根据重量进行的，能解冻多种切开的鸡、肉、鱼类食品，其用法很简便。根据所需解冻的食品重量进行设定，设定完成后，微波炉就会设定解冻时间及火力，按【开始】键，微波炉将显示解冻时间及火力。下列是适宜以蒸气巧速解冻法解冻的食物，为求达到最佳的效果，最小解冻重量为0.1kg，最大解冻重量为3.0kg。

食物	最高重量
肉糜、鸡块、肉排	2kg
牛肉、羊肉、猪肉、整鸡	3kg
整条鱼、扇贝、虾及鱼片	1kg

蒸气解冻的特别要诀

连骨肉类，例如，相等重量的连骨肉类和无骨肉类相比，连骨肉类中肉的分量轻。所以，设定超过2kg连骨肉类的重量宜减少0.5kg；设定不到2kg连骨肉类重量，则应减少0.2-0.3kg。

听到二声蜂鸣声时

翻转所有的肉、鸡、鱼及贝壳类。拆散炖肉、鸡块和肉糜；分开肉排和汉堡包的肉饼；用铝箔遮盖鸡翅膀、烤肉的末端、脂肪或骨等。

解冻方法

为了均匀地解冻，请在解冻过程中将食物翻转，或移动食物在盛器中的位置。



冷冻的生肉要除去包装放在盘子上解冻。



鸡腿前端细的部分要用铝箔纸包裹再解冻。



整条鱼的头和尾部用铝箔包好再解冻。

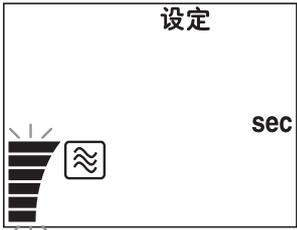
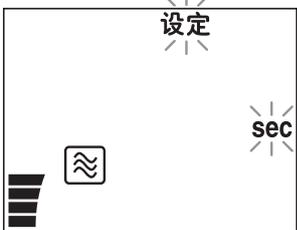
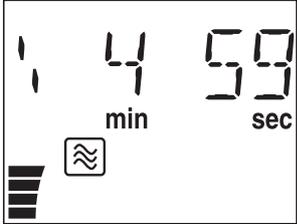


切片的鱼要除去包装放在盘子上解冻。

微波火力设定

此功能可以让您自行设定所需的微波火力及时间进行烹调，有两种方式可以进行设定。

第一种设定方式：

1	微波火力 Micro Power	按1次，程序默认为高火。(如果您需要选择其它火力，您可以通过按【微波火力】键不同的次数来选择。)		
2	微波火力 Micro Power	再按2次键，选择中火。(如果您需要选择其它火力，您可以通过按【微波火力】键不同的次数来选择。)	例如中火	
3	时间/重量 Time/Weight	旋转旋钮设置您所需烹调的时间。	例如5分钟：	
4	开始 Start	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。		

附注：微波高火的最大烹调时间为30分钟，其它火力为90分钟。

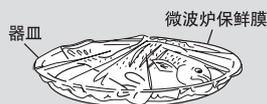
微波火力设定

按键次数	状态图标	微波火力	功率 (约)	适用类型
1		高火	1000 W	沸煮清水, 烹调鲜果、蔬菜, 烹调蜜饯糖果。
2		中高火	700 W	烹调鱼及海鲜类, 烹调肉类、家禽类及蛋类。烹调糕饼。
3		中火	550 W	烹调蛋糕, 焖煮食品, 融化黄油、巧克力。
4		中低火	400 W	烹调较韧的肉块, 煲汤或炖品, 软化黄油。
5		解冻	300W	解冻。
6		低火	200 W	食物保温, 软化冰淇淋。

附注:

如在第一阶段烹调时选择高火, 则无须按【微波火力】键, 只须直接旋转【时间/重量】旋钮设置烹调时间后按【开始】键即可。

例如: 清蒸鱼

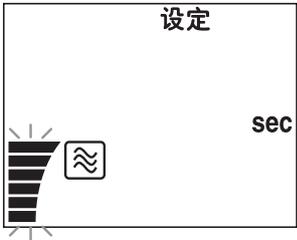
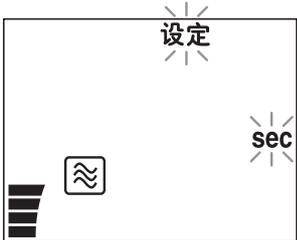
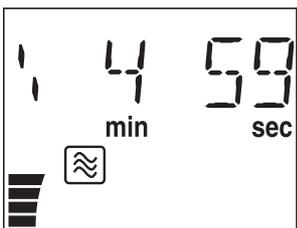


材 料: 鱼(草鱼等)1条(400克左右)
葱、姜、冬菇少许
调味料: 盐、酒少许

- 将鱼去鳞除脏后放入炉内。
 - 清除内脏、鳃、洗净, 在表面切刀痕。
 - 把鱼用盐、酒腌10分钟。
 - 将葱、姜、冬菇切成丝, 装进鱼腹, 放在器皿上。
 - 覆盖微波保鲜膜。
- 按3次【微波火力】键选择中火。
- 输入10分30秒。
- 按下【开始】键, 开始烹调。

微波火力设定

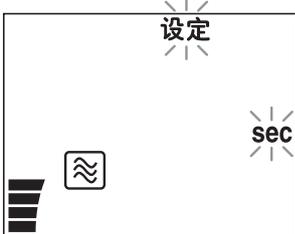
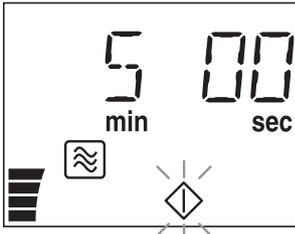
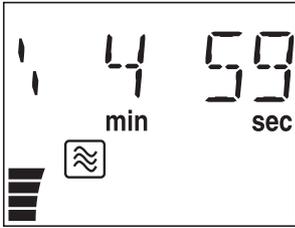
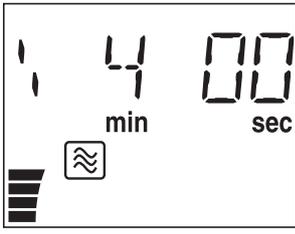
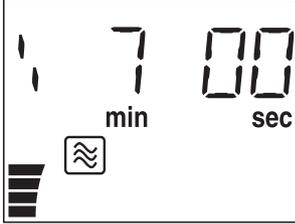
第二种设定方式:

1	微波火力 Micro Power	按1次，程序默认为高火。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 	例如中火 旋转旋钮设置您所需要的火力。	
3	时间/重量 Time/Weight 	例如5分钟: 旋转旋钮设置您所需烹调的时间。	
4	开始 Start 	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	

快速加时设定

此功能可使您在使用微波火力或者烧烤火力烹调途中追加或减少烹调时间，每旋转一格为1分钟。

例如：设定微波中火烹调5分钟，烹调至还剩4分钟的时候，再追加3分钟。

1	微波火力 Micro Power	按3次，选择中火。	
2	时间/重量 Time/Weight 	例如5分钟： 旋转旋钮设置您所需烹调的时间。	
3	开始 Start 	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	
4		烹调途中，还剩4分钟时。	
5	时间/重量 Time/Weight 	顺时针旋转旋钮追加3分钟时间。(最多可以追加10分钟，逆时针旋转【时间/重量】旋钮为减少烹调时间。)	

- 注：1. 请根据烹调实际情况使用，防止增加时间过长使食物过熟。
2. 此功能不能在自动烹调及蒸气微波功能中途使用。
3. 如果减少的烹调时间小于程序所剩余时间，程序即停止。

蒸气微波设定

此功能是蒸气和微波相结合的一种加热方式，您只需设定时间即可。

1

蒸气微波
Micro Steam

按1次，程序默认为蒸气+微波中低火。

2

时间/重量
Time/Weight

例如5分钟：
旋转旋钮设置您所需烹调的时间。

3

开始
Start

按【开始】键，如果第一个火力阶段为蒸气微波时，微波炉会预热1分钟。显示窗开始倒计时。

预热结束后，进入烹调过程，显示窗开始倒计时。

蒸气微波有两档火力，您可根据按【蒸气微波】键不同的次数或者旋转【菜谱/火力/温度】旋钮进行选择，方法同[微波火力]的选择。

	火力阶段	状态图标
1	蒸气+微波中低火	
2	蒸气+微波低火	

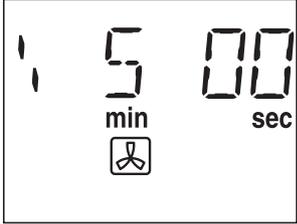
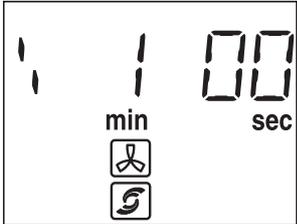
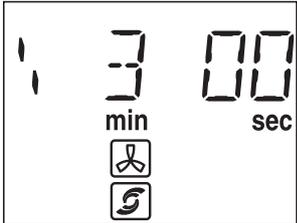
附注：

1. 每次使用前，应在水槽里加满水。
2. 使用蒸气微波烹调时不可加盖或保鲜膜。
3. 使用蒸气微波功能后，陶瓷盖的温度很高，请勿触摸。
4. 使用结束，待炉腔完全冷却后，请擦干陶瓷盖下盛水槽里的积水。

一按蒸气设定

此功能可以在热风烧烤、热风脆烤或复合脆烤烹调途中使用，追加蒸气可以使食物表面不容易烤焦，最多可以追加3分钟蒸气。

例如：在热风烧烤途中追加1分钟蒸气。

1	热风烧烤进行中。		
2	蒸气微波 Micro Steam	按住此键2秒钟，显示窗显示追加蒸气1分钟。	
3	蒸气微波 Micro Steam	如果您想追加3分钟蒸气的话，请在第二步骤出现后的3秒钟内再按2次键，显示窗显示蒸气3分钟。	

在料理中使用“一按蒸气”的窍门：

热风烹调时：

做泡芙、面包等料理时，在预热之后，加热开始时立即喷入蒸气；做蛋糕时，在预热之后，加热时间过半时喷入蒸气，可以使发酵更充分。

复合脆烤烹调时：

做复合脆烤料理时，在加热时间过去 $\frac{2}{3}$ 的时候喷入蒸气，可以使食物更香嫩。

附注：

1. 每次使用前，应在水槽里加满水。
2. 使用一按蒸气键，原来设定的程序时间仍在倒计时。
3. 此功能设定的时间不可超过原来烹调程序的剩余时间。
4. 当使用热风脆烤功能时，设定一按蒸气，如设定时恰逢加热管同时加热，为保证一按蒸气功能能正常工作，加热管会停止工作一段时间。

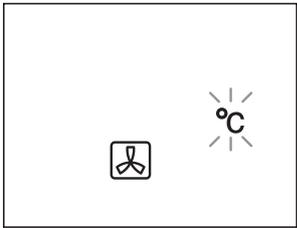
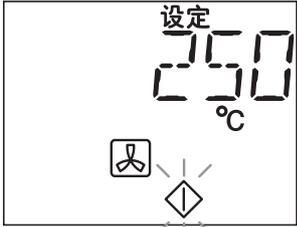
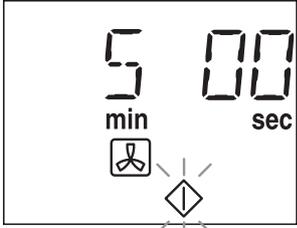
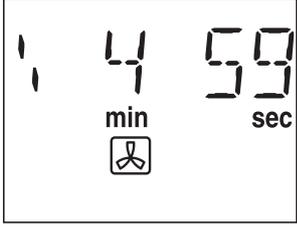
烧烤选择设定

此功能提供了4种烧烤方式，您可以根据不同的需要选择相应的烧烤方式。

热风烧烤功能设定

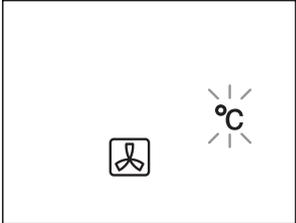
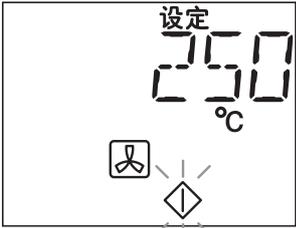
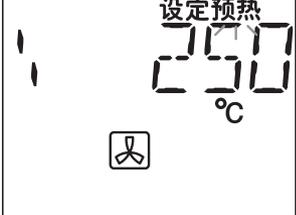
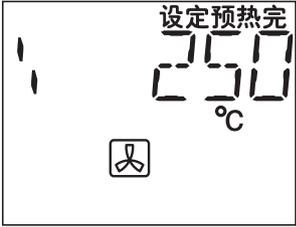
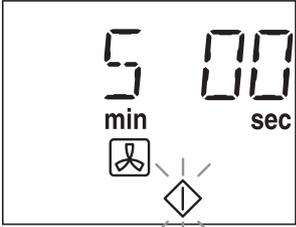
热风烧烤可设定从100°C到300°C范围内的不同温度。它特别适用于烤蛋糕、比萨之类的西点。把食物放在脆烤煎盘上，选择合适的温度和时间后即可开始烹调。

无需预热时：

1	烧烤选择 Heater Select	按1次。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	例如250°C：	
3	时间/重量 Time/Weight	例如5分钟：	
4	开始 Start	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	

烧烤选择设定

需要预热时:

1	烧烤选择 Heater Select	按1次。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 	例如250°C: 旋转旋钮设置您所需要的温度。	
3	开始 Start 	按【开始】键，预热开始。	
4		预热结束时，显示窗显示预热完，快速放入食品。	
5	时间/重量 Time/Weight 	例如5分钟: 旋转旋钮设置您所需烹调的时间。	

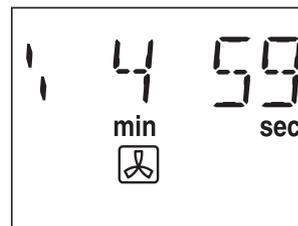
烧烤选择设定

6

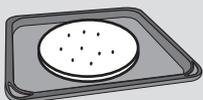
开始



按【开始】键，显示窗开始倒数计时。



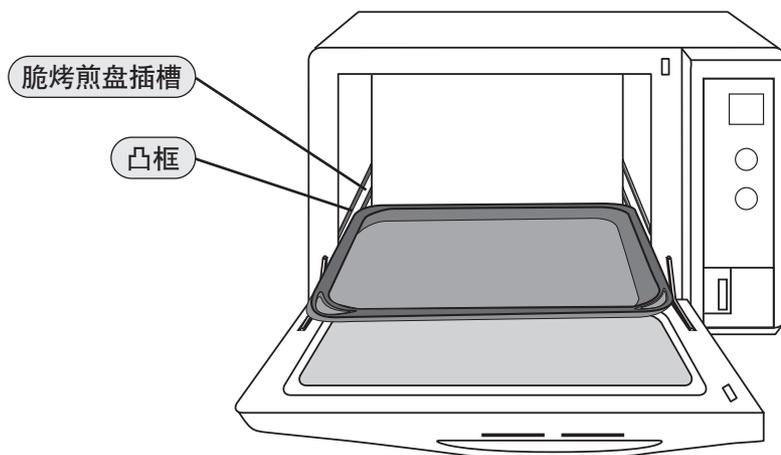
例如：烤比萨



材料：9寸比萨一张
(约400g)

1. 将比萨直接从冷冻箱中拿出，无须解冻，放在脆烤煎盘上。
2. 按【烧烤选择】键1次。
3. 旋转【菜谱/火力/温度】旋钮，至显示窗显示200°C。
4. 按【开始】键开始预热。
5. 当听到三次蜂鸣声时，打开炉门，迅速将盛放比萨的脆烤煎盘插入插槽中。
6. 输入时间16~18分钟。
7. 按【开始】键，开始烹调。

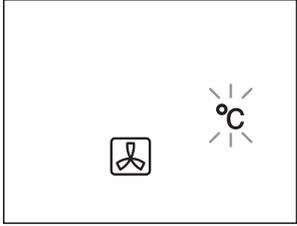
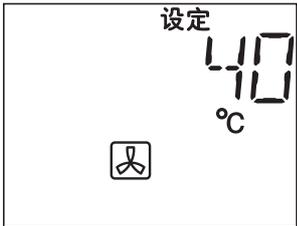
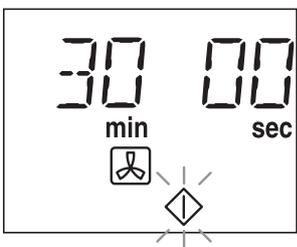
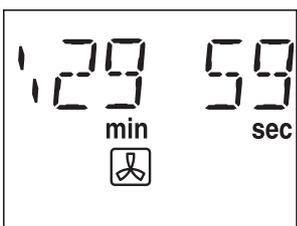
脆烤煎盘放置方法



在使用脆烤煎盘作为辅助烹调器皿时，请将脆烤煎盘如图所示从炉腔侧壁上的两条凸框中间插入，切勿放置在凸框上或直接放置在微晶玻璃上，以免发生打火等不安全状况。

烧烤选择设定

发酵功能设定

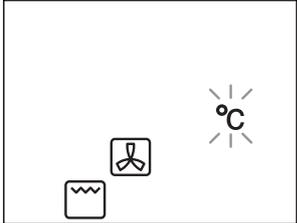
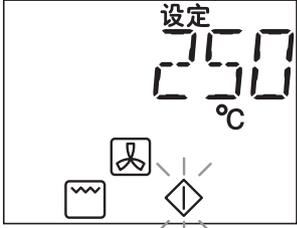
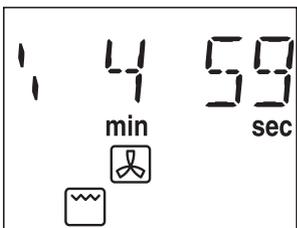
1	烧烤选择 Heater Select	按1次。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	旋转旋钮到40°C。	
3	时间/重量 Time/Weight	例如30分钟： 旋转旋钮设置您所需发酵的时间。	
4	开始 Start	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	

烧烤选择设定

热风脆烤功能设定

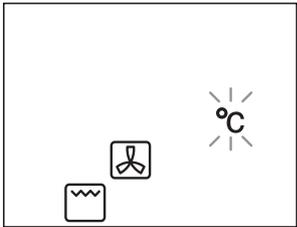
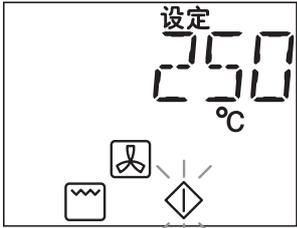
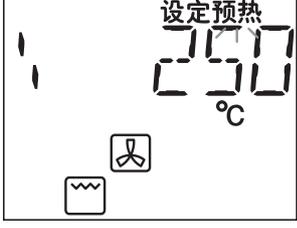
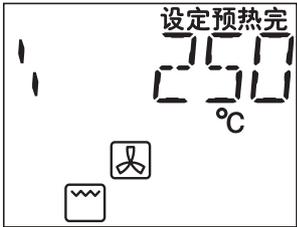
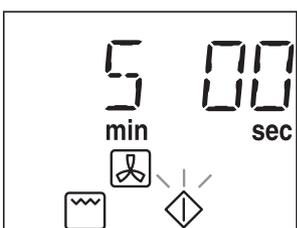
此功能和热风烧烤功能相似，还另外增加了光波功能，可以使所烧烤的食物表面更加松脆。

无需预热时：

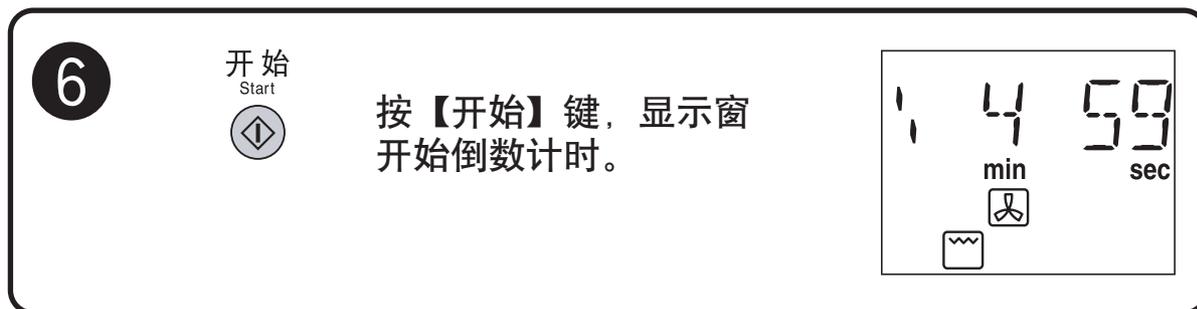
1	烧烤选择 Heater Select	按2次。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp. 	例如250°C: 旋转旋钮设置您所需要的温度。	
3	时间/重量 Time/Weight 	例如5分钟: 旋转旋钮设置您所需烹调的时间。	
4	开始 Start 	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	

烧烤选择设定

需要预热时:

1	烧烤选择 Heater Select	按2次。	
2	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	例如250°C:	
3	开始 Start	按【开始】键，预热开始。	
4		预热结束时，显示窗显示预热完，快速放入食品。	
5	时间/重量 Time/Weight	例如5分钟:	

烧烤选择设定



附注：

1. 在热风烧烤和热风脆烤料理途中，您可以随时旋转【菜谱/火力/温度】旋钮调节烧烤温度。
2. 在热风烧烤和热风脆烤料理途中，您可以按【烧烤选择】键显示您所设置的温度。
3. 在使用热风烧烤和热风脆烤功能时，微波炉的炉身可能会很烫，请小心操作以免烫伤。

复合脆烤功能设定

复合脆烤有三档火力选择。烧烤时，热量是从炉腔上面一根光波管和两根石英管上发射出来的。它特别适用于较薄的肉类及海鲜的烘烤，也适合烤面包及烤菜。把腌好的食物放在烧烤架上，选择合适的程序，然后设定时间启动炉子。在烧烤进行一半时间后，打开炉门小心翻转食物，然后继续烹调。

火力档	状态图标	适合种类
复合脆烤高火		较厚的肉或禽类
复合脆烤中火		薄的海鲜类，蒜味面包，土司
复合脆烤低火		薄肉片，禽肉片

烧烤选择设定

1

烧烤选择
Heater Select

按3次，选择复合脆烤功能，默认为高火。



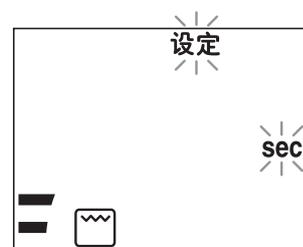
2

菜谱/火力/温度
Menu/Power/Temp.



旋转旋钮设置您所需要的火力。

例如中火：



*如果您用默认火力烹调，请跳过此步骤。

3

时间/重量
Time/Weight



旋转旋钮设置您所需烹调的时间。

例如5分钟：

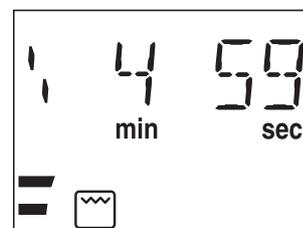


4

开始
Start

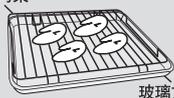


按【开始】键，显示窗开始倒数计时。



例如：烧烤鸡翅

烧烤架



玻璃方盘

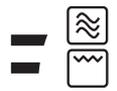
材 料： 4只鸡翅(约250-300克)
调味汁。

1. 将鸡翅放入调味汁内腌 15 ~ 20分钟。
2. 将鸡翅放在烧烤架上，下面放玻璃方盘，然后放在微晶玻璃上。
3. 按【烧烤选择】键3次。
4. 设定时间，18 ~ 20分钟。
5. 按【开始】键。
6. 在烹调过程至一半时翻转鸡翅，令烘烤效果更均匀。

烧烤选择设定

变频烧烤功能设定

变频烧烤有三档火力选择。它是把微波和烧烤有效的结合起来的烧烤方式。它适合烧烤较厚实家禽类、肉类及海鲜等。既可确保食物熟透，又达到烘烤类食物特有的脆性。当程序进行到一半时间时，请打开炉门小心翻转食物，然后继续烹调。

火力档	状态图标	适合种类
变频烧烤高火		较厚的肉类
变频烧烤中火		禽类，烤土豆
变频烧烤低火		海鲜类，布丁

1

烧烤选择
Heater Select

按4次，选择变频烧烤功能，默认为高火。



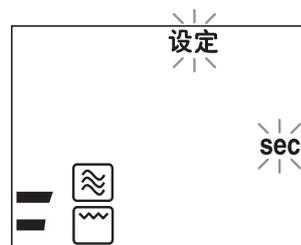
2

菜谱/火力/温度
Menu/Power/Temp.



旋转旋钮设置您所需要的火力。

例如中火：



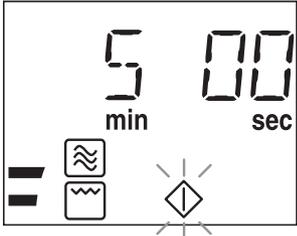
*如果您用默认火力烹调，请跳过此步骤。

烧烤选择设定

3 时间/重量
Time/Weight



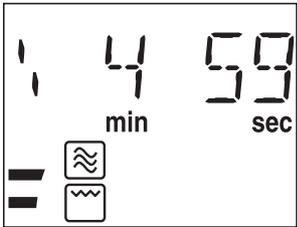
例如5分钟：



旋转旋钮设置您所需烹调的时间。

4 开始
Start





按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

例如：烤鸡



烧烤架
玻璃方盘

1. 以调味汁将鸡腌15 ~ 20分钟，不时将调味汁涂在鸡上。
2. 称鸡的重量。放在烧烤架上，下面放玻璃方盘，然后放在微晶玻璃上。
3. 按【烧烤选择】键4次，旋转【菜谱/火力/温度】旋钮，选择变频烧烤中火。
4. 旋转【时间/重量】旋钮预设理想烹调时间。

(重量越大，所需时间越长，请参阅下表)

5. 按【开始】键。

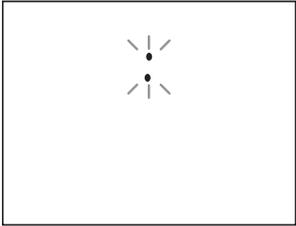
6. 在变频烧烤过程中将鸡翻转2至3次。您可随时打开炉门查看，以免烧焦。

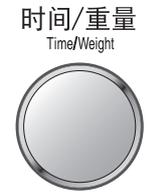
重量 (千克)	0.6	0.9	1.2
变频烧烤 (分钟)	22	26	30

材 料：一只鸡
调味汁

时钟设定

1  计时/时钟
Timer/Clock 按2次。



2  时间/重量
Time/Weight 例如11:25:
 旋转旋钮设置时间。



3  计时/时钟
Timer/Clock 再按1次。



附注:

1. 重新输入时间，请重复步骤1至3。
2. 只要不拔掉电源，时钟会连续运转。
3. 这是12小时制时钟，故最大设置时间是12:59。
4. 省电模式下不显示时钟，但时钟不会停止运转。

计时设定

可作为设定烹调完毕后的备用时间，亦可作为以分钟或秒为单位的计时器或设定延时启动功能。

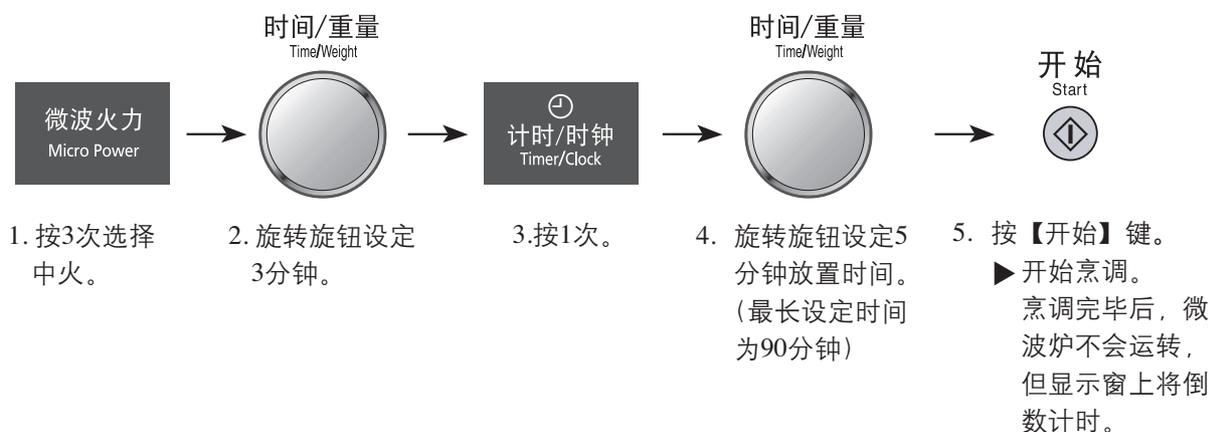
计时设定

例如：5分钟计时



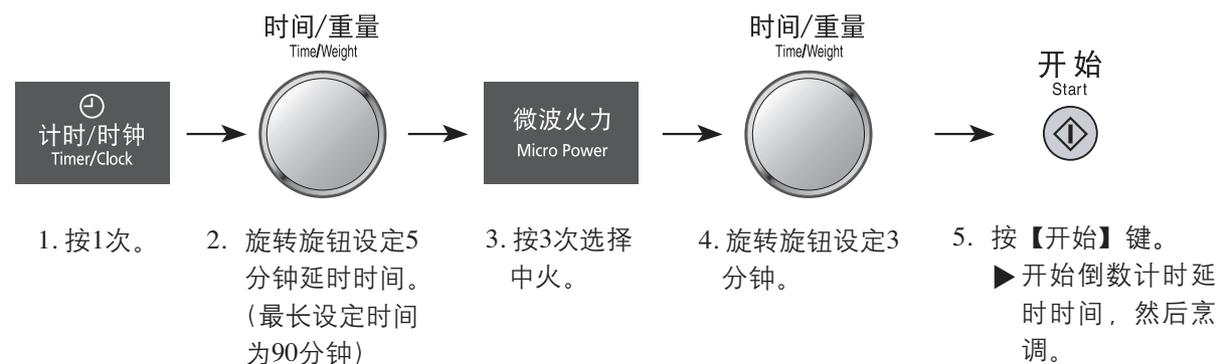
放置时间设定

例如：食物以微波中火3分钟烹调后，再放置5分钟。



延时启动设定

例如：5分钟后开机，并以微波中火烹调3分钟。

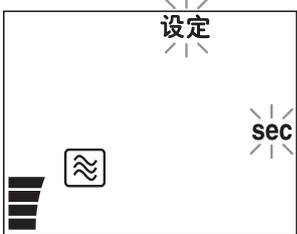
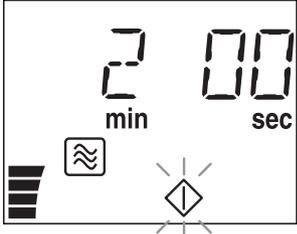
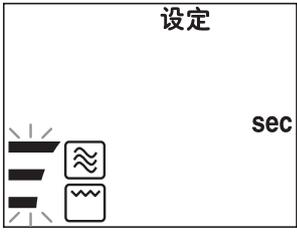
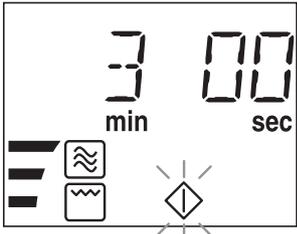
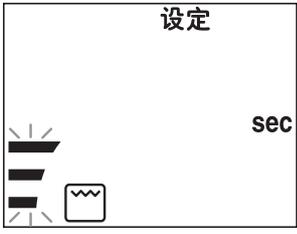


附注：

1. 当使用设定计时、放置时间及延时启动功能时，中途若开启炉门，设定的时间仍会在显示窗继续倒数。
2. 放置时间或延时启动不能与自动功能同时使用。这是避免在开始烹调或解冻前，炉内食物的温度有所改变而影响烹调效果。

三段连动烹调程序设定

例如：连续设定微波中火2分钟，变频烧烤高火3分钟，复合脆烤高火4分钟。

1	微波火力 Micro Power	按3次，选择中火。	
2	时间/重量 Time/Weight 	旋转旋钮设置2分钟。	
3	烧烤选择 Heater Select	按2次，选择变频烧烤高火。	
4	时间/重量 Time/Weight 	旋转旋钮设置3分钟。	
5	烧烤选择 Heater Select	按1次，选择复合脆烤高火。	

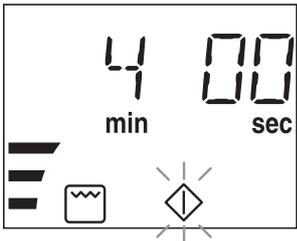
三段连动烹调程序设定

6

时间/重量
Time/Weight



旋转旋钮设置4分钟。

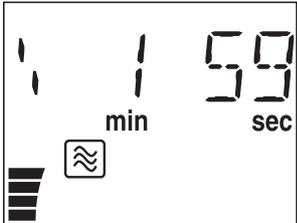


7

开始
Start



按【开始】键，显示窗开始从第一段烹调程序倒数计时。



注:

1. 在火力切换时会有2次蜂鸣。
2. 连动设定不能用于热风烧烤、热风脆烤、电脑烹调、蒸气解冻和再加热功能。
3. 蒸气微波不能和复合脆烤、变频烧烤功能进行连动。

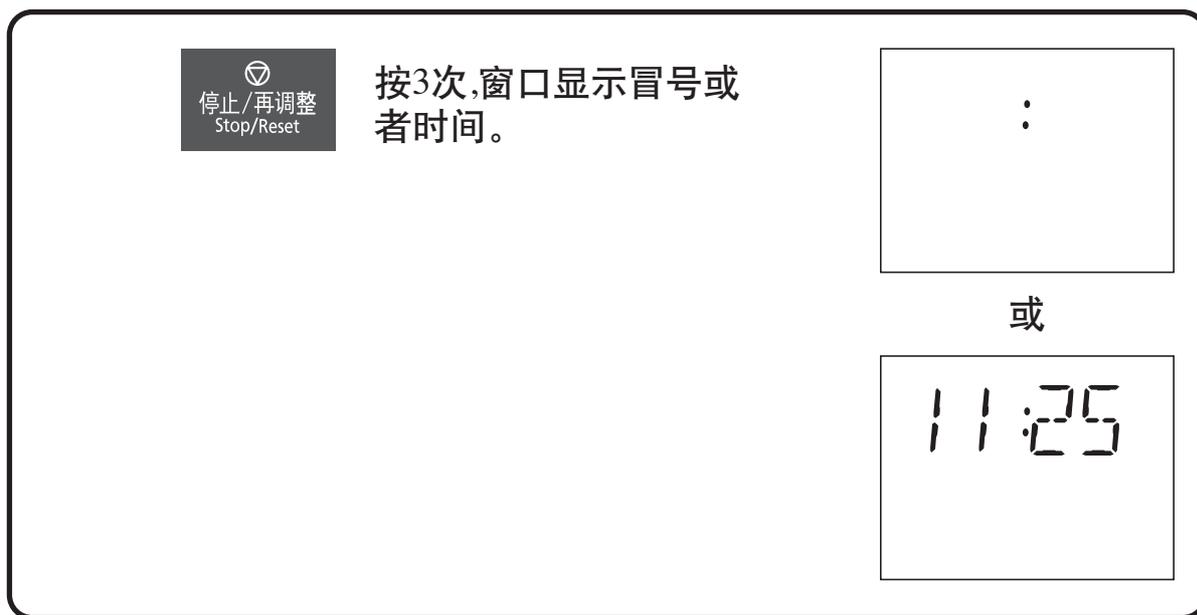
儿童安全锁设定/取消

此功能可防止儿童胡乱开动微波炉，免生意外。设定后仅对操作键锁定，与门的开闭无关。请在显示窗呈现冒号或时钟状态时进行设定。

开启儿童安全锁：



取消儿童安全锁：



语言(英语)/音乐提示音设定

此微波炉提供了语言(英语)提示功能和音乐提示音功能，您可以在初次通电后，连续进行设定。如果不设定，微波炉将默认为无语言提示状态和5声蜂鸣声提示状态。

语言(英语)/音乐提示音设定

1	初次通电	
2	开始 Start  按【开始】键1次，显示窗滚动显示“LANGUAGE CONVERSION”。	
3	时间/重量 Time/Weight  旋转旋钮，显示窗滚动显示“ENGLISH”或者“WORD PROMT OFF”，选择“ENGLISH”。	

English: 有英语提示 WORD PROMT OFF: 无语言提示

如果您需要继续设定音乐提示音，请进入第④步骤操作：

4	开始 Start  在语言(英语)提示设定结束后，再按【开始】键1次，进入音乐提示音设定，显示窗滚动显示“MUSIC CONVERSION”。	
---	---	---

语言(英语)/音乐提示音设定

5

时间/重量
Time/Weight

旋转旋钮，显示窗显示不同的提示音乐的编号“1”“2”“3”，选择您喜欢的提示音乐。

2

当整个烹调程序完成后，微波炉会发出声响以提示您指令完成。此功能可根据您的个人喜好使您的微波炉在料理结束以后发出不同的提示音。

如果您不需要语言(英语)提示功能，您可以在初次通电后，直接按2次【开始】键进入音乐提示音设定。

1

初次通电

00:00

2

开始
Start

直接按【开始】键2次，进入音乐提示音设定，显示窗滚动显示“MUSIC CONVERSION”。

MUSIC

3

时间/重量
Time/Weight

旋转旋钮，显示窗显示不同的提示音乐的编号“1”“2”“3”，选择您喜欢的提示音乐。

2

附注：

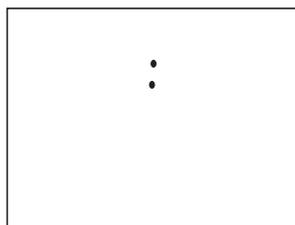
1. 以上功能只可在初次通电后方可设定。
2. 如果电源插头拔掉之后再次插上，微波炉将恢复为默认设置，您需要重新设定。
3. 语言(英语)提示设定或音乐提示音设定完成后，如果按【停止/再调整】键将取消所有设定，微波炉恢复默认设置，按其它键表示确认上述设定并进入烹调操作。

待机省电模式设定

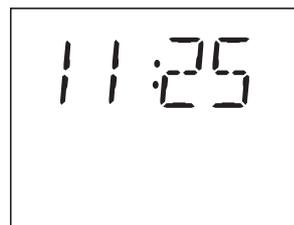
此功能可使您的微波炉处于完全不工作的情况，即无烹调、无儿童安全锁以及电动风扇不运转，进入待机省电模式。

进入待机省电模式：

当显示窗显示以下状态时：



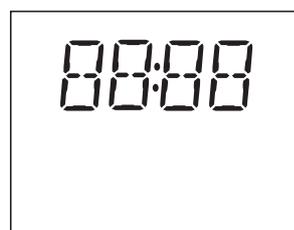
或



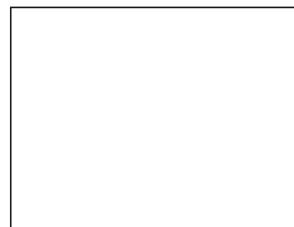
按1次，显示窗无显示，
设定成功。



当显示窗显示以下状态时：



按2次，显示窗无显示，
设定成功。

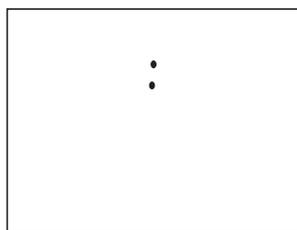


注：按任意键即可取消此模式，并恢复到设定前的状态。

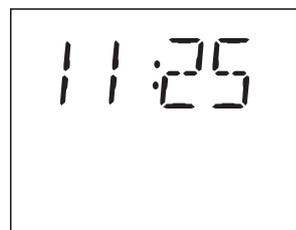
排水功能设定

此功能可使您在使用蒸气功能后把管道中的水排到盛水槽里，请在使用后待炉腔完全冷却后擦干。

当显示窗显示以下状态时：



或



蒸气解冻
Steam Defrost

按住此键2秒钟，进入强制排水功能。

注：

1. 若要连续使用此功能，至多可以连续使用三次。再要使用该功能，请间隔10分钟后使用。
2. 使用时，水槽要脱离连接口，以免将水槽里的水也排到盛水槽中。

电脑烹调设定及菜谱

此功能为您设定了多个常用菜谱不同份量的程序。按建议操作，无需对火力和时间进行设定，即可自动完成烹调。旋转【菜谱/火力/温度】旋钮时，显示窗会显示相对应的数字，如果在英语状态下，则会显示相对应的英文名称(详见第46页)。

当显示窗显示以下状态时可进行电脑烹调设定：

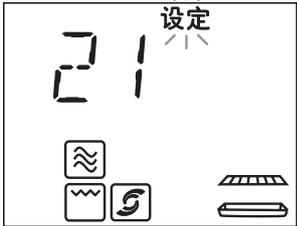


第1~21个菜谱，操作方法如下：

1 菜谱/火力/温度
Menu/Power/Temp.



例如选择第21个菜谱“香酥烤鸭”：
旋转旋钮，选择您所需烹调的菜谱编号。



※ 此时，水槽内会亮绿灯，提示此料理程序使用蒸气功能，请在水槽中加满水。
 表示需要用的烹调器皿为烧烤架和玻璃方盘。

2 时间/重量
Time/Weight



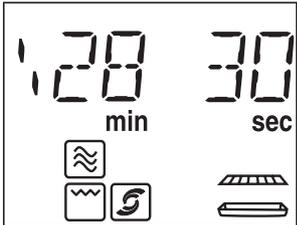
例如900g：
旋转旋钮，选择您所需烹调的重量。



3 开始
Start



按【开始】键，显示窗开始倒数计时。



电脑烹调设定及菜谱

第22~27个菜谱，操作方法如下：

1

菜谱/火力/温度
Menu/Power/Temp.



例如选择第26个菜谱“水果蛋糕”：

旋转旋钮，选择您所需烹调的菜谱编号。



※ 此时，水槽内会亮绿灯，提示此料理程序使用蒸气功能，请在水槽中加满水。

 表示需要用的烹调器皿为脆烤煎盘。

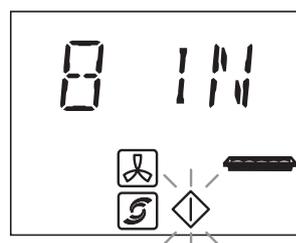
2

时间/重量
Time/Weight



例如烹调8英寸的蛋糕：

旋转旋钮，选择您所需烹调的重量。



3

开始
Start



按【开始】键，程序进入预热状态。



预热结束后，请在2分钟内将盛放蛋糕原料的脆烤煎盘迅速插入插槽中，并快速关上炉门。



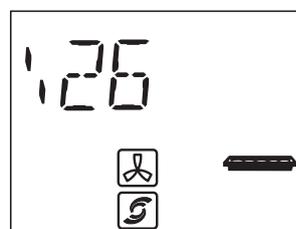
※ 如果您未能及时放入食物，程序会在门开1分30秒后发出30秒的提示音，提示您放入食物，否则程序将终止，您需要重新开始设定。

4

开始
Start



按【开始】键，经过一段时间检知之后，显示窗显示剩余时间。



电脑烹调设定及菜谱

编号	菜谱	旋转【时间/重量】旋钮设定所烹调食物的重量或份数				建议烹调器具
1	煮饭	200 g	300 g	400 g	500 g	饭煲
2	煮粥	50 g	100 g	150 g	-	饭煲
3	粤式靓汤	1人份	2人份	-	-	饭煲
4	时令鲜蔬	100 g	200 g	300 g	-	盘子或大碗
5	即时泡面	1人份	2人份	-	-	饭煲
6	京酱肉丝	200 g	400 g	-	-	饭煲
7	水煮牛肉	200 g	400 g	-	-	饭煲
8 *	豆豉蒸鱼	200 g	300 g	400 g	-	盘子
9 *	冷冻食品	100 g	150 g	200 g	-	盘子
10 *	海鲜蛋羹	1人份	2人份	-	-	碗
11 *	清蒸大虾	200 g	300 g	400 g	-	盘子
12 *	香油蒸鸡	200 g	400 g	600 g	-	盘子
13	早餐面包	1片	2片	-	-	烧烤架
14 *	风味肉串	100 g	150 g	200 g	-	烧烤架和玻璃方盘
15 *	脆皮红薯	200 g	400 g	600 g	-	烧烤架和玻璃方盘
16 *	黑椒牛扒	250 g	500 g	-	-	烧烤架和玻璃方盘
17 *	香辣鸡翅	200 g	300 g	400 g	-	烧烤架和玻璃方盘
18	香烤玉米	250 g	500 g	-	-	烧烤架和玻璃方盘
19 *	铁板鱿鱼	100 g	200 g	-	-	烧烤架和玻璃方盘
20	煎炸食品	200 g	400 g	-	-	烧烤架和玻璃方盘
21 *	香酥烤鸭	600 g	900 g	-	-	烧烤架和玻璃方盘
22 *	日式烤鳗	200 g	-	-	-	脆烤煎盘
23	椒盐烤虾	200 g	-	-	-	脆烤煎盘
24	意式比萨	9英寸	-	-	-	脆烤煎盘
25 *	鲜奶泡芙	9个	-	-	-	脆烤煎盘
26 *	水果蛋糕	8英寸	-	-	-	脆烤煎盘
27	欧式曲奇	16块	-	-	-	脆烤煎盘

注:

1. 带“*”为使用蒸气的菜谱，请在烹调前给水槽加满水，同时水槽内有亮灯提示。
2. 当炉腔内过热时，显示窗将显示“HOT”，此时不能使用该功能。只有当“HOT”显示消失后，才能使用。如急于烹调，请用手动设定代替自动功能。
3. 请按照提供的烹调方法进行操作。
4. 脆烤煎盘的放置方法请参阅本说明书第24页。

电脑烹调设定及菜谱

1 煮饭

份量 (米)	200 g	300 g	400 g	500 g
加水量	300 ml	400 ml	500 ml	600 ml

- 使用微波炉安全容器进行烹调。请尽可能使用微波炉专用饭煲，以达到最佳效果。
- 米和水的比例与传统方法相同，但米和水的总量不可超过容器的一半。
- 保持容器通气孔畅通。如使用的容器无通气孔或通气孔太小，建议略微开盖，以防滚泻。
- 烹调结束后，请等待3-5分钟后再开盖食用。

2 煮粥

份量 (米)	50 g	100 g	150 g
加水量	450 ml	750 ml	1200 ml

- 使用微波炉安全容器进行烹调。请尽可能使用微波炉专用饭煲，以达到最佳效果。
- 米洗净后需要浸泡30分钟左右。
- 米和水的比例与传统方法相同，但米和水的总量不可超过容器的一半。
- 要保持容器通气孔畅通。如使用的容器无通气孔或通气孔太小，建议略微开盖，以防滚泻。
- 在听到“哗哗”两次蜂鸣声后，打开微波炉，小心将容器取出，用勺进行搅拌。然后略微开盖，把容器放入炉中，关门后按【开始】键继续烹调。
- 烹调结束后，请等待5-10分钟后再开盖食用。

注：在搅拌及烹调结束时，由于蒸气温度高，请小心打开饭煲盖，以防烫伤。

3 粤式靚汤

- 适用于煮传统的汤，如鸡汤或排骨汤等。
- 所有原料预先去血水，辅料洗净待用。
- 将所有原料、辅料和水放入微波安全容器里，需留一半的容量以防滚泻。盖上盖子或保鲜膜。
- 烹调结束后再加盐，然后盖上盖子等待5-10分钟后食用。

4 时令鲜蔬

- 适用与烹调叶类蔬菜，如青菜、生菜、米苋等。
- 将蔬菜洗净沥干后放入微波安全容器里，加少量油并搅拌均匀。
- 烹调时加盖或保鲜膜。
- 烹调结束后再加盐及其它调味品，并搅拌均匀。

5 煮方便面

- 适用于煮各种方便面。将面条和所有调味料一起放入微波炉安全容器，注入温水。
- 面和水的总量不可超过容器的一半。烹调时要保持容器的通气孔通畅，如容器无通气孔或通气孔太小，可略微开盖，以防滚泄。

6 京酱肉丝

- 将里脊肉切丝加酱油、淀粉、水、料酒腌泡20分钟，把葱丝铺于盘上。
- 容器内加入油、肉丝及甜面酱、料酒、糖、味精，搅拌均匀。
- 烹调时加盖或覆保鲜膜。
- 烹调途中听到“哗哗”两次蜂鸣后打开炉门，快速搅拌肉丝。
- 烹调结束后，趁热取出倒于葱丝上，即可。

7 水煮牛肉

- 将牛肉切片，加入淀粉、盐和料酒，腌好待用。
- 在容器内倒入温水和豆瓣酱、花椒、辣椒，倒入牛肉。
- 将容器加盖，放入微波炉开始烹调。
- 烹调途中听到“哗哗”两次蜂鸣声后打开炉门，搅拌一次。

牛肉	加温水
200 g	300 ml
400 g	600 ml

电脑烹调设定及菜谱

8 豆豉蒸鱼

- 适合蒸各种类的鱼或鱼片。
- 将洗净的鱼放在微波安全碟上，加盐、葱、姜及料酒。
- 切勿使用保鲜膜或盖子。
- 水槽里加满水。
- 将微波安全碟放在微晶玻璃中央，选择程序，开始烹调。

9 冷冻食品

- 适用于烹饪冻结前已经加热的各类冷冻点心，如奶黄包、刀切馒头、小烧卖等。体积较大的、密度较高的或冷冻前未经加热、未标明可以用微波炉烹饪的冷冻食品不适用此功能。
- 点心从冰箱里拿出后不必解冻，直接放在微波安全碟上，洒水并沥干。
- 点心排放时尽可能保持一定距离，以免烹调后点心膨胀，互相挤压而造成僵硬。
- 切勿使用保鲜膜或盖子。
- 水槽里加满水。
- 将微波安全碟放在微晶玻璃中央，选择程序，开始烹调。

10 海鲜蛋羹

- 把蛋打匀，加盐、味精搅拌均匀。
- 在蛋液中加入冷水(1人份加90克冷水，2人份加150克冷水)，虾仁等海鲜去泡待用。
- 水槽里加满水。
- 直接将碗放在微晶玻璃中央，选择程序，开始烹调。

份量	鸡蛋	冷水
1人份	1只	90 g
2人份	2只	150 g

11 清蒸大虾

- 将虾洗净后沥干，排放在微波安全碟上。
- 洒少许盐，加葱、姜及料酒。
- 切勿使用保鲜膜或盖子。
- 水槽里加满水。
- 将微波安全碟放在微晶玻璃中央，选择程序，

12 香油蒸鸡

- 将鸡洗净并切成块状，加盐、葱、姜、料酒、香菇及火腿。
- 尽可能使用微波安全碟。鸡块排放勿过于紧密，并在烹调中途加以搅拌。
- 切勿使用保鲜膜或盖子。
- 水槽里加满水。
- 将微波安全碟放在微晶玻璃中央，选择程序，开始烹调。

13 早餐面包

- 适用于烤面包片。
- 将面包片放在烧烤架上。
- 将烧烤架放在微晶玻璃中央，选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将面包片翻面，关门后按【开始】继续烹调。

14 风味肉串

- 适合烤各种肉串。
- 肉切成薄片，浸在调味汁中15-20分钟，沥干后用竹签固定。
- 将肉串均匀排放在烧烤架上。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的油汁把炉腔弄脏。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将肉串翻面，关门后按【开始】继续烹调。

注：如购买市场上的冷冻肉串，则无须腌渍，但必须预先解冻。

电脑烹调设定及菜谱

15 脆皮红薯

- 选择大小适中的红薯，洗净并擦干。
- 水槽里加满水。
- 将红薯放在烧烤架上，选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将红薯翻转，关门后按【开始】继续烹调。

16 黑椒牛扒(7分~8分熟)

- 适合烤厚度为1cm左右的牛扒。
- 将牛扒洗净，浸在调味料中10-20分钟，沥干。
- 将牛扒均匀放在烧烤架上。
- 水槽里加满水。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的油汁把炉腔弄脏。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将肉翻面，关门后按【开始】继续烹调。

注:

1. 如选择冷冻牛扒，则必须预先解冻。
2. 如购买已经过腌渍的牛扒，则无须浸调味料。

17 香辣鸡翅

- 适合烤翅中，烧烤前请先用牙签穿孔。
- 鸡翅洗净，浸在调味料中10-20分钟，沥干。
- 将鸡翅均匀放在烧烤架上。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的油汁把炉腔弄脏。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将鸡翅翻面，关门后按【开始】继续烹调。

注:

1. 如选择冷冻鸡翅，则必须预先解冻。
2. 如购买已经过腌渍的鸡翅，则无须浸调味料。
3. 此程序不适合烤太厚或太薄的鸡翅。

18 香烤玉米

- 将玉米洗净切成8-10cm段状，沥干。
- 将黄油放在微波耐热容器中，放入微波炉加热，至黄油完全熔化后取出。
- 将切好的玉米整齐的排在烧烤架上，刷上熔化的黄油。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的黄油把炉腔弄脏。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将玉米翻面，关门后按【开始】继续烹调。

19 铁板鱿鱼

- 适合烤鱿鱼串。
- 将鱿鱼或目鱼仔洗净，切块，整齐的串在竹签上，沥干。
- 将事先调好的调味料放入微波炉高火加热2分钟，取出后刷在串好的鱿鱼表面数次。
- 将鱿鱼串整齐的排在烧烤架上。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的调味汁把炉腔弄脏。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将鱿鱼串翻身，关门后按【开始】继续烹调。

20 煎炸食品

- 适用于再加热已经煎炸过的熟食，如炸鸡腿、炸鸡翅，炸肉饼等。

21 香酥烤鸭

- 适合烤整鸡/鸭或大块的鸡肉/鸭肉。
- 洗净家禽后，浸在调味料中10-20分钟，沥干。
- 放在烧烤架上。
- 在微晶玻璃上摆放玻璃方盘，将烧烤架再放在玻璃方盘上，以免滴下的油汁把炉腔弄脏。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，开始烹调。
- 在烹调中途，听到“哔哔”两次蜂鸣声后打开炉门将家禽翻面，关门后按【开始】继续烹调。

注:

烤整只家禽时应先将腹部朝上进行烧烤，两次蜂鸣声后将其翻身，此时腹部朝下烧烤。

电脑烹调设定及菜谱

22 日式烤鳗

- 将河鳗洗净，去粘膜，切成10cm左右的鱼块。
- 在鱼身上涂好烤鱼酱料，放在脆烤煎盘上。
- 程序预热结束后，迅速放入脆烤煎盘，按【开始】键。如果开门时间过长，炉腔温度会很快下降，这样会影响到烧烤的效果。
- 在烹调途中听到“哗哗”两次蜂鸣声后打开炉门，快速将鳗鱼翻身并再刷一层烤鱼酱料。

23 椒盐烤虾(8只虾，约200g)

- 在脆烤煎盘上先刷一层油。
- 将虾洗净，放在脆烤煎盘上。
- 选择程序，开始预热。
- 听到三次蜂鸣声，预热结束，迅速将脆烤煎盘推入炉腔内，按【开始】键。

24 意式比萨(直径20cm/9英寸)

原料:

冷冻9英寸比萨一张

- 选择程序，按【开始】键开始预热。
- 将比萨取出后直接放在脆烤煎盘上。
- 听到三次蜂鸣声后预热结束，迅速将脆烤煎盘放入炉腔，再按【开始】键开始烘烤。

注:

1. 如比萨大小与本说明书不一致，请自行设定烘烤时间。
2. 脆烤煎盘上无须使用锡纸或刷油。
3. 当预热程序完成后请迅速放入脆烤煎盘及模具。如炉门打开时间过长，炉腔温度会很快下降，这会直接影响到烘烤效果。

25 鲜奶泡芙(9只)

原料:

面粉	50g
黄油	50g
鸡蛋	180g (约三个)
水	80ml

- 将黄油和水放在锅中用煤气同时加热，直至沸腾。迅速倒入面粉并快速搅拌到面团呈亮黄色且不粘锅。关掉煤气。
- 在面团中逐步加入打匀的鸡蛋，不停搅拌直至刮铲铲取面团时，面团呈带状缓慢落下。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，按【开始】键开始预热。
- 在脆烤煎盘上铺锡纸，并涂一层油。将面团以每个25g左右等距离排放成3 x 3的形状。
- 听到三次蜂鸣声后预热结束，迅速将脆烤煎盘放入炉腔，再按【开始】键开始烘烤。

注:

1. 将蛋液逐步倒入面团时，搅拌必须迅速且充分。
2. 当面团呈带状时，停止加入蛋液，以免原料过稀。
3. 泡芙原料排放是一定要等距离，且不能超过规定数量，以免影响到烘烤效果。
4. 当预热程序完成后请迅速放入脆烤煎盘及模具。如炉门打开时间过长，炉腔温度会很快下降，这会直接影响到烘烤效果。
5. 烘烤结束后，取出脆烤煎盘，小心将泡芙与锡纸分离，另外装盘。若等泡芙完全冷却后，锡纸将与泡芙粘连，不易分离。

电脑烹调设定及菜谱

26 水果蛋糕(直径18cm/8英寸)

原料:

鸡蛋 180g(约三个)

蛋糕粉 90g

绵白糖 90g

- 将鸡蛋及绵白糖放入容器内，用打蛋器低速搅拌至糖完全融化。调至高速搅拌，直到蛋液完全发泡，用打蛋器在蛋液表面写字时，可保持一段时间。再调至低速搅拌，使气泡均匀。
- 水槽里加满水。
- 选择程序，按【开始】键，开始预热。
- 将筛过的蛋糕粉倒入打匀的蛋液，用刮铲由下而上搅拌均匀。
- 在蛋糕模具的底部及四周铺蜡纸，将蛋糕液倒入。把模具放在脆烤煎盘上。
- 听到三次蜂鸣声后预热结束，迅速将脆烤煎盘一起放入炉腔里，再按【开始】键。

注:

1. 蛋糕液的搅拌将直接影响到烘烤结果。在倒入蛋糕粉后，切勿搅拌过度。
2. 如模具大小或准备的原料份量与本说明书不一致，请自行设定烘烤时间。
3. 当预热程序完成后请迅速放入脆烤煎盘及模具。如炉门打开时间过长，炉腔温度会很快下降，这会直接影响到烘烤效果。
4. 可用牙签插入烘烤好的蛋糕中，如拔出时牙签仍是干净的，可以判断蛋糕已经烤熟。

27 欧式曲奇(16块)

原料:

鸡蛋 50g(约一个)

面粉 240g

牛油 100g

绵白糖 100g

- 将牛油放入容器内用打蛋器打成乳白色。
- 加入绵白糖，继续搅拌。
- 再加入一个打匀的鸡蛋，搅拌至完全均匀。
- 逐步加入筛过面粉用刮铲搅拌均匀。
- 选择程序，按【开始】键开始预热。
- 在脆烤煎盘上铺锡纸，以每个11g等分16块5mm高的曲奇原料，排成4x4的形状。
- 听到三次蜂鸣声后预热结束，迅速将脆烤煎盘放入炉腔，再按【开始】键开始烘烤。

注:

1. 搅拌的牛油可用微波事先软化，但最好以固体形式打成乳白色。
2. 搅拌时务必使用较深的容器，以免原料在搅拌途中飞溅。
3. 曲奇原料排放是一定要等距离，且不能超过规定数量，以免影响烘烤效果。
4. 当预热程序完成后请迅速放入脆烤煎盘及模具。如炉门打开时间过长，炉腔温度会很快下降，这会直接影响到烘烤效果。

菜谱中英文对照表(Ch-En menu)

顺序号	中文	英文
1	煮饭	RICE
2	煮粥	PORRIDGE
3	粤式靓汤	CANTON SOUP
4	时令鲜蔬	FRESH VEGETABLES
5	即时泡面	INSTANT NOODELS
6	京酱肉丝	SAUCE MEAT
7	水煮牛肉	BOIL BEEF
8	豆豉蒸鱼	STEAM FISH
9	冷冻食品	STEAM FROZ FOOD
10	海鲜蛋羹	STEAM EGG
11	清蒸大虾	STEAM PRAWNS
12	香油蒸鸡	STEAM CHICKEN
13	早餐面包	TOAST
14	风味肉串	ROAST SKEWERS

顺序号	中文	英文
15	脆皮红薯	ROAST SWEET POTATOES
16	黑椒牛扒	ROAST BEEFSTEAK
17	香辣鸡翅	ROAST WINGS
18	香烤玉米	ROAST CORN
19	铁板鱿鱼	ROAST CUTTLEFISH
20	煎炸食品	FRIED FOOD
21	香酥烤鸭	ROAST DUCK
22	日式烤鳗	ROAST EEL
23	椒盐烤虾	ROAST SHRIMP
24	意式比萨	PIZZA
25	鲜奶泡芙	CREAM PUFF
26	水果蛋糕	FRUIT CAKE
27	欧式曲奇	COOKIES

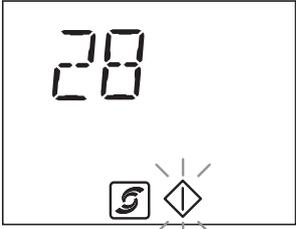
附注： 当选择用字符作为显示时，显示屏显示相对应的数字，当选择用英文作为滚动显示语言时，显示屏显示相对应菜单的英文名。语言(英语)提示设定详见第37页)

Note: The display window shows numbers when selecting no word scrolling. When using English as display language, the menus will be scrolled by English. (Please refer to page 37 for language conversion)

清洁设定

清洁炉腔：

此功能适用于微波炉炉腔油污过多时使用(需30分钟)。

1	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	旋转 to 显示窗显示 “28”。	
2	开始 Start	按【开始】键1次。	

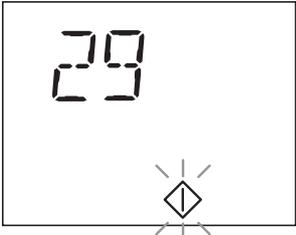
附注：

1. 使用前水槽加满水。
2. 开始后水槽指示灯会点亮。
3. 清洁结束后打开炉门，用湿布擦拭干净。

清洁盛水槽：

此功能适用于经常使用蒸气功能引起盛水槽水垢过多时使用(需30分钟)。

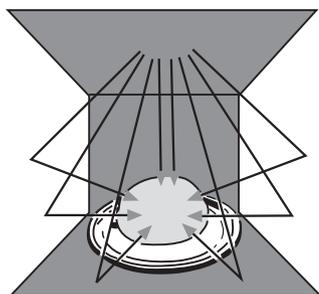
准备清洁剂：将约2g硅酸或柠檬酸完全溶解在20ml水中，并倒入盛水槽内。

1	菜谱/火力/温度 Menu/Power/Temp.	旋转 to 显示窗显示 “29”。	
2	开始 Start	按【开始】键1次。	

附注：

1. 开始后水槽指示灯不会点亮。
2. 清洁结束后打开炉门，用水清洗陶瓷盖。
3. 务必将盛水槽内残留的溶液擦干。

微波炉加热原理



受到微波照射时



含水食物的吸收



穿过陶瓷器、玻璃等



被金属反射

微波是一种高频率的电磁波，其本身并不产生热，在宇宙、自然界中到处都有微波，但存在自然界中的微波，因为分散不集中，故不能加热食品。松下微波炉乃是利用其内部的磁控管，将电能转变成微波，以每秒2450MHz的振荡频率穿透食物，当微波被食物吸收时，食物内的

极性分子(如水、脂肪、蛋白质、糖等)即被吸引，以每秒种24亿5千万次的速度快速振荡，使得分子间互相碰撞而产生大量摩擦热，微波炉即是利用此种由食物分子本身产生的摩擦热，里外同时快速加热食物的。

食物的特性

烹调方法和食物特性是密切相关的。在用微波烹调时，它会显得更加明显。

体积与数量

一般份量少的食物比份量多的熟得快。

形状

体积大小差不多的食物加热情况比较平均。为了弥补大小不均而造成的加热偏差，可将薄片置于盘中间而将厚块放在盘边进行调整。



骨头和脂肪

加热带骨的食物时，因为脂肪吸收微波能力比骨头强，其周围部分比较容易熟，所以带骨食物的加热情况不均匀。



密度

加热松软食物的时间比加热硬实食物的时间短。



开始的温度

常温食物比冷冻食物的加热时间短，因此上述两种状态的食物加热特性并不一致。

烹调技巧

时间

每份食谱都备有烹调参考时间。但是由于食物具体的形状，加热前的温度和所处的位置不同，必须相应调整加热时间。通常按照食谱参考时间设定最短加热时间，看看食物的熟透程度后再加时间烹调，若一开始就用长时间烹调的话，熟透食物是无法变生的。

空间距离

烹制烘焙诸如土豆、小蛋糕时，尽量将食物排列成圆形，这样烘烤程度会比较均匀。



同样的，将食物顺着烘盘的外形排列，而不是凌乱、无规则地排列，并且，不要将食物叠放在一起。



穿刺

在微波烹调期间，有些食物的表皮或膜会阻止蒸气外流。在没有烹调之前，将这些食物的皮剥掉或穿刺些洞和切缝，以便让蒸气蒸发。

蛋 - 用牙签刺穿蛋黄2次，蛋白数次。

蛤和蚝 - 用牙签刺数次。

马铃薯和蔬菜 - 用叉刺穿。

香肠和腊肠 - 将熏过的香肠和腊肠划痕。用叉刺穿肠衣。



颜色素

肉类和家禽被烹制10至15分钟后自动会显有如被烧或烤过的效果，原因是肉类本身的脂肪容易吸收微波，所以能够产生烤或烧的效果。假如要缩短烤或烧食物的时间而又要到良好的颜色效果，必须在未烤之前，涂上深色酱油、晒油或辣酱油。做快熟面包或松饼时，用黄糖代替糖粒，或者在烘烤之前撒些深色的香料于表面上。

遮盖

当采用微波烹调时，水份会蒸发。因为微波烹调是内外同时加热而不是直接烧热的，所以蒸发速度不容易控制。但是只要利用遮盖盛器，这个缺点将会容易地改正过来。可是除非指明，全部食谱是不加盖煮的。

利用蜡纸或纸巾可以保持一定程度的食物水份。

搅动

采用微波烹调时，应根据需要搅动食物。在食谱中，一般用一次、二次、时常或偶尔等词表示所需的食物搅动次数。常将靠近容器的部分搅向中心，而将未热熟的搅向外面。

转动和重新放置

有时候不可能通过搅动食物重新分散热力。这个时候微波集中在食物中的某一部分。

为了得到均匀的烹调，可重新放置或移动食物。通常在烹调中途翻转食物，将大块的食物如肉或鸡翻转。

小块的食物如鸡肉、小虾、汉堡包式猪肉排需要移动位置，交换在盘上排放的食物内外位置。

放置时间

微波炉停止工作之后，利用导热原理，食物还可以继续烹调。煮肉类时，假如加盖放置10至20分钟，内热将会上升5°C至15°C。蒸冷冻食品和蔬菜的放置时间比较短，但这是为了让热的中央食物向旁边传热，食物本身不会热。

更改喜爱的食谱

选些容易更改为微波烹调的食谱。作为基本规则，是将普通的食谱更改为微波食谱时，将时间减至1/4。同时，寻找同样的微波食谱和相应固定的时间和火力，在烹调之前，应该先用调味料腌食物，烹调结束再加盐，以免水份析出过多。

焖的食物不必在烹调之前预先煎黄。假如有煎油的话，应该先把多余的油或脂肪倒掉。将焖肉切成2.5cm块。将红萝卜、马铃薯和其它较硬的蔬菜切成小块。

红萝卜应该切成薄片，马铃薯切丁，用玻璃盖盖住后用大火煮至水沸，然后转向低火，偶尔搅动一次。

附注：放一个小碟在肉类或蔬菜上，能够避免过度煮熟。

微波炉可以把汤类的食谱烹调得很好，将食物分切均匀，加入汤里。选择比较大的盘以方便搅动。使用玻璃盖或特制塑料盖，可以减少烹调时间。

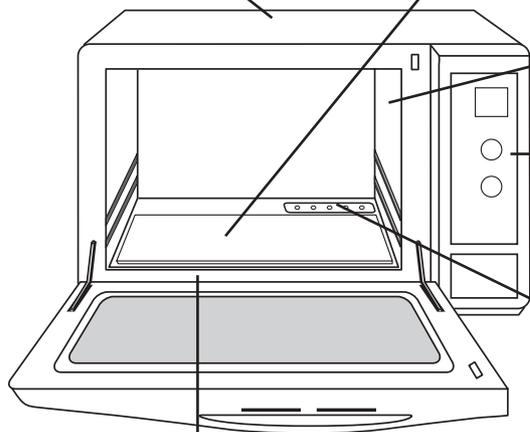
微波炉的保养

清洗微波炉之前，须从插座上拔下插头。

请用微湿的布来清洗微波炉表面部分，为防止损伤炉内操作部分，不要让水渗入侧面通风口。

微晶玻璃必须经常清洁，但是必须在冷却状态下使用清洁剂擦洗并擦干。

保持炉腔清洁。如溅出的食物或溢出的液体积在炉腔内，请用湿布擦去。若炉内相当肮脏则可用软性清洁剂。不可使用粗糙、磨损性的清洁剂。



如控制面板被弄湿。请用软性干布抹擦。不能用粗糙、磨损性的物品擦控制面板。擦控制面板时请将炉门打开，以防止不小心启动微波炉。擦完之后请按【停止/再调整】键以清除显示窗上的显示。

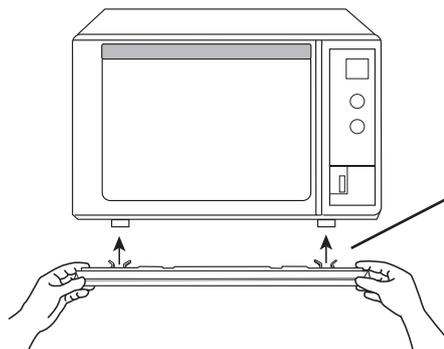
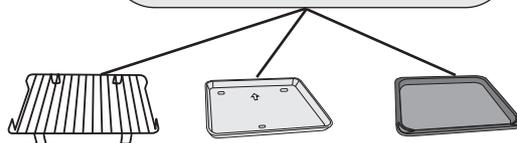
陶瓷盖必须经常用清洁剂清洗，以免污垢堵塞蒸气喷口。清洗必须在冷却状态下，以免烫伤。每使用完蒸气功能时，应将炉腔完全冷却后擦干陶瓷盖下盛水槽里的积水。

如有水蒸气积在炉内或炉门周围，可用软布擦净。在微波炉正常运转和湿度高的情况下都可能产生这种现象。

必须经常清洗水槽，以免长期使用后水垢或杂质堵塞出口。清洗时，请用力按压水槽装饰盖内侧的卡扣，使水槽与装饰盖分离再进行清洗。

卡扣

使用后请及时用清洁剂清洗或放入洗碗机内清洗。



每次使用完与蒸气有关功能时，必须将装饰板里的结露水清除并及时清洗。清洗后应及时安装回炉脚处。

如需要更换炉灯，请向松下微波炉指定维修点查询。

要求维修服务之前

问题

起因

解决方法

微波炉无显示。

没有插紧电源。

拔除插头，待10秒钟后再重新插上电源。

保险丝烧掉或电路断路器发生作用。

联络指定维修点进行维修。

插座有问题。

用其它电器再测试插座是否有问题。

进入待机省电模式。

按任意键可取消。

微波炉不能启动加热。

炉门未关妥。

小心关好炉门。

未按【开始】键。

按【开始】键。

输入其他程序。

按【停止/再调整】键清除已输入的程序，然后重新输入烹调程序。

烹调程序输入错误。

参考说明书，正确输入烹调程序。

不慎按下【停止/再调整】键。

重新输入烹调程序。

漏电保护器开关处于“O”位置。

将开关推至“I”位置。

显示窗显示“HOT”

炉腔温度过热。

等待炉腔冷却后再使用。

显示窗显示“U14”

水槽中没有水。

在水槽中加满水。

显示窗显示“H”和2位数字，如“H00”、“H02”。

微波炉功能出现故障。

联络指定维修点进行维修。

显示窗显示“D”或“DEMO MODE”。

微波炉被设定为演示模式。

按【计时/时钟】键3次，退出演示模式。

下列情况均属正常：

微波炉干扰电视接收。	使用微波炉时，收音机及电视机可能会受到干扰。此类干扰类似一些小型电器，如搅拌机、吸尘器、电风扇等所引起的干扰。这并非表示微波炉发生故障。
蒸气积聚于炉门和有热风从排气口排出。	烹调时，食物会有蒸气散发，而大部分会从排气口排出，但蒸气会在较凉的地方如炉门上凝聚，这是正常现象。
蒸气从炉门四周缝隙处溢出。	使用与蒸气相关的功能时，微波炉运转过程中炉腔内会产生大量蒸气，部分蒸气可能从门缝四周漏出，这是正常现象，不会因此引起微波泄漏。
未摆放食物而不慎启动微波炉。	空着炉短时间工作，对于微波炉是不会造成损害的。但用户应尽量避免。
当使用各种烧烤功能时，微波炉有白烟冒出及异味。	微波炉必须定期擦洗，特别在使用这些功能后，任何积聚在炉腔顶部及炉壁的油渍都会引起白烟冒出。
光波管突然熄灭。	光波管如进行长时间工作，会致使炉腔温度升高。为保护光波管，微波炉会自动熄灭此管，稍待冷却后继续工作，这是正常现象。

关于维修服务

如微波炉损坏需要修理，请联系松下指定的维修点维修，联系方法请参考保修证所记内容。

上海松下微波炉有限公司

上海市浦东新区龙东大道898号

工厂售后咨询电话：021-50801116

F00036Y40XP

iPress0906-1