

SAMPO

聲寶牌

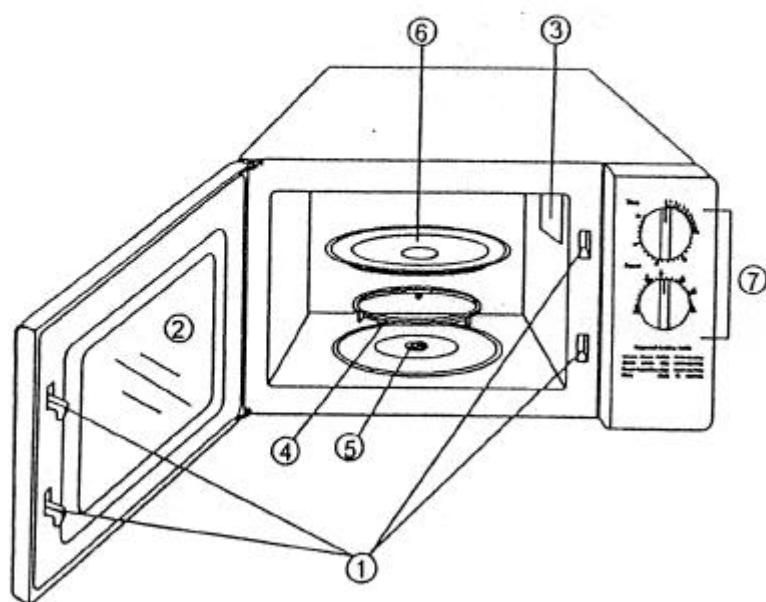
微波爐

使用說明書

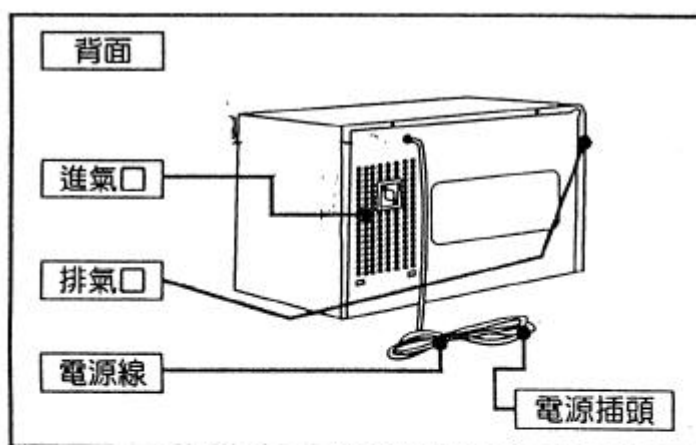
MOB-0706

請同產品發行保證書，請於購買時注意並要求經銷商填妥購買日期及蓋店章，以您的權益！

各部名稱



- ① 門安全聯鎖開關 —— 確保：
爐門打開，微波爐不能工作；
爐門關上，微波爐才能工作。
- ② 視屏窗 —— 有金屬屏蔽層，可透過
網孔，觀察食物烹調情況。
- ③ 通風口 —— 烹調時，有良好的通風。
- ④ 轉盤支承 —— 支承玻璃轉盤并按其
軌道轉動。
- ⑤ 轉軸 —— 帶動玻璃轉盤轉動。
- ⑥ 玻璃轉盤 —— 裝好食物的容器放
在轉盤上，加熱時轉盤轉動，使食
物烹調均勻，以達到理想均勻烹調
的效果。
- ⑦ 控制板 —— 詳見控制板說明。



附屬品

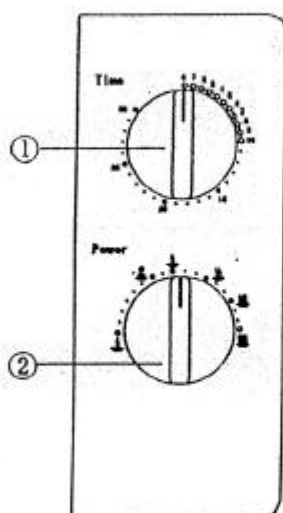


玻璃盤

- 使用微波爐時
務必將玻璃盤放在烹穴裡

- 玻璃盤..... 1 只
- 使用說明書..... 1 本
- 保證書..... 1 份

操作部名稱、功用與操作說明



- ① 定時器——0~30分鐘選擇定時。
② 火力選擇旋鈕——輸出功率連續可調。

	高火:	100%功率輸出
	中高火:	85%功率輸出
	中火:	66%功率輸出
	中低火:	40%功率輸出
	解凍:	37%功率輸出
	低火:	17%功率輸出

規格

額定電壓	110V / 60Hz
額定消耗功率	1300W
額定高週波輸出	800W
外形尺寸	寬458mmX深365mmX高295mm
爐內尺寸	寬300mmX深302mmX高231mm
重量	13.9Kgs
定時器	30 分

正確的使用步驟

1. 將食物放入爐內：

a. 將門打開

※請注意盛裝食物的容器(詳見第8頁)。

※大型食物容器，注意週圍不可碰到爐壁。

2. 解凍 / 烹飪火力變換旋鈕

左右轉動，選擇您要的火力及解凍位置。

向右：高火力

向左：低火力

低火力烹調時，機器運轉聲音忽大忽小仍屬正常現象。

3. 定時器設定：最高30分

調理：依食物多少設定調理時間。如2分鐘

以下之短時間請多轉一些刻度，再慢慢

慢轉回須要刻度，然後關上門即可開始烹調。

解凍：將要解凍的東西放置烹穴內關上門

設定時間微波爐便開始操作。

※加熱中若要改變加熱時間，直接轉動計時器到所須時間。

※檢視食物時按開門便自動停止加熱。

檢視完畢關好門，即可恢復加熱。

※若為冷藏食品，冷凍等溫度較低之食物，或食物數量很多時，請比規定時間設定稍長一些。

4. 定時器轉到「0」位置。可聽到「噹」的一聲。

爐內燈熄滅即可停止加熱。

如加熱後計時器尚有剩餘時間，請先歸“0”後再關門。

安裝時注意事項

■安裝場所

1. 請安裝在堅固穩定的場所

若放在不穩定或傾斜的場所，可能會傾倒。



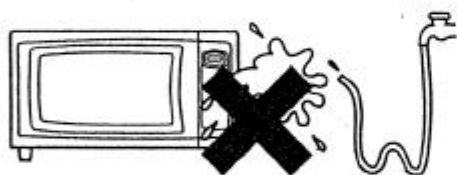
2. 請勿安裝在瓦斯爐旁邊

可能會吸入熱氣或蒸氣而導致故障。



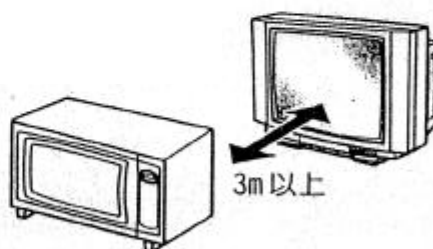
3. 請避開會濺水的場所

會導致漏電或故障。



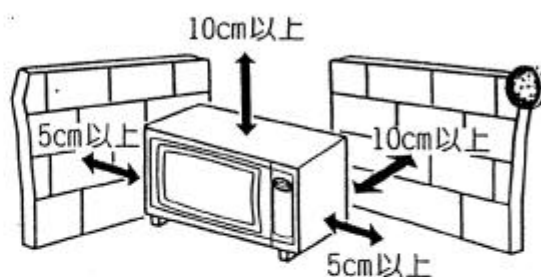
4. 請勿放置在電視或收音機旁

可能會擾亂電視畫面或產生雜音：請與電視收音機保持3公尺以上之距離。



5. 機體與牆壁之間請盡量保持空間

- 背面的排氣孔所排出之熱氣或油煙，可能會污染牆壁、窗簾等，請加以留意。
- 為使散熱效果良好，左右兩側請至少保持5公分以上，上面及背面至少保持10公分以上之空間。



關於接地線之安裝

1. 為了防止意外感電，務必裝好接地線
請委託電器行裝設（酌收工本費）。

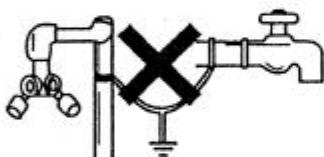
⚠ 安裝時應注意事項

為避免觸電的發生，請務必安裝接地線

1. 為安全起見，使用本電器前，請務必將接地線端子固定於室內配線的接地位置或要請合格的水電人員安裝，以策安全。
2. 此線接頭在本體後部。

⚠ 注意

1. 要避開瓦斯管與自來水管，決不可利用這兩種管子來接地。



2. 使用接地專用端子時：
大廈等插座有接地專用端子時，請將接地線固定在接地端子上

2. 不得已安裝在潮濕場所時

電工法規規定必須裝第3種接地：請委託電器行安裝。

■ 潮濕的場所



- 餐廳調理台或水泥地面。
- 酒、醬油等釀造或貯藏場所。

■ 水氣重的場所

必須裝置漏電遮斷器。



- 如蔬菜店、鮮魚店等洗滌場所。
- 水滴會飛濺的場所。
- 地下室等會結露之場所。

關於電流負荷

1. 電流負荷要使用高於機器負荷

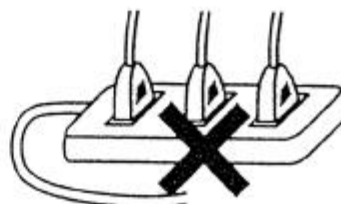
本微波爐的電力消耗「高」，所以必須使用負荷量大於額定消耗電力的專用電源插座。負荷量不足可能會使保險絲燒斷或功率降低，乃至無法烹煮。



高於機器負荷的
專用電源插座

2. 延長線的使用

必須單獨使用一條延長線，不可和其他電器共用一條，否則負荷太大易使電線走火，造成火災。



特別注意要點

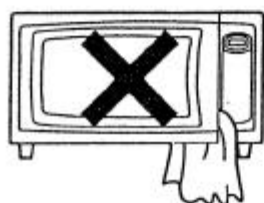
1. 除了烹飪外，請勿作其他使用

若用來烘乾衣物，在水分蒸發後會冒煙、起火，造成危險。



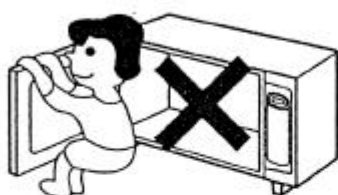
2. 關門時請注意不要夾住抹布或食物，並在此種狀態下使用

可能會使門變形而引起故障。



3. 請勿讓小孩攀在門上玩耍

會使門鏈損壞而引起故障，更可能因小孩的重量而使整個爐子向前傾倒。



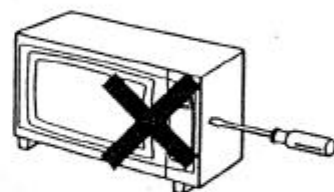
4. 爐內沒有調理食物時，請勿按下加熱鈕

溫度會異常上升而造成故障。



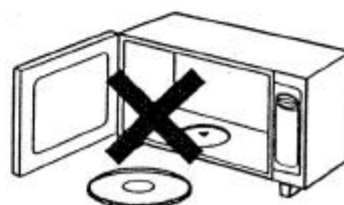
5. 請勿拆開外殼

機體內有高壓電部份，十分危險。



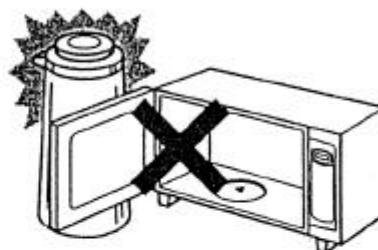
6. 請勿拿開玻璃盤加熱

會使加熱不均勻或引起故障。



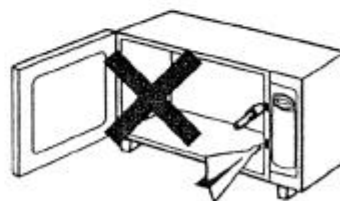
7. 門前的檢視窗請勿撞擊

會使玻璃破裂引起故障。



8. 門鉤開關孔請勿夾住東西

會造成內部零件之故障。



使用上的注意事項

1. 請勿將食物加熱超過規定時間

少量食物（燒賣2~3個）或乾燥食物（醃乾食物），請勿長時間加熱，可能會燒焦或燃燒起來。如果因加熱過長造成冒煙燃燒，請立即拔掉電源，並維持爐門關閉，直到燃燒變小或熄滅後，再行開門清理。



2. 有殼的食物，請將外殼打裂

連殼原封不動加熱，可能會發生爆裂；故加熱前務必將外殼打裂。



3. 瓶蓋務必打開

如牛奶瓶一類瓶口較小者，加熱時瓶內液體可能會噴出；故最好先行倒在大碗之類開口較大的容器內，再行加熱。



4. 不能煮蛋或煎蛋

將生蛋直接加熱或煎蛋、煮蛋時，由於微波的急激加熱，會使其爆裂，請絕對避免此種調理。



5. 使用鋁箔包裝者，請特別注意

有些料理（如雞腿或茶碗蒸）特意要使用鋁箔紙包起來的時候請參照烹飪手冊說明部份使用。

6. 生鮮冷凍食品的解凍，請再半解凍狀態時停止加熱

完全解凍則可能使部份食物煮熟，所以在中心部份仍為凍結狀態時，及停止加熱。



7. 袋裝食物請打開包裝倒在其他容器內加熱

用袋子密封的食品，加熱時可能會使袋子炸裂，所以務必倒出來，裝在其他容器內加熱。又鋁箔包裝食品之鋁箔會反射微波而無法加熱，故一定要打開倒出來。



8. 加熱時間依食品初溫、量、材料而異

- 烹飪手冊所列之時間，是將一定量之食物，由常溫加熱到煮熟所需之時間。故依食物初溫的高低（冷凍、冷藏、常溫）、量的多少、材料的不同而所需的加熱時間也有所不同。所以請依食物狀況適當調整加熱時間。
- 液體食物在微波爐加熱後，需等待一會兒再行取出，以防止液體食品再加熱中或取出時突然噴出而受到煮沸液體燙傷。

保養方法

■ 爐內

1. 爐內壁

- 若有污垢請即擦拭乾淨。
- 爐內壁若滴濺到湯汁或沾有食物屑、醬油、醋、咖啡等，請立即用抹布擦拭。若不清除而繼續使用可能會局部吸收微波而燒焦或結疤而無法除去。
- 污垢程度嚴重者可用食器清潔劑沾在抹布上擦拭，拭淨後務必用清水將清潔劑擦拭乾淨。

2. 電源線

本機使用之電源線為Y型連接方式電器。若電源線損壞時，必須由製造廠或其服務處或具有類似資格的人員更換以避免危險。」

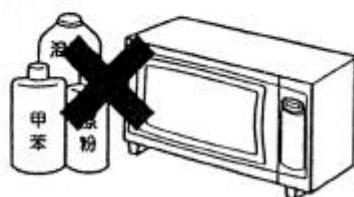
■ 機體

1. 爐門、操作部

前面的爐門或操作部，請用擰乾的濕抹布柔軟的細布擦拭。

■ 保養時請注意

請勿使用溶劑、甲苯、擦粉、金屬刷子拭或刷洗，可能會引起變色或損壞。



緊急處理方法

■ 有燒焦味時

發生異常時（有燒焦味等）須立即停止運轉並拔掉電源插頭



- 若在異常狀態下繼續運轉，會因發熱等情形，造成火災及觸電的發生。
- 請速與特約服務中心或就近經銷商洽詢。

■ 瓦斯漏氣時



請先關掉瓦斯開關，但不要處理微波爐因電源插頭拔掉時，產生火花會引起爆炸的危險。

關於售後服務

送修時 若發生故障，請即停止使用，並將電源插頭拔下。若在故障狀態繼續使用，或自行修理，均可能生危險。下列狀況可能不是故障，在送修前請先檢查清楚。

狀況	檢查項目
不加熱	• 是否停電？ • 保險絲是否燒斷？ • 插頭是否插好？

- 送修時，請將產品型號及故障情況詳細說明，絕對不要自行拆開外殼進行修理。



鍋具選擇

•耐熱玻璃容器

Pyroceram、pyrex、cookmaster等耐熱性好，最適合。

注意

驟熱、驟冷可能會使其破裂。

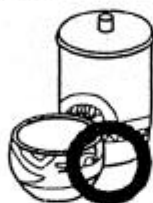


•陶器・瓷器

陶瓷所製的一般容器均可使用。

注意

有金銀粉等花紋者，會產生火花而脫落，內面有著色花紋或裂痕者亦不適用。



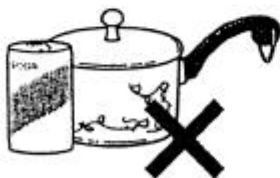
•普通玻璃容器

含有油質的料理，容器內食物溫度會很高，可能會使玻璃破裂，所以不能使用有浮雕之玻璃，即使強化玻璃亦不能使用。



•鋁・琺瑯等金屬容器

因微波不能穿透金屬，故不能使用。金屬網或金屬簍會發生火花，亦不能使用。



•不耐熱的塑膠容器

因不耐熱，故不適用。

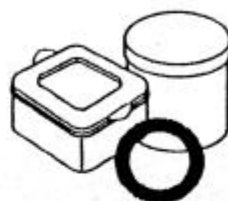


•耐熱塑膠容器

Polypropylene 等可以耐熱120℃者可用。

注意

油份多的料理，食品溫度很高，不能使用。



•塑膠膜

煮蔬菜時可用來包裹或當作容器蓋子使用。

注意

肉類或油炸物，因溫度高，直接包裹可能會使膠膜溶化。



•木、竹容器、紙容器

湯液會滲出，且高溫時容器會燒焦，故不能使用。尤其使用釘子的木、竹容器，微波會集中在釘子處而使其燒焦。



•漆器

可能會掉漆或龜裂，所以不能使用。



•鋁箔

會反射微波所以不能使用。但可利用其反射特性而局部使用。例如可作為茶碗蒸蓋或包在魚尾等來調節微波量。



微波爐簡易食譜(一)

菜名	使用材料	作法
炒花生 (鹽酥花生)	花生……………4兩 鹽……………1小匙 味素……………1/4小匙	A 花生洗淨，瀝去水份，裝盤平舖（避免層層相疊。） B 撒上鹽及味素少許拌勻，不加蓋，以微波強火7—8分鐘，中間（時間過半）須打開爐門攪拌一次。 C 取出待涼則酥脆可口，配酒下飯皆宜。
烤蛤蜊	蛤蜊……………半斤 調味料鹽……………1小匙	A 蛤蜊在鹽水中浸泡2—3小時吐沙後，清洗乾淨。 B 以刀切去韌帶，裝盤，在表面撒點鹽，不加蓋，微波3—4分鐘即可。
茶碗蒸	鰻蛋……………3個 香菇末……………1朵 魚板……………2片 蝦仁……………2隻 火腿末……………適量 蔥末……………少許 鹽……………1/4小匙 麻油……………少許 味素……………少許 水……………1 1/2杯	A 蛋打散加①料用筷子攪拌均勻，過濾後備用。 B 兩個茶碗裝上已拌好的蛋液，各灑上香菇末、火腿末、蝦仁、魚板，蓋上鋁箔紙，（露面朝外），以牙籤戳幾個洞兩碗以微波強火2分鐘，（五段1分半鐘），改解凍段6—7分鐘，（弱火3段4分鐘）。
白玉苦瓜	苦瓜……………1條 蒜泥……………1大匙 肉絲……………2兩 豆豉……………1大匙 醬油……………1小匙 麻油……………1大匙 糖……………1/4小匙 鹽、味素……………各1/4小匙 糖……………1小匙 油(沙拉油)……………2大匙	A 苦瓜切薄片，加1/4小匙鹽抓拌，去水瀝乾，肉絲加①料翻15分鐘備用，豆豉切碎。 B 將所有材料拌合加②料和勻，覆膠膜微波3—4分鐘即可。
干貝介菜	干貝……………2粒 芥菜心……………12兩 高湯……………1杯 鹽……………1/4小匙 味精……………1/4小匙 太白粉……………1小匙 水……………2小匙	A 干貝洗淨，加高湯1杯覆膠膜微波強火8分鐘，取出撕成細絲湯汁留用。 B 芥菜心去老葉，取10公分切段，置盤覆膠膜微波強火5—6分鐘，取出沖冷水，以保鮮綠。 C 所有材料拌合加湯汁及③料覆膠膜微波3分鐘取出湯汁。③料加入微波30秒，取出淋在芥菜心上即可。
麻婆豆腐	豆腐……………2塊 絞肉……………2兩 蔥末……………1大匙 蒜末……………1大匙 沙拉油……………1大匙 薑末……………1大匙 辣豆瓣醬……………2大匙 太白粉……………1小匙 水……………1大匙 醬油……………1 1/4大匙 味素……………少許 酒……………1大匙 糖……………1小匙 烏醋……………少許 水……………1/4杯 蔥花……………1大匙 花椒粉……………1/4小匙	A 豆腐切小塊置盤備用；①料充分拌勻先以微波強火2分鐘爆香。 B 絞肉割細加②料及爆香後的①料拌合後淋到豆腐上，覆膠膜微波5分鐘後取出。 C 太白粉加水調勻淋上稍拌，續微波30秒後，取出灑上蔥花及花椒粉即可供食。
豆豉排骨	小排骨……………12兩 蔥末……………1大匙 酒……………1/4大匙 醬油……………2大匙 糖……………1/4大匙 太白粉……………1大匙 水……………1/4杯 麻油……………1小匙 豆豉……………1 1/4大匙 蒜末……………1/4大匙 薑末……………1/4大匙 紅辣椒(切片)……………1條	A 小排骨洗淨，切約20小塊，加①料翻1小時，備用。 B 小排骨，加②料拌勻，蓋上膠膜，加熱9分鐘取出，灑上蔥末即可。

微波爐簡易食譜(二)

菜名	使用材料	作法
清蒸海鮮	鯉魚.....1斤 葱.....2枝 ② 薑.....2片 酒.....1大匙 鹽.....1小匙 ③ 味精.....½小匙 麻油.....3大匙 蠔油.....½大匙 麻油.....1小匙 水.....2大匙 葱絲.....4大匙 薑絲.....3大匙 辣椒絲.....2大匙	A 鯉魚洗淨，魚身兩面各劃二道斜刀，入①料醃半小時。 B 將②料，淋於魚上；蓋上膠膜，加熱7—8分鐘，取出葱薑灑③料於魚上，麻油，加熱1分鐘，淋於葱薑絲上即可。
五柳魚	魚.....1斤 酒.....1大匙 鹽.....1小匙 黑醋.....1大匙 ② 糖.....½大匙 味精.....½小匙 胡椒.....少許 麻油.....少許 水.....2大匙 洋蔥(切絲).....½個 辣椒(切絲).....1條 香菇(切絲).....3朵 小黃瓜絲.....½杯 紅蘿蔔絲.....½杯 鹽.....½小匙 味精.....½小匙 油.....1大匙	A 魚洗淨，魚身兩面各劃二道斜刀，加①料，醃半小時備用。 B 將②料拌勻，灑於魚上；蓋上膠膜，加熱7—8分鐘，取出，即可食用。
蒜茸蒸草蝦	草蝦.....半斤 ② 油.....2大匙 酒.....½大匙 鹽.....½小匙 蠔油.....½小匙 水.....2大匙 葱末.....3大匙 蒜末.....3大匙	A 草蝦洗淨，抽去腸泥，從背部切開成兩半，排於盤中，入①料，蓋上膠膜，加熱3—4分鐘，取出加②料於蝦上。 B 油，蓋上膠膜，加熱1分鐘，淋於葱蒜末上，即可食用。
烤雞翅	雞翅膀.....10隻 葱.....2支 ② 薑.....1塊 蒜粒.....5顆 辣椒.....1支 醬油.....½杯 酒.....2大匙 糖.....1小匙 沙茶醬.....1大匙	A 雞翅膀洗淨用牙籤戳刺以防油爆。 B 葱、薑、蒜拍碎，辣椒切段放入大碗中加①料拌勻，雞翅膀入內燻2小時。 C 取一平盤，醃好的雞翅排列呈環狀，以微波強火9—10分鐘。 D 中間可打開爐門翻面一次則更顯焦色。 PS. 注意，不加蓋膠膜，以免產生水氣。
蘆筍濃湯	蘆筍.....½罐 ② 洋火腿末.....2大匙 高湯.....3杯 酒.....½小匙 鹽.....½小匙 味精.....½小匙 太白粉.....1½大匙 熱水.....2大匙 蛋白.....1個 熱水.....1大匙	A 蘆筍切2公分長段，加①料，蓋上膠膜加熱8分鐘，取出，加②料拌勻，加熱1分鐘，取出趁熱再加入③料灑上火腿末，即可食用。
蛋糕	蛋白.....4個 細砂糖.....¾杯 蛋黃.....4個 奶油.....60g 香草片.....1片 低筋麵粉.....1杯	A 備一圓底大碗，蛋白放入以打蛋器順向打至濃性發泡(提起不會滴下)。 B 入糖順向拌勻，攪加蛋黃拌勻。 C 麵粉過篩加入以橡皮刮刀、刮勻(劃井字形)再加溶解後的奶油拌勻。 D 蛋糕模型抹油，將麵糊倒入加蓋膠膜以微波強火5—6分鐘，即可。 E 馬上倒出倒扣食用。

※ 以上所列之烹調時間係以出力 580W 之微波爐為準；微波出力 800W 之微波爐，烹調時間請自行斟酌減少 1~2 分鐘即可。

項目 方式	類 別	份 量	參 考 時 間		加熱膠膜
			800W	600W	
再 加 熱	菜 類	半斤	45秒	1 分鐘	不加
	肉 類	半斤	1 分30秒	2 分鐘	不加
	冷凍食品	200g	1 分鐘	1 分30秒	加
	牛 奶	250cc	30秒	45秒	去蓋
	麵 包	1 個	10秒	15秒	不加
	土 司	1 片	10秒	15秒	不加
	飯 類	1 飯碗	1 分	1 分30秒	加
烹 煮	蔬 菜 類	半斤	2 分30秒	3 分鐘	加
	多梗菜類	半斤	3 分鐘	4 分鐘	加
	根 莖 類	半斤	4 分鐘	5 分鐘	加
	肉 類	半斤	4 分鐘	5 分鐘	加
	全 魚	半斤	4 分30秒	5 分鐘	加
	蝦 貝 類	半斤	2 分30秒	4 分鐘	不加
	荷 包 蛋	1 個	45秒	1 分鐘	加
	湯 類	600cc	8 分鐘	10 分鐘	加
解凍	魚 肉 類	半斤	3 分鐘	4 分鐘	加

※注意事項：

1. 門未關好請勿啟動微波爐。
2. 清潔時請以柔軟抹布擦拭。
3. 使用時請不要拿開玻璃皿。
4. 請勿堵塞入風口及排風口。
5. 請勿使用金屬容器烹調食物。

SAMPO

聲寶股份有限公司

生產國別：中華民國
家電事業部：桃園縣龜山鄉大崗村頂湖路26號

0800 鈴鈴我是聲寶

客戶服務專線：0800-005438