

HBC86K7.3S



**BOSCH**

[sv] Bruksanvisning .....2



9000590613

# SV Innehållsförteckning

|   |           |  |           |
|---|-----------|--|-----------|
| <b>Säkerhetsanvisningar</b> .....           | <b>3</b>  | <b>Sabbatläge</b> .....                                      | <b>14</b> |
| Före installation .....                     | 3         | Starta sabbatläget .....                                     | 14        |
| Säkerhetsanvisningar .....                  | 3         | Tillagningstiden har gått ut .....                           | 14        |
| Anvisningar om mikrovågsugn .....           | 3         | Flytta färdigtiden .....                                     | 14        |
| Skadeorsaker .....                          | 4         | Avbryta sabbatläget .....                                    | 14        |
| <b>Din nya enhet</b> .....                  | <b>5</b>  | <b>Barnspärr</b> .....                                       | <b>15</b> |
| Kontroller .....                            | 5         | <b>Grundinställningar</b> .....                              | <b>15</b> |
| Knappar .....                               | 5         | Ändra grundinställningar .....                               | 16        |
| Vred .....                                  | 5         | <b>Automatisk avstängning</b> .....                          | <b>16</b> |
| Display .....                               | 5         | <b>Skötsel och rengöring</b> .....                           | <b>16</b> |
| Temperaturövervakning .....                 | 5         | Rengöringsmedel .....  | 17        |
| Ugnsutrymme .....                           | 6         | Rengöra lucktätningen .....                                  | 17        |
| Tillbehör .....                             | 6         | Rengöra luckglasen .....                                     | 18        |
| <b>Före första användning</b> .....         | <b>7</b>  | <b>Felsökningstabell</b> .....                               | <b>18</b> |
| Inställningar före första användning .....  | 7         | Felsökningstabell .....                                      | 19        |
| Värma upp ugnen .....                       | 7         | Byta ugnslampan .....  | 19        |
| Rengöra tillbehören .....                   | 7         | Byta tätningslist .....                                      | 20        |
| Luckspärr .....                             | 7         | <b>Service</b> .....   | <b>20</b> |
| <b>Slå på och av ugnen</b> .....            | <b>8</b>  | E-nummer och FD-nummer .....                                 | 20        |
| Slå på .....                                | 8         | <b>Energi- och miljötips</b> .....                           | <b>20</b> |
| Slå av .....                                | 8         | Spara energi .....   | 20        |
| <b>Ställa in ugnen</b> .....                | <b>8</b>  | Återvinning .....  | 20        |
| Ugnsfunktioner .....                        | 8         | <b>Programautomatik</b> .....                                | <b>21</b> |
| Ställa in ugnsfunktion och temperatur ..... | 8         | Välja program .....  | 21        |
| Inställningsrekommendationer .....          | 9         | Anpassa slutresultatet individuellt .....                    | 21        |
| Ställa in snabbuppvärmningen .....          | 9         | Upptining och tillagning med programautomatik .....          | 21        |
| <b>Mikron</b> .....                         | <b>10</b> | <b>Testat i vårt provkök</b> .....                           | <b>26</b> |
| Om kärl och formar .....                    | 10        | Upptining, uppvärmning och tillagning med mikrovågsugn ..... | 26        |
| Mikroeffektlägen .....                      | 10        | Mikrotips .....  | 28        |
| Ställa in mikron .....                      | 10        | Kakor, tårter och småkakor .....                             | 29        |
| <b>MikroKombi</b> .....                     | <b>11</b> | Tips vid gräddning .....                                     | 30        |
| MikroKombi lätt .....                       | 11        | Stekning och grillning .....                                 | 31        |
| MikroKombi intensiv .....                   | 11        | Tips vid stekning och grillning .....                        | 34        |
| Ställa in MikroKombi .....                  | 11        | Gratänger, varma mackor .....                                | 34        |
| <b>Kombifunktionen</b> .....                | <b>11</b> | Färdigmat .....  | 35        |
| Lämpliga mikroeffekter .....                | 11        | <b>Anpassad tillagning</b> .....                             | <b>35</b> |
| Ställa in kombifunktionen .....             | 11        | Ställa in anpassad tillagning .....                          | 35        |
| <b>Tillvalsknapp</b> .....                  | <b>12</b> | Tips för anpassad tillagning .....                           | 36        |
| Formar .....                                | 12        | <b>Provrätter</b> .....                                      | <b>36</b> |
| Ställa in tillval .....                     | 12        | Gräddning .....  | 37        |
| <b>Tidsfunktioner</b> .....                 | <b>12</b> | Grilla .....   | 37        |
| Ställa in timern .....                      | 12        | <b>Akrylamid i livsmedel</b> .....                           | <b>38</b> |
| Ställa in tillagningstiden .....            | 13        |  |           |
| Flytta färdigtiden .....                    | 13        |  |           |
| Ställa klockan .....                        | 14        |  |           |
| <b>Memory</b> .....                         | <b>14</b> |  |           |
| Spara inställningar i minnet .....          | 14        |  |           |
| Aktivera minnet .....                       | 14        |  |           |

Utförligare information om produkter, tillbehör, reservdelar och service hittar du på Internet: [www.bosch-home.com](http://www.bosch-home.com) och onlineshop: [www.bosch-eshop.com](http://www.bosch-eshop.com)

# ⚠ Säkerhetsanvisningar

Läs bruksanvisningen noggrant. Det är viktigt för att du ska kunna använda enheten säkert och på rätt sätt.

Förvara bruks- och monteringsanvisningen på ett säkert ställe. Skicka med bruksanvisningen om du säljer spisen.

## Före installation

### Transportskador

Kontrollera att spisen inte har några transportskador när den packats upp. Om spisen har en transportskada får den inte användas.

### Elanslutning

Endast en behörig fackman får utföra anslutningen. Vid skador på grund av felaktig anslutning gäller inte garantin.

### Uppställning och anslutning

Följ den särskilda monteringsanvisningen.

## Säkerhetsanvisningar

Enheten är bara avsedd för hushållsanvändning. Enheten är bara avsedd för matlagning.

Vuxna och barn får inte använda enheten utan uppsikt

- om de saknar fysisk eller mental färdighet
- eller saknar kunskap och erfarenhet.

Låt aldrig barn leka med enheten.

### Het ugn

#### Risk för brännskador!!

- Vidrör aldrig de varma ytorna på uppvärmnings- och tillagningskärl. Vidrör aldrig de varma ytorna i tillagningsutrymmet eller värmeelementen. Öppna luckan försiktigt. Varm ånga kan tränga ut. Håll små barn på avstånd.
- Tillaga aldrig maträtter med stora mängder högprocentiga alkoholhaltiga drycker. Alkoholångor kan antändas i tillagningsutrymmet. Använd endast små mängder högprocentiga drycker och öppna luckan försiktigt.

#### Brandrisk!!

- Förvara inte brännbara föremål i ugnsutrymmet. Öppna aldrig luckan om det sipprar ut rök. Slå av enheten direkt. Dra ur kontakten eller ta ur säkringen i proppskåpet.
- Lägg aldrig bakplåtspapper löst på tillbehöret vid förvärmning. Du skapar ett luftdrag när du öppnar luckan. Bakplåtspappret kan komma i kontakt med värmeelementen och fatta eld. Tyng alltid ned bakplåtspappret med en stekgryta eller form. Lägg bara bakplåtspapper där det behövs. Bakplåtspappret får inte sticka ut utanför tillbehöret.

#### Risk för kortslutning!!

Se till så att sladdar till elapparater inte blir fastklämda i den varma ugnsluckan. Sladdisoleringen kan smälta.

#### Risk för skällning!!

Håll aldrig vatten i det varma ugnsutrymmet. Det bildas varm vattenånga.

### Varma tillbehör och formar

#### Risk för brännskador!!

Ta aldrig ut varma tillbehör eller formar ur ugnsutrymmet utan grytlappar.

### Skadad lucka eller tätningslist

#### Risk för allvarliga personskador!!

Använd aldrig mikrovågsugnen om luckan eller tätningslistan är skadad. Mikrovågsenergi kan avges. Använd inte ugnen igen förrän den har reparerats.

### Rostiga ytor

#### Risk för allvarliga personskador!!

Vid bristfällig rengöring kan ytan på enheten rosta med tiden. Mikrovågsenergi kan avges. Rengör mikrovågsugnen regelbundet.

### Öppet höljet

#### Risk för stötar!!

Ta aldrig bort höljet. Produkten innehåller högspänningsdelar.

#### Risk för allvarliga personskador!!

Ta aldrig bort höljet. Det hindrar mikrovågsenergi från att tränga ut.

### Varm eller fuktig omgivning

#### Risk för kortslutning!!

Utsätt aldrig mikrovågsugnen för hög värme eller fukt.

### Icke fackmässiga reparationer

#### Risk för stötar!!

- Reparationer som inte är fackmässigt utförda är farliga. Endast en godkänd tekniker från vår kundtjänst har tillstånd att reparera enheten och byta slitna ledningar.
- Om enheten är defekt ska du koppla ifrån säkringen i säkringsskåpet eller dra ut nätkontakten ur vägguttaget. Kontakta service.

## Anvisningar om mikrovågsugn

### Tillagning av livsmedel

#### Brandrisk!!

Använd mikrovågsugnen endast för att tillaga livsmedel som är lämpliga för förtäring. Annan användning kan vara farlig och leda till skador. Exempelvis kan uppvärmda tofflor, värmekuddar med spannmål eller dylikt antändas.

### Formar

#### Risk för personskador!!

- Käril av porslin och keramik kan ha små hål i handtag och lock. Bakom hålen döljer sig ett hålrum. Eventuell fukt i dessa hålrum kan göra att kärlet spricker.
- Använd aldrig formar som inte är avsedda för mikro.

#### Risk för brännskador!!

Varma maträtter kan göra att kärlet blir varmt. Använd alltid grytlappar när du tar ut käril och tillbehör ur tillagningsutrymmet.

### Mikroeffekt och -tid

#### Brandrisk!!

Ställ aldrig in en för hög mikrovågseffekt eller en för lång tid. Livsmedlen kan antändas och skada mikrovågsugnen. Följ anvisningarna i den här bruksanvisningen.

## Förpackningar

### Brandrisk!!

- Värm aldrig maträtter i varmhållningsförpackningar.
- Håll koll när du värmer på mat i formar av plast, papper eller andra brännbara material.

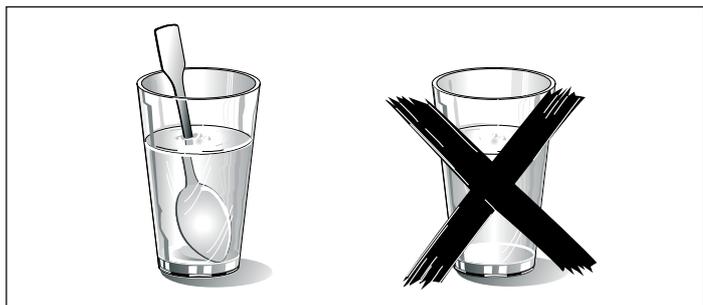
### Risk för brännskador!!

Förpackningen till vakuumpförpackade livsmedel kan explodera. Följ anvisningarna på förpackningen.

## Drycker

### Risk för skällning!!

När du värmer vätska kan den koka upp. Det börjar alltså koka utan ångbubblor som du är van vid. Även vid små vibrationer i kärlet kan den heta vätskan plötsligt stänka och koka över häftigt. Sätt alltid en sked i kärlet när du värmer vätskor. Då undviker du att det kokar över.



### Explosionsrisk!

- Värm aldrig drycker i tillslutna kärl.
- Värm inte alkoholhaltiga drycker på för hög effekt.

## Barnmat

### Risk för brännskador!!

Värm aldrig barnmat med locket på. Ta alltid bort locket eller nappen. Skaka eller rör om ordentligt efter uppvärmningen. Så blir temperaturen jämnt fördelad. Kontrollera alltid temperaturen innan barnet får maten.

## Livsmedel med skal eller skinn

### Risk för brännskador!!

- Koka aldrig ägg med skal. Värm aldrig hårdkokta ägg. De kan explodera. Detta gäller även skal- och kräftdjur. Om du steker ägg måste du först sticka sönder gulan försiktigt.
- Skal och skinn på t.ex.äpplen, tomater, potatis och korv kan spricka. Stick hål i skalet eller skinnen före uppvärmningen.

## Torka livsmedel

### Brandrisk!!

Torka aldrig livsmedel i mikrovågsugnen.

## Livsmedel med låg vattenhalt

### Brandrisk!!

Livsmedel med låg vattenhalt, t.ex.bröd, får aldrig tinas upp eller värmas med för hög effekt eller under för lång tid.

## Matolja

### Brandrisk!!

Värm aldrig upp enbart matolja i mikron.

## Skadeorsaker

### Obs!

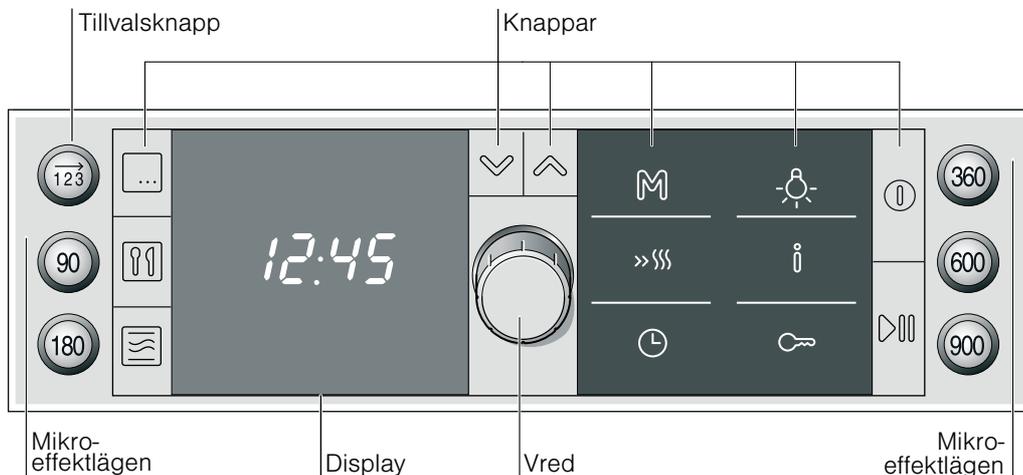
- Bakplåt, bakplåtspapper, aluminiumfolie eller form på ugsbotten: Ställ inte bakplåtar eller kärl på ugsbotten. Lägg inte aluminiumfolie på ugsbotten. Värmen ackumuleras. Då stämmer inte gräddnings- och tillagningstiderna och emaljen kan få skador.
- Aluminiumformer: Använd inte aluformer i enheten. Enheten kan bli skadad av gnistorna som uppstår.
- Vatten i varm ugn: Häll aldrig vatten i varm ugn. Det blir till vattenånga. Temperaturskiftningar kan ge skador på emaljen.
- Fuktiga livsmedel: Långtidsförvara inte fuktiga livsmedel i stängd ugn. Emaljen blir skadad. Förvara inte mat i enheten. Det kan ge korrosion.
- Fruktsaft: Lägg inte på för mycket i långpannan om du bakar saftiga fruktkakor. Droppande fruktsaft från långpannan lämnar fläckar som inte går bort.
- Avsvalning med öppen lucka: Låt ugnen svalna med stängd lucka. Kläm aldrig fast luckan. Även om luckan bara är lite öppen, så får intilliggande inredning skador så småningom.
- Jättesmutsig tätning: Om ugnstättningen är jättesmutsig, så går ugnsluckan inte längre att stänga ordentligt vid användning. Inredningen runt om kan bli skadad. Håll alltid tätningen ren.
- Ugnsluckan som sitt- eller avställningsyta: Ställ aldrig något på den öppna ugnsluckan och sitt inte på den. Ställ inga formar eller tillbehör på ugnsluckan.
- Transportera enheten: Bär eller håll aldrig enheten i luckhandtaget. Handtaget håller inte för enhetens vikt och kan lossna.
- Använda enheten utan livsmedel: Slå bara på mikrofunktionen om det finns livsmedel i ugnsutrymmet. Använder du ugnen tom kan den bli överbelastad. Enda undantaget är korta formtest, (se anvisningarna om formar).
- Mikrovågspopcorn: Se till att du inte väljer en för hög mikrovågseffekt. Använd max. 600 W. Placera alltid popcornpåsen på en glastallrik. Skivan kan spricka på grund av överbelastning.

# Din nya enhet

I detta avsnitt lär du känna din nya enhet. Vi förklarar manöverfältet och de enskilda manöverelementen. Du får information om tillagningsutrymmet och om tillbehören.

## Kontroller

Här ser du en översikt över kontrollerna. Det kan förekomma avvikelser beroende på typen av enhet.



### Knappar

Det sitter givare under knapparna. Du behöver inte trycka hårt. Tryck bara på respektive symbol.

Undantag: Knappen för tillvalsfunktion och knapparna för mikrovågseffekt är vanliga tryckknappar.

### Knappar

| Symbol   | Knappfunktion   |
|----------|---|
| →<br>123 | Väljer tillval  |
| 90       | Ställer in mikroeffekt 90 W   |
| 180      | Ställer in mikroeffekt 180 W  |
| 360      | Ställer in mikroeffekt 360 W  |
| 600      | Ställer in mikroeffekt 600 W  |
| 900      | Ställer in mikroeffekt 900 W  |
| □        | Välj ugnsfunktion   |
| ☺        | Välj programautomatik   |
| ☺        | Väljer MikroKombi   |
| ∨        | hoppa ner en rad i displayen  |
| ∧        | gå upp en rad i displayen   |
| M        | Väljer minne  |
| »»»      | Slå på snabbuppvärmning   |
| ⌚        | Öppnar och stänger tidsfunktionen   |
| ☺        | Slå av och på ugnslampan  |
| i        | kort tryckning = hämta information lång tryckning = öppna eller stäng meny grundinställningar |
| ☺        | Slår på/av barnspärren  |
| Ⓜ        | Slå på och av ugnen   |
| ▶▶▶      | tryck till = slår på/pausar funktionen<br>håll intryckt = slår av funktionen                  |

### Vred

Du kan ändra förslags- och inställningsvärdena med vredet. Vredet är av popout-typ. Tryck till på vredet, så fjädrar det in eller ut.

### Display

Displayen är uppdelad i olika delar:

- Rubriken får du bara upp före start
- Inställningsdelen
- Statusraden, får du upp efter start

### Rubrik

Översta raden visar vald funktion, t.ex. ugnsfunktion, program, tidsfunktioner osv. Pilarna till höger visar vilken riktning du kan navigera med ∨- och ∧-knapparna. Efter start försvinner rubriken.

### Inställningsdelen

Inställningsdelen visar förslagsvärden som du kan ändra. Du hoppar mellan raderna med navigationsknapparna ∨ och ∧. Raden du är på blir markerad med hakparanteser till vänster och höger. Du kan ändra värdet inom hakparanteserna med vredet.

### Statusraden

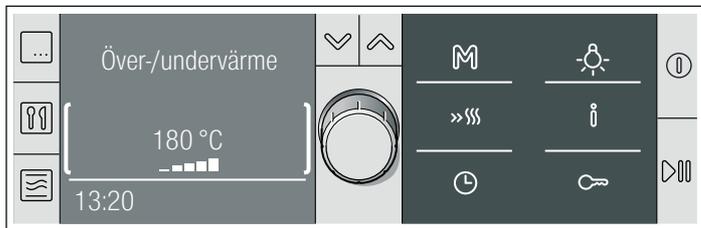
Statusraden ligger i underkant av displayen. Du får upp den efter start och den visar aktuell tid, pågående tidsfunktioner eller om barnspärren är på. Före start får du korta anvisningar om hur du ställer in, om det behövs.

### Temperaturövervakning

Staplarna i temperaturövervakningen visar uppvärmningsfas eller restvärme i ugnsutrymmet.

### Uppvärmning

Vid start får du upp fem staplar bredvid inställd temperatur. När sista stapeln är fylld har enheten nått inställd temperatur.



Om du ställt in grill- eller mikroläge, så ser du inte staplarna. Du kan kolla aktuell temperatur vid uppvärmning med i-knappen. Visad temperatur kan avvika något från den faktiska ugnstemperaturen på grund av termisk tröghet.

### Restvärme

Temperaturövervakningen visar restvärmen när du slagit av ugnen. Är alla staplar fyllda har ugnen uppnått en temperatur på ca 300°C. Sjunger temperaturen till ca 60°C, slocknar displayen.

### Ugnsutrymme

Enheten har en kylfläkt.

#### Kylfläkt

Vid behov slår kylfläkten av och på av sig själv. Den varma luften evakuerar via luckan.

#### Obs!

Täck inte över ventilationsspringan. Då blir ugnen överhettad.

#### Anvisningar

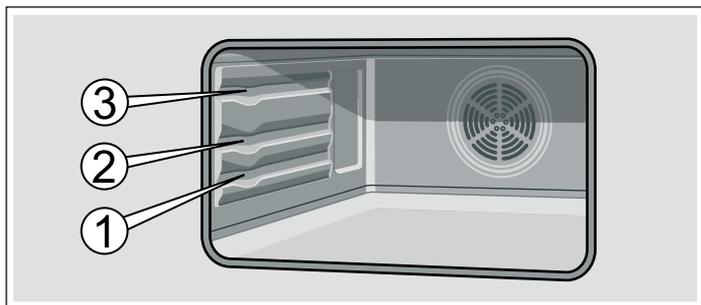
- Kylfläkten har en viss eftergångstid efter att du använt enheten.
- Kör du mikron förblir enheten kall. Kylfläkten slår på i alla fall. Den kan fortsätta att gå även när mikron är klar.
- Det kan det bildas kondens på ungslucka, -väggar och -botten. Det är normalt och påverkar inte mikron. Torka av kondensen när du använt enheten.

#### Ugnsbelysning

Ugnslampan lyser i ugnsutrymmet när du använder ugnen. Öppnar du ugnsluckan, så tänds ugnslampan. Du kan slå av och på lampan med -knappen.

### Tillbehör

Tillbehöret kan skjutas in på 3 olika falsar i ugnen.



Tillbehöret kan ändra form när det blir varmt. Missformningen försvinner när tillbehöret har svalnat, och den påverkar inte tillbehörets funktion.

Tillbehör kan du köpa i butik eller i fackhandeln. Uppge HEZ/HMZ-numret.



#### Galler

För kärl, kakformar, stekar och grillbitar.

Gallret kan skjutas in med kröken uppåt  eller nedåt .



#### Långpanna HEZ862000

För stora stekar, torra och saftiga kakor, och gratänger. Den fungerar även som stänkskydd när man grillar kött direkte på gallret. Skjut in långpannan på fals 1.

Skjut in långpannan i ugnen med den sluttande kanten mot ugnsluckan.

### Extratillbehör

Extratillbehör köper du i butik eller hos service. Du hittar ett omfattande tillbehörssortiment till din ugn i våra kataloger eller på Internet. Tillgänglighet och möjligheten att beställa specialtillbehör online skiljer sig åt internationellt. Kontrollera i försäljningsunderlagen.

| Extratillbehör   | HEZ-nummer | Användning   |
|------------------|------------|--|
| Bakplåt av emalj | HEZ861000  | För kakor och småkakor. Skjut in bakplåten i ugnen till anslaget med den sluttande kanten mot ugnsluckan.  |
| Låg glasform     | HEZ863000  | För stora stekar, saftiga kakor och gratänger. Den fungerar som stänkskydd när du grillar kött direkt på gallret. Placera glasformen på fals 1. Glasformen kan även användas som avställningsyta vid mikrovågsdrift. |
| Glasform         | HEZ915001  | För grytstekar och gratänger som du tillagar i ugnen. Grytan passar särskilt bra för programautomatiken.   |

### Extratillbehör

Extratillbehör köper du i butik eller hos service. Du hittar ett omfattande tillbehörssortiment till din ugn i våra kataloger eller på Internet. Tillgänglighet och möjligheten att beställa specialtillbehör online skiljer sig åt internationellt. Kontrollera i försäljningsunderlagen.

| Extratillbehör   | HEZ-nummer | Användning   |
|------------------|------------|--|
| Bakplåt av emalj | HEZ861000  | För kakor och småkakor. Skjut in bakplåten i ugnen till anslaget med den sluttande kanten mot ugnsluckan.  |
| Låg glasform     | HEZ863000  | För stora stekar, saftiga kakor och gratänger. Den fungerar som stänkskydd när du grillar kött direkt på gallret. Placera glasformen på fals 1. Glasformen kan även användas som avställningsyta vid mikrovågsdrift. |

| Extratillbehör | HEZ-nummer | Användning   |
|----------------|------------|--|
| Glasform       | HEZ915001  | För grytstekar och gratänger som du tillagar i ugnen. Grytan passar särskilt bra för programautomatiken. |

### Kundtjänstartikel

Du kan köpa lämpliga rengöringsmedel eller andra tillbehör för dina hushållsmaskiner hos kundtjänst, hos din återförsäljare

eller på internet för vissa länder i e-Shop. Uppge motsvarande artikelnummer.

|                                 |                  |  |
|---------------------------------|------------------|--|
| Puttsdukar för rostfria ytor    | Artikelnr 311134 | Förhindrar smutsavlagringar. Oljan i specialimpregneringen tar hand om rostfria ytor på bästa sätt.  |
| Ugnsrengöringsgel               | Artikelnr 463582 | För rengöring av ugnsutrymmet. Gelen är doftfri.   |
| Mikrofiberduk med bikakstruktur | Artikelnr 460770 | Passar bra för rengöring av ömtåliga ytor som t.ex. glas, glaskeramik, rostfritt eller aluminium. Mikrofiberduken tar bort fukt och fet smuts. |

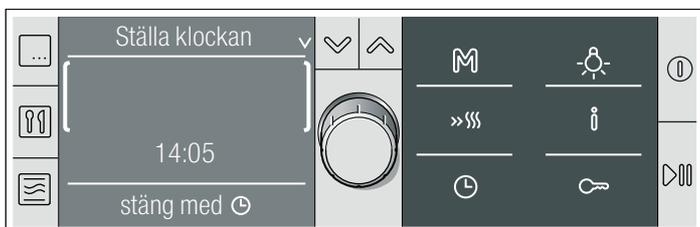
## Före första användning

Kapitlet ger information om vad du måste göra före första användning av enheten.

- Ställa klockan
- Byta språk på displayen, om det behövs
- Värma upp ugnen
- Rengöra tillbehören
- Glöm inte att läsa säkerhetsanvisningarna i början av bruksanvisningen. De är väldigt viktiga.

### Inställningar före första användning

När du anslutit enheten får du upp rubriken "Ställ klockan" på översta displayraden. Ställ klockan och byt språk på displayen, om det behövs. Tyska är förinställt.



#### Ställa klockan och byta språk

1. Byt till förinställd tid med -knappen.
2. Ställ klockan med vredet.
3. Gå upp med -knappen.  
Hakparanteserna står till höger och vänster om "Uhrzeit" (tid).
4. Byt till "Sprache wählen:" (Välj språk) med vredet.
5. Tryck på -knappen.  
Hakparanteserna står till vänster och höger om "deutsch" (tyska).
6. Ställ in det språk du vill ha med vredet. Du kan välja mellan 30 olika språk.
7. Tryck på -knappen.

Enheten sparar tid och språk. Displayen visar aktuell tid.

**Anvisning:** Du kan byta språk närsomhelst. Se kapitlet *Grundinställningar*.

### Värma upp ugnen

Värm upp ugnen tom och stängd, så får du bort lukten av ny ugn.

Se till så att det inte finns kvar några förpackningsrester i ugnsutrymmet som t.ex. frigitkolor.

Vädra köket när ugnen värmer upp.

Värm upp ugnsutrymmet med över-/undervärme på 240 °C.

1. Tryck på -knappen.  
Du får upp startmenyn med knappbeskrivningen.
2. Tryck sedan på -knappen.  
Du får upp rubriken "Ugnsfunktioner" på översta raden. Inställningsdelen föreslår 3D-varmluft och 160 °C. Hakparanteserna är till vänster och höger om ugnsfunktionen.
3. Ändra ugnsfunktion till över-/undervärme med vredet.
4. Byt till temperatur med -knappen.  
Hakparanteserna står till vänster och höger om temperaturen.
5. Ställ vredet på 240 °C.
6. Tryck på -knappen.  
Ugnen går igång. Rubriken "ugnsfunktioner" försvinner. Du får upp statusraden med klockan på displayen.
7. Slå av ugnen med -knappen efter 60 minuter.

Staplarna i temperaturövervakningen visar restvärmen i ugnsutrymmet.

### Rengöra tillbehören

Rengör tillbehören ordentligt med varmt vatten, diskmedel och en mjuk disktrasa före första användning.

### Luckspärr

Enheten har en bipackad luckspärr. Du fäster den i ugnen. Följ monteringsanvisningen.

Tryck på knappen, så öppnar du luckan. Infästningen av luckspärren beror på lucktypen. Följ anvisningen som är bipackad med luckspärren. Se till så att ugnsluckan låser när du stänger den.

# Slå på och av ugnen

ⓘ-knappen slår på och av ugnen.

## Slå på

Tryck på ⓘ-knappen. Du får upp startmenyn med knappbeskrivningen.



## Välj den funktion du vill ha.

- 90, 180, 360, 600 eller 900 W-knapparna = mikro
- □-knappen = ugnsfunktioner
- [Ugn]-knappen = program
- [MikroKombi]-knappen = MikroKombi
- [Tillval]-knappen = tillvalsfunktion
- [M]-knappen = sparade Memory-inställningar

Väljer du inte funktion inom några sekunder, så får du upp rubriken "Välj funktion".

Du kan läsa mer om hur du ställer in funktionerna i respektive kapitel.

## Slå av

Tryck på ⓘ-knappen. Ugnen slår av.

# Ställa in ugnen

Kapitlet ger dig information om

- vilka ugnsfunktioner ugnen har
- hur du ställer in ugnsfunktion och temperatur
- hur du väljer maträtt i inställningsrekommendationerna
- och hur du ställer in snabbuppvärmningen.

## Ugnsfunktioner

Ugnen har en massa olika ugnsfunktioner. På så vis kan du alltid hitta bästa sättet att tillaga maträtterna.

| Ugnsfunktioner och temperaturintervall                        | Användning  |
|---|---|
| 3D-varmluft<br>30-250 °C                                      | För bakning av kakor och småkakor på två falsar.  |
| Varmluft<br>30-250 °C   | För bakning av sockerkakor på en fals.  |
| Över-/undervärme<br>30-300 °C                                 | För bakning och ugnsbakning på en fals. Passar för kakor med fuktig garnering (t.ex. cheesecake) och småkakor på plåt.                                |
| Intensivvärme<br>100-300 °C                                   | För maträtter med knaprig botten (t.ex. quiche). Värmen kommer ovanifrån och kraftigt underifrån.   |
| Undervärme<br>30-200 °C                                       | För mat och bakverk som kräver kraftig värme på undersidan för att få färg eller bli knapriga. Slå bara på undervärmen en stund i slutet av baktiden. |
| Varmluftsgrill<br>100-250 °C                                  | För fågel och stora köttstycken.  |
| Grill, stor grillyta<br>lätt (1)<br>medel (2)<br>kraftig (3)  | Grillar stekar, korv, varma smörgåsar och fiskbitar i stora mängder.  |
| Grill, liten grillyta<br>lätt (1)<br>medel (2)<br>kraftig (3) | Grillar biffar, korv, varma smörgåsar och fiskbitar i små mängder.  |
| Anpassad tillagning<br>70-100 °C                              | För mörkt kött som ska bli medium/rosa eller precis lagom genomstekt.   |

## Ugnsfunktioner och Användning temperaturintervall

|                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| Förvärmning<br>30-70 °C   | För förvärmning av porslin. |
| Varmhållning<br>60-100 °C | För varmhållning av mat.    |

## Ställa in ugnsfunktion och temperatur

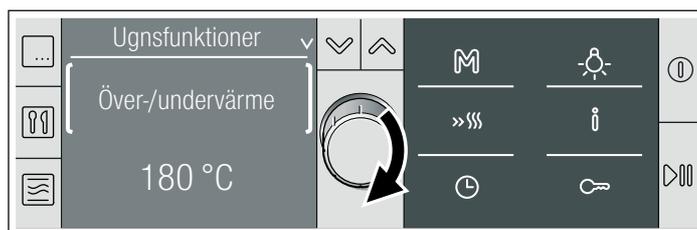
Exempel i bilden: inställning över-/undervärme, 200°C.

Slå på ugnen med ⓘ-knappen resp. tryck på □-knappen. Displayen föreslår 3D-varmluft, 160°C.

Du kan dra igång inställningarna direkt med [Ugn]-knappen.

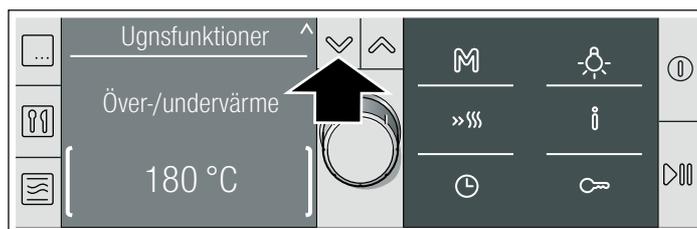
Gör så här om du vill ställa in annan ugnsfunktion och temperatur:

1. Ställ in den ugnsfunktion du vill ha med vredet.

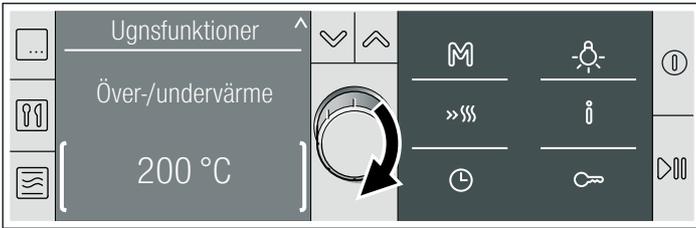


2. Byt till temperatur med ∨-knappen.

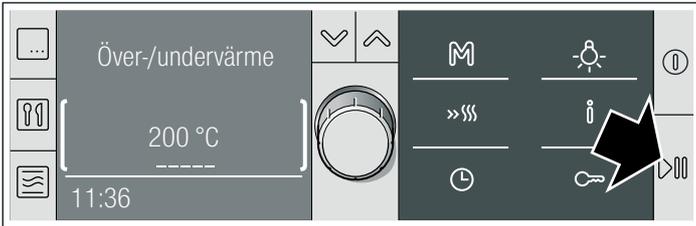
Hakparanteserna står till vänster och höger om föreslagen temperatur.



3. Ställ in den temperatur du vill ha med vredet.



4. Tryck på >|||>-knappen.



Ugnen går igång.

5. Slå av ugnen med ⓘ-knappen när rätten är färdig eller ställ in ny ugnsfunktion.

### Öppna ugnsluckan då och då.

Ugnsfunktionen pausar. Ugnen pausar. >|||>-symbolen blinkar på statusraden. Stäng luckan och tryck på >|||>-knappen igen. Funktionen går igång igen.

### Slå av funktionen

Tryck till på >|||>-knappen. Ugnen pausar. >|||>-symbolen blinkar. Tryck på >|||>-knappen igen, ugnen går igång.

### Ändra temperatur eller grilläge

Det kan du göra närsomhelst. Ändra temperatur eller grilläge med vredet.

### Slå av ugnsfunktionen

Håll >|||>-knappen intryckt tills du får upp "Välj funktion". Nu kan du ställa in igen.

### Läsa av info

Tryck till på ⓘ-knappen. Stega fram informationen genom att trycka på ⓘ-knappen. Före start får du information om ugnsfunktioner, falshöjder och tillbehör. Efter start kan du läsa av aktuell temperatur i ugnsutrymmet.

### Ställa in tillagningstiden

Se kapitlet *Tidsfunktioner*, Ställa in tillagningstid.

### Flytta färdigtiden

Se kapitlet *Tidsfunktioner*, Flytta färdigtiden.

## Inställningsrekommendationer

Väljer du en maträtt från inställningsrekommendationerna, så får du optimala förinställningsvärden. Du kan välja bland många olika kategorier. Det finns massor med rätter med inställningsrekommendationer, allt från kakor, bröd, fågel, kött och vilt till gratänger och färdigmat. Du kan ändra temperatur och tillagningstid. Ugnsfunktionen är fast inställd.

Du kommer till rätterna via olika katalognivåer. Prova dig fram. Kolla in alla rätter som finns.

### Välj maträtt

1. Tryck på □-knappen.

Displayen föreslår 3D-varmluft, 160 °C.

2. Vrid vredet åt vänster till inställningsrekommendationerna.

Du får upp första matkategorin.

3. Byt till första matkategorin med ∨-knappen och ställ in den kategori du vill ha med vredet.

Hoppa till nästa nivå med ∨-knappen. Gör nästa val med vredet.

Till slut får du fram inställningen för maträtten du valt. Du kan ändra temperatur, men inte ugnsfunktion.

4. Tryck på >|||>-knappen.

Ugnen går igång. Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

### Tillagningstiden har gått ut

Enheten ger signal. Ugnsuppvärmningen slår av. Statusraden visar 00:00:00. Du kan slå av signalen tidigare med ⏸-knappen.

### Ändra temperatur eller grilläge

Ändra temperatur eller grilläge med vredet.

### Ändra tillagningstiden

Tryck på ⏸-knappen och hoppa till tillagningstid med vredet. Tryck på ∨-knappen och ändra tillagningstiden med vredet. Tryck på ⏸-knappen.

### Läsa av info

Tryck på ⓘ-knappen.

### Flytta färdigtiden

Se kapitlet *Tidsfunktioner*, Flytta färdigtiden.

## Ställa in snabbuppvärmningen

Snabbuppvärmningen passar inte alla ugnsfunktioner.

### Lämpliga ugnsfunktioner

- 3D-varmluft
- Varmluft
- Över- och undervärme
- Intensivvärme

### Lämpliga temperaturer

Snabbuppvärmning fungerar inte om inställd temperatur ligger under 100 °C. Om ugnstemperaturen bara är något lägre än inställd temperatur, så behöver du inte köra snabbuppvärmning. Den slår inte på.

### Ställa in snabbuppvärmningen

Tryck på >>|||>-knappen till snabbuppvärmningen. Du får upp >>|||>-symbolen bredvid inställd temperatur. Staplarna i temperaturövervakningen blir fyllda.

När staplarna är fyllda, slår snabbuppvärmningen av. Du får en kort signal. >>|||>-symbolen slocknar. Ställ in maträtten i ugnsutrymmet.

### Anvisningar

- Byter du ugnsfunktion, slår snabbuppvärmningen av.
- Inställd tillagningstid börjar räkna ned direkt oberoende av snabbuppvärmningen.
- Vid snabbuppvärmning kan du kolla aktuell ugnstemperatur med ⓘ-knappen.
- Sätt inte in maten i ugnsutrymmet förrän snabbuppvärmningen är klar, så får du jämnare slutresultat.

### Avbryta snabbuppvärmningen

Tryck på >>|||>-knappen. -symbolen slocknar.

# Mikron

I livsmedel förvandlas mikrovågor till värme.

Mikrovågsfunktionen kan användas separat eller i kombination med en annan ugnsfunktion. Du får information om kärl och om hur du ställer in mikrovågsfunktionen.

## Anvisning:

I kapitlet *Testat i vårt provkök* finns exempel på upptining, uppvärmning och tillagning med mikrovågsfunktionen.

## Om kärl och formar

### Lämpliga formar

Använd elfasta formar av glas, glaskeramik, porslin, keramik eller värmestålig plast. De här materialen släpper igenom mikrovågor.

Du kan även använda serveringsporslin. Då slipper du lägga över maten sedan. Porslin med guld- eller silverdekor går bara att använda om tillverkaren garanterar att de fungerar i mikron.

### Olämpliga formar

Metallformor är olämpliga. Metall släpper inte igenom mikrovågor. Maten blir inte varm i täckta metallformor.

### Obs!

Gnistbildning: Metall - t.ex. skeden i glaset - måste vara minst 2 cm från ugnsväggarna och luckans insida. Gnistor kan förstöra det inre luckglaset.

### Test av lämpliga kärl

Starta aldrig mikron om ugnen är tom. Det enda undantaget är följande test av lämpliga formar.

Gör det här testet om du är osäker på om en viss form är lämpligt för att användas i mikron.

1. Ställ in den tomma formen i ugnen på maxeffekt i ½ till 1 minut.

2. Kontrollera temperaturen då och då.

Formen ska vara kall eller ljummen.

Om formen blir varm eller det slår gnistor, så går den inte att mikra.

## Mikroeffektlägen

Ställ in den mikroeffekt du vill ha med knapparna.

|       |   |
|-------|---|
| 90 W  | för att tina upp värmekänslig mat           |
| 180 W | för att tina upp och fortsätta tillagningen |
| 360 W | tillaga kött och värma känslig mat          |
| 600 W | för att värma upp och tillaga mat           |
| 900 W | för att värma vätskor                       |

## Anvisningar

- När du trycker på en knapp, så lyser effekten du valt.
- Mikroeffektläget 900 W går bara ställa in på maximalt 30 minuter. Alla andra effektlägen går att ställa in upp till 1 timme och 30 minuter.

## Ställa in mikron

Exempel i bilden: mikroeffektläge 360 W, tillagningstid 17 minuter.

1. Tryck på knappen för den mikroeffekt du vill ha.

Knappen lyser. Rubriken "Mikro" kommer upp på displayen. Du får upp förslagstiden.



2. Ställ in tillagningstiden med vredet.



3. Tryck på >00-knappen.

Ugnen går igång. Funktionstiden räknar ned på displayen.

### Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Mikron slår av. Tillagningstiden är inställd på 00:00 min:sek. Du kan slå av signalen tidigare, med knappen ☹.

### Öppna ugnsluckan då och då.

Ugnsfunktionen pausar. Tryck till på >00-knappen när du stängt luckan. Funktionen går igång igen.

### Slå av funktionen

Tryck till på >00-knappen. >00-symbolen blinkar på statusraden. Ugnen pausar. Tryck på >00-knappen igen. Funktionen går igång igen.

### Ändra tillagningstiden

Det kan du göra närsomhelst. Ändra tillagningstiden med vredet.

### Slå av ugnsfunktionen

Håll >00-knappen intryckt tills du får upp rubriken "Välj funktion". Nu kan du ställa in igen.

# MikroKombi

Slår automatiskt på en mikroeffekt. Ställ bara in temperaturen som receptet anger och halvera gräddningstiden.

## MikroKombi lätt

MikroKombi lätt passar för formkakor som

- Sockerkakor, t.ex. tigerkaka, fruktkaka
- Mördegskakor med saftig fyllning, t.ex. äppelpaj, cheesecake
- Kakor gjorda på färdigmix
- Vetebröd, t.ex. rosenkaka
- Ugnsfunktionen halverar även tillagningstiden för stekar.

**Anvisning:** Använd mörka bakformar i metall eller mjuka silikonformar. Till stekar passar eldfasta glasformar med eller utan lock bäst.

## MikroKombi intensiv

Ugnsfunktionen passar för

- Fågel, t.ex. kyckling
- Lådor, t.ex. makaronilåda
- Gratänger, t.ex. potatisgratäng
- inbakt fisk, färsk och djupfryst

**Anvisning:** Använd eldfasta ugnformar i glas eller keramik.

## Ställa in MikroKombi

Finns det uppgifter för olika ugnsfunktioner i receptet, välj inställningen för över-/undervärme. Tillagningstiden i receptet måste vara minst 30 minuter.

Ställ in maträtten i kall ugn. Ställ formen mitt på gallret på fals 1.

1. Tryck på -knappen.

Displayen föreslår MikroKombi lätt, 180 °C. Vrid på vredet om du vill ha MikroKombi intensiv. Du får upp MikroKombi intensiv, 200 °C.

2. Byt till temperatur med -knappen och ställ temperaturen med vredet.

3. Tryck på -knappen och hoppa till tillagningstid med vredet. Displayen föreslår en tillagningstid på 20:00 minuter.

4. Tryck på -knappen och ställ in tillagningstiden med vredet.

5. Tryck på -knappen.

6. Starta med -knappen.

Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

## Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Funktionen slår av. Statusraden visar 00:00:00. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

# Kombifunktionen

Då är en ugnsfunktion igång samtidigt som mikron är på. Maten blir klar snabbare tack vare mikron men får ändå bra färg. Du kan ställa in tillagningstider upp till 1 timme och 30 minuter.

## Lämpliga ugnsfunktioner

- 3D-varmluft
- Varmluft
- Över- och undervärme
- Varmluftsgrillning
- Grill, stor grilllyta
- Grill, liten grilllyta

## Lämpliga mikroeffekter

Alla effektlägen förutom 900 W går att kombinera med ugnsfunktionerna.

## Ställa in kombifunktionen

Exempel i bilden: inställning för över-/undervärme, 200 °C och mikroeffekt 360 W, tillagningstid 17 minuter.

1. Tryck på -knappen.

Du får upp rubriken "Ugnsfunktioner". Displayen föreslår 3D-varmluft, 160 °C.

2. Ställ in den ugnsfunktion du vill ha med vredet.



3. Byt till temperatur med -knappen.

4. Ändra temperaturen med vredet.



5. Tryck på knappen för den mikroeffekt du vill ha.

Knappen du valt lyser. Rubriken slår om till "Kombi".



6. Ställ in tillagningstiden med vredet.



7. Tryck på -knappen.



Ugnen går igång. Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

#### Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Funktionen slår av. Statusraden visar 00:00:00. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

#### Ändra temperatur eller grilläge

Det kan du göra närsomhelst. Ändra temperatur eller grilläge med vredet.

#### Ändra tillagningstiden

Tryck på -knappen och hoppa till tillagningstid med vredet. Tryck på -knappen och ändra tillagningstiden med vredet. Tryck på -knappen.

#### Öppna ugnsluckan då och då.

Ugnsfunktionen pausar. Ugnen pausar. -symbolen blinkar på statusraden. Stäng luckan och tryck på -knappen igen. Funktionen går igång igen.

#### Slå av funktionen

Tryck till på -knappen. Ugnen pausar. Tryck på , så går funktionen igång igen.

#### Slå av ugnsfunktionen

Håll -knappen intryckt tills du får upp "Välj funktion". Nu kan du ställa in igen.

#### Flytta färdigtiden

Se kapitlet *Tidsfunktioner*, Flytta färdigtiden.

## Tillvalsknapp

Med tillvalsknappen kan du ställa in upp till tre olika ugnsfunktioner efter varandra och sedan slå på. Krav: Du måste ange en tillagningstid för respektive steg.

#### Formar

Använd alltid eldfast form som tål att mikras.

#### Ställa in tillval

Ställ in en tillagningstid för tillvalen.

1. Tryck på -knappen.

Knappen lyser. Rubriken "Tillval" kommer upp på displayen. 1:an för första tillvalet står inom hakparenteser.



2. Välj och ställ in den ugnsfunktion du vill ha.

3. Gå tillbaka med -knappen till [1] och byt till [2] för andra tillvalet med vredet.

4. Välj och ställ in den ugnsfunktion du vill ha.

5. Gå tillbaka med -knappen till [2] och byt till [3] för tredje tillvalet med vredet.

6. Välj och ställ in den ugnsfunktion du vill ha.

7. Tryck på -knappen.

Ugnen går igång.

**Anvisning:** Du får upp första tillvalet på displayen. Funktionstiden räknar ned på displayen.

#### Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Tillvalsfunktionen slår av. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

#### Ändra inställning

Du kan bara ändra före start.

1. Gå upp med knappen  tills 1, 2 eller 3 visas inom hakparenteser.

2. Välj det tillval du vill ändra med vredet.

3. Ändra inställningen.

#### Slå av ugnsfunktionen

Håll -knappen intryckt tills du får upp "Välj funktion". Nu kan du ställa in igen.

## Tidsfunktioner

Öppna tidsfunktionsmenyn med -knappen. Enheten har följande funktioner:

När ugnen är av:

- Ställa in timern
- Ställa klockan

När ugnen är på:

- Ställa in timern
- Ställa in tillagningstiden
- Flytta färdigtiden

#### Ställa in timern

Timern fungerar oberoende av ugnen. Du kan använda den som äggklocka och ställa in den närsomhelst.

1. Tryck på -knappen.

Tidsfunktionsmenyn öppnar.

2. Tryck på -knappen och ställ in timertiden med vredet.

3. Stäng tidsfunktionsmenyn med -knappen.

Displayen slår om till tidigare visning. Du får upp timersymbolen  och tidsnedräkningen.

## När tiden har gått ut

Enheten ger signal. När tiden gått ut. Displayen visar 00:00. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

## Slå av tiden

Öppna tidsfunksionsmenyn med -knappen. Tryck på -knappen och vrid tillbaka tiden till 00:00 med vredet. Stäng menyn med -knappen.

## Ändra tiden

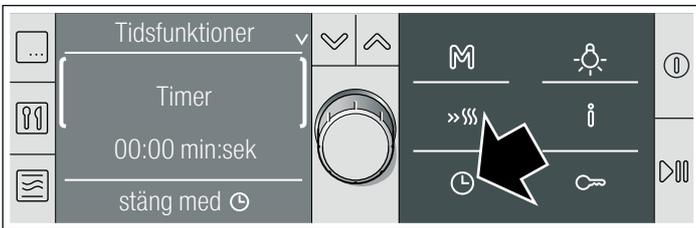
Öppna tidsfunksionsmenyn med -knappen. Tryck på -knappen och ändra timertiden inom de närmsta sekunderna med vredet. Stäng menyn med -knappen.

## Ställa in tillagningstiden

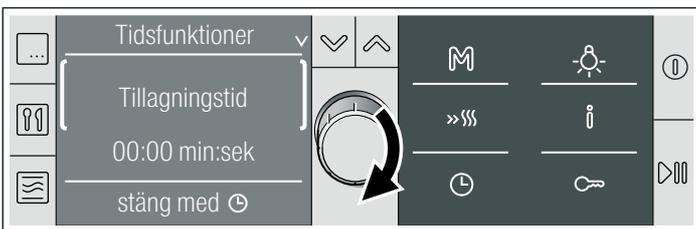
Ställer du in tiden (tillagningstiden) för maträtten, så slår enheten av automatiskt när tiden går ut. Ugnsuppvärmningen slår av.

Förutsättning: ugnsfunktion och temperatur är inställda.  
Exempel i bilden: inställning för över-/undervärme, 180 °C, 45 minuter

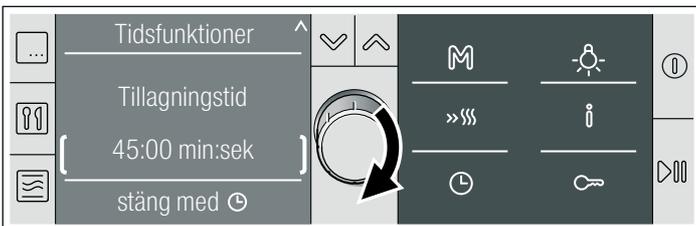
1. Tryck på -knappen.  
Tidsfunksionsmenyn öppnar.



2. Hoppa till tillagningstid med vredet.



3. Byt rad med -knappen.
4. Ställ in tillagningstiden med vredet.



5. Tryck på -knappen.  
Tidsfunksionsmenyn stänger.
6. Innan funktionen är på,  
Tryck på -knappen.



Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

## Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Funktionen slår av. Statusraden visar 00:00:00. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

## Slå av tillagningstiden

Öppna menyn med -knappen. Byt till tillagningstid med vredet, tryck på -knappen och sätt tillagningstiden till 00:00 med vredet. Stäng menyn med -knappen.

## Ändra tillagningstiden

Öppna menyn med -knappen. Byt till tillagningstid med vredet, tryck på -knappen och ändra tillagningstiden med vredet. Stäng menyn med -knappen.

## Flytta färdigtiden

Se till så att känsliga livsmedel inte står för länge i ugnsutrymmet.

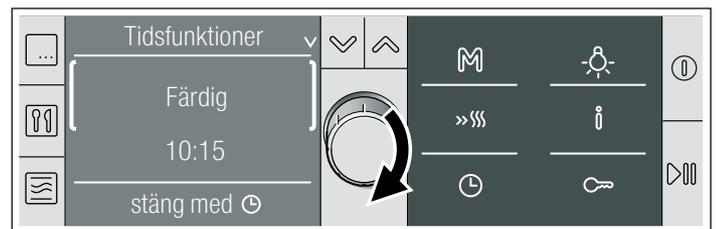
Exempel: ställ in maten i ugnen 9:30. Den tar 45 minuter och är färdig 10:15. Men du vill att den ska vara färdig 12:45. Flytta färdigtiden från 10:15 till 12:45. Ugnen ställer sig i standby. Den slår på 12:00 och slår av 12:45.

På vissa rätter kan du inte flytta färdigtiden.

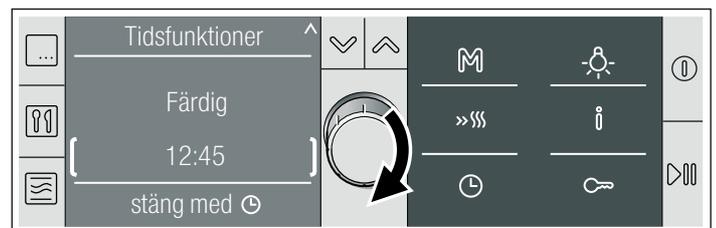
## Ställ in färdigtiden

Förutsättning: den inställda funktionen är inte på.  
Tillagningstiden är inställd. Tidsfunksionsmenyn är öppen.

1. Gå till övre raden med -knappen och byt till Färdigtid med vredet.  
Du får upp tiden då funktionen är klar.



2. Tryck på -knappen.
3. Du kan flytta färdigtiden med vredet.



4. Stäng tidsfunksionsmenyn med -knappen.
5. Bekräfta med -knappen.



Inställningen sparas. Ugnen står i standbyläge och går igång vid rätt tid.

## Tillagningstiden har gått ut.

Enheten ger signal. Funktionen slår av. Statusraden visar 00:00:00. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen.

## Flytta färdigtid

Det går bra när ugnen är i standby ☹. Öppna menyn med ☹-knappen. Hoppa till färdigtid med vredet. Tryck på ☑-knappen och flytta färdigtiden med vredet. Stäng menyn med ☹-knappen.

## Slå av färdigtiden

Det går bra när ugnen är i standby ☹. Hoppa till färdigtid med vredet. Tryck på ☑-knappen och vrid vredet åt vänster tills displayen slocknar. Stäng menyn med ☹-knappen.

## Ställa klockan

Ugnen måste vara av när du ställer klockan.

### Vid strömavbrott

Vid strömavbrott får du upp rubriken "Ställ klockan" på displayen.

1. Tryck på ☑-knappen och ställ klockan med vredet.

2. Tryck på ☹-knappen.

Klockan ställs.

### Ställa om klockan

Exempel: ställa om klockan från sommar- till vintertid.

1. Tryck på ☹-knappen.

Tidsfunktionsmenyn öppnar.

2. Hoppa till klockan med vredet.

3. Tryck på ☑-knappen och ställ klockan med vredet.

4. Tryck på ☹-knappen.

Tidsfunktionsmenyn stänger. Klockan ställs.

### Slå av klockan

När ugnen är av, så får du upp klockan med aktuell tid på displayen. Det går att slå av klockan. Läs mer i kapitlet *Grundinställningar*.

# Memory

Med Memory-funktionen kan du spara egna inställningar och få upp dem igen med ett knapptryck. Det finns sex minnen. Memory är en praktisk funktion när du lagar vissa rätter ofta.

## Spara inställningar i minnet

1. Ställ in den funktion du vill ha. Starta inte.
2. Tryck till på M-knappen och välj ett av de 6 minnena med vredet.
3. Håll M-knappen intryckt tills du får upp "Sparat i minnet". Inställningen är sparad och går att starta närsomhelst.

### Lägga in nytt i minnet

Gör dina inställningar, välj minne och spara de nya inställningarna med M-knappen. De gamla inställningarna skrivs över.

## Aktivera minnet

Du kan starta sparade inställningar närsomhelst.

1. Tryck in M-knappen snabbt och välj minne med vredet.

Du får upp de sparade inställningarna. Får du upp "Minnet är tomt" på det minne du valt, så finns inga sparade inställningar.

2. Tryck på D-knappen.

Memory startar.

### Byta minne

När ugnen gått igång kan du inte längre ändra minnet.

### Ändra inställningar

Det kan du göra närsomhelst. Nästa gång du slår på Memory-funktionen, så får du upp den sparade inställningen igen.

# Sabbatläge

Inställningen kör ugnen med över-/undervärme och temperatur mellan 85 °C och 140 °C. Du kan ställa in en tillagningstid från 24 till 73 timmar.

Du kan varmhålla mat i ugnsutrymmet den här tiden utan att slå på eller av ugnen.

## Starta sabbatläget

Förutsättning: du har slagit på "Sabbatläge: ja" i grundinställningarna. Se kapitlet *Grundinställningar*.

1. Tryck på □-knappen.  
Displayen föreslår 3D-varmluft, 160 °C.
2. Vrid vredet åt vänster till sabbatläget.
3. Byt till temperatur med ☑-knappen och ställ in den temperatur du vill ha med vredet.
4. Öppna tidsfunktionsmenyn med ☹-knappen och hoppa till tillagningstid med vredet.  
Enheten föreslår 27:00 timmar.
5. Tryck på ☑-knappen.
6. Ställ in den tid du vill ha med vredet.
7. Tryck på D-knappen.

Sabbatläget går igång. Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

## Tillagningstiden har gått ut

Ugnsuppvärmningen slår av.

## Flytta färdigtiden

Det går inte att flytta färdigtiden.

## Avbryta sabbatläget

Håll D-knappen intryckt tills du får upp "Välj funktion". Nu kan du göra en ny inställning.

# Barnspärr

Ugnen har barnspärr så att barn inte kan slå på ugnen eller ändra inställning av misstag.

## Slå på barnspärren

Tryck på nyckelknappen  tills du får upp -symbolen. Det tar ca 4 sekunder.

Kontrollerna är spärrade.

## Ta bort spärren

Tryck på nyckelknappen  tills symbolen slocknar. Nu kan du ställa in igen.

**Anvisning:** Du kan slå av ugnen med  eller genom att trycka länge på -knappen, ställa in timern och slå av ljudsignalen även om barnspärren är på.

# Grundinställningar

Enheten har olika grundinställningar som går att anpassa om det behövs.

**Anvisning:** I tabellen hittar du alla grundinställningar och vilka ändringar som går att göra. Enheterna finns i olika utföranden, displayen visar bara de grundinställningar som gäller din enhet.

| Grundinställning                           | Alternativ  | Beskrivning  |
|--|---|--|
| Välj språk:<br>tyska                       | Det går att välja 29 andra språk                            | Språk på displayen   |
| Ljudsignallängd:<br>medel                  | medel = 2 minuter<br>kort = 10 sekunder<br>lång = 5 minuter | Hur lång tid enheten ger signal när en tid går ut  |
| Knappton:<br>av                            | på<br>av  | Kvitteringston vid knapptryck  |
| Displayljusstyrka:<br>dag                  | dag medel natt  | Displaybelysning:  |
| Kontrast<br>○○○●○○○                        | t.ex kraftigare<br>○○○○○●○                                  | Displaykontrast  |
| Klockdisplay:<br>på                        | på<br>av*   | Klocka på displayen när ugnen är av * Tiden visas alltid om det finns restvärmeindikering.   |
| Slå på igen när luckan stängs:<br>av       | automatiskt<br>av*  | Den funktion som aktiveras när du har öppnat och stängt luckan, *använd [F17:20]  för att fortsätta |
| Individuell anpassning:<br>- ○○○●○○○ +     | t.ex. alltid mer genomsteckt<br>- ○○○○○●○ +                 | Ändra slutresultatet i alla program i programautomatiken åt höger = mer genomsteckt åt vänster = mindre genomsteckt  |
| Visa knappbeskrivning:<br>på               | på<br>av  | Visar startmenyn när du slår på ugnen.   |
| 3D-varmluft<br>Förslag: 160 °C             | från 30 upp till max. 250 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Varmluft<br>Förslag: 160 °C                | från 30 upp till max. 250 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Över- och undervärme<br>Förslag: 180 °C    | från 30 upp till max. 300 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Intensivvärme<br>Förslag: 190 °C           | från 100 upp till max. 300 °C                               | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Undervärme<br>Förslag: 180 °C              | från 30 upp till max. 200 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Varmluftsgrillning<br>Förslag: 190 °C      | från 100 upp till max. 250 °C                               | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Grill, stor grilllyta<br>Förslag: kraftig  | kraftig medel svag  | Ändra föreslagen nivå permanent för ugnsfunktionen   |
| Grill, liten grilllyta<br>Förslag: kraftig | kraftig medel svag  | Ändra föreslagen nivå permanent för ugnsfunktionen   |
| Anpassad tillagning<br>Förslag: 80 °C      | från 70 upp till max. 100 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Förvärmning<br>Förslag: 50 °C              | från 30 upp till max. 70 °C                                 | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| Varmhållning<br>Förslag: 70 °C             | från 60 upp till max. 100 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |
| MikroKombi lätt<br>Förslag: 180 °C         | från 30 upp till max. 250 °C                                | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen   |

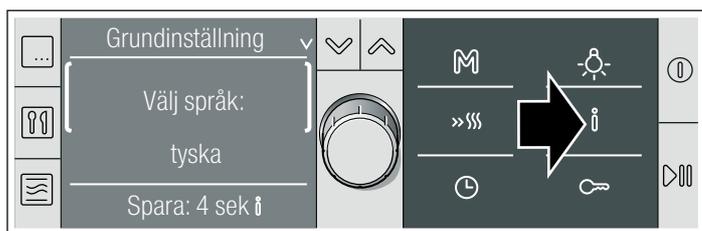
| Grundinställning                          | Alternativ                   | Beskrivning  |
|---|------------------------------|--|
| MikroKombi intensiv<br>Förslag: 200 °C    | från 30 upp till max. 250 °C | Ändra föreslagen temperatur permanent för ugnsfunktionen |
| Sabbatläge:<br>nej                        | nej<br>ja                    | Se kapitlet Sabbatläge                                   |
| Driftspänning<br>220-230 V                | 220-230 V<br>230-240 V       | Anpassa driftspänningen                                  |
| Återställa fabriksinställningarna:<br>nej | nej<br>ja                    | Återställer alla ändringar till grundinställningarna     |

## Ändra grundinställningar

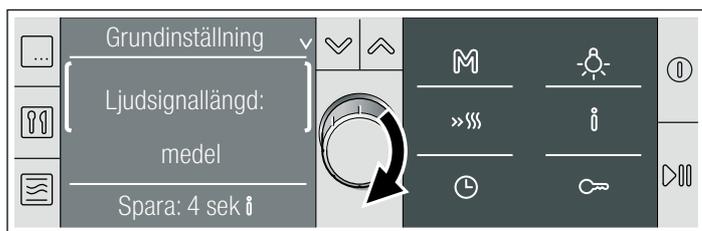
Förutsättning: ugnen ska vara av.

Exempel i bilden: ändra grundinställningen signaltid från medel till kort.

1. Tryck på **i**-knappen i ca 4 sekunder tills du får upp rubriken "Grundinställning" och första grundinställningen "Välj språk".



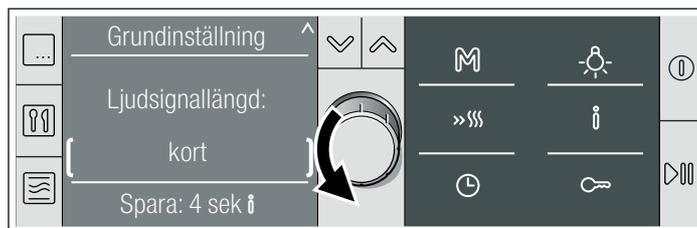
2. Välj den grundinställning du vill ha med vredet.



3. Hoppa till nästa rad med **↕**-knappen.

4. Ändra grundinställningen med vredet.

Nu kan du ändra fler grundinställningar. Byt rad med **↕** och ställ in enligt beskrivningen i punkt 2 och 4.



5. Tryck på **i**-knappen tills du får upp klockan. Det tar ca 4 sekunder. Alla ändringar är sparade.

### Avbryta

Tryck på **⓪**-knappen. Ändringarna blir inte överförda.

## Automatisk avstängning

Ugnen har en funktion för automatisk avstängning. Den slår av enheten om det inte finns någon inställd tillagningstid och inställningarna inte blivit ändrade på ett tag. Exakt när beror på inställd temperatur eller inställt grilläge.

### Avstängning på

Du får upp texten "Automatisk avstängning" på displayen.

Funktionen slår av. Tryck på någon av knapparna, så försvinner texten. Nu kan du ställa in igen.

**Anvisning:** Finns det en inställd tillagningstid, så slår ugnen av uppvärmningen när den går ut. Den automatiska avstängningen behöver inte vara på.

## Skötsel och rengöring

Sköt och rengör mikron ordentligt, så håller den sig hel och fin. Vi ska förklara här hur du sköter och rengör mikron ordentligt.

### ⚠ Risk för kortslutning!!

Använd aldrig högtrycks- eller ångrengörare vid rengöring av ugnen.

### ⚠ Risk för brännskador!!

Ugnen ska inte rengöras omedelbart efter att den har använts. Låt enheten svalna.

### Anvisningar

- Färgavvikelser på produktfronten kan bero de olika material som ingår, t.ex. glas, plast eller metall.
- Skuggorna i luckglaset som liknar ränder är i själv verket reflektioner från ugnsbelysningen.
- Emalj bränns vid mycket höga temperaturer. Det kan ge små färgavvikelser. Det är helt normalt och påverkar inte funktionen. Kanterna på tunna plåtar går inte att emaljera helt och hållet. Det är därför de kan vara skrovliga. Det påverkar inte korrosionsskyddet.
- Dålig lukt, t.ex. efter att du lagat fisk, går att ta bort smidigt. Pressa ett par droppar citron i en kopp vatten. Sätt en sked i koppen, så att vätskan inte stormkokar. Hetta upp vattnet i 1-2 minuter på maximalt mikroeffektläge.

## Rengöringsmedel

Följ anvisningarna i tabellen, så skadar du inte de olika ytorna genom att använda fel rengöringsmedel. Använd

- inga skarpa eller skurande rengöringsmedel,
- inte metall- eller glasskrapa för att rengöra luckglaset.
- inte metall- eller glasskrapa för att rengöra lucktätningen.
- inte hårda disksvampar eller svinto,
- inga starka, alkoholhaltiga rengöringsmedel.

Skölj ur nya disktrasor noga innan du använder dem.

| Område               | Rengöringsmedel   |
|----------------------|---|
| Enhetens front       | Varmvatten och diskmedel:<br>Rengör med disktrasa och torka av med en mjuk trasa. Använd inte fönsterputs, metall- eller glasskrapa vid rengöring.  |
| Rostfritt stål       | Varmvatten och diskmedel:<br>Rengör med disktrasa och torka av med en mjuk trasa. Ta alltid bort kalk-, fett-, stärkelse- och proteinfläckar så fort som möjligt. Du kan få korrosion under sådana fläckar. Service eller återförsäljarna har specialmedel för rostfritt. |
| Ugnen                | Varmvatten och diskmedel eller ättikslösning:<br>Rengör med disktrasa och torka av med en mjuk trasa.<br>Vid kraftig nedsmutsning: Använd ugnrensning endast i kall ugn. Använd helst rostfri skurboll.   |
| Ugnslampglaset       | Varmvatten och diskmedel:<br>Rengör med disktrasa.  |
| Front/luckans utsida | Fönsterputs:<br>Torka torrt direkt med mjuk trasa.<br>Använda inte glasskrapa.  |
| Insidan av dörren    | Fönsterputs:<br>Torka torrt med en mjuk trasa. Använda inte glasskrapa.   |
| Tätningen            | Varmvatten och diskmedel:<br>Rengör med disktrasa, skrubba inte.<br>Använd inte metall- eller glasskrapa vid rengöring.   |
| Tillbehör            | Varmvatten och diskmedel:<br>Blötlägg och rengör med disktrasa eller borste.  |

## Rengöra de självrengörande ytorna i ugnen

Ugnens bakvägg och tak har en självrengörande emaljbeläggning. Ytorna rengörs automatiskt när ugnen är på. Kraftigare stänk kan ibland försvinna först efter det att ugnen använts ytterligare några gånger.

### Anvisningar

- Använd aldrig ugnrensning på de självrengörande ytorna. Om det hamnar ugnrensning på bakväggen eller i taket, ta genast bort den med svamp och ordentligt med vatten.
- Använd aldrig skurmedel. De repar eller förstör det mycket porösa ytskiktet.
- Använd aldrig skurboll på de självrengörande ytorna.
- Missfärgningar på emaljen påverkar inte självrengöringen.

## Rengöra ugnsbotten och sidoväggarna

Använd disktrasa, varmvatten och diskmedel eller ättikslösning.

Är det jättesmuttigt, använd skurbollar i rostfritt eller ugnrensning. Ugnen ska vara kall.

## Rengöra lucktätningen

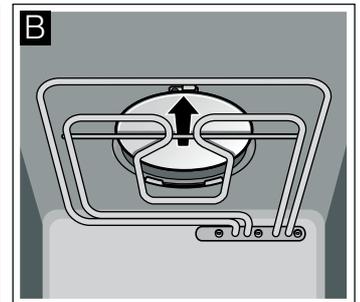
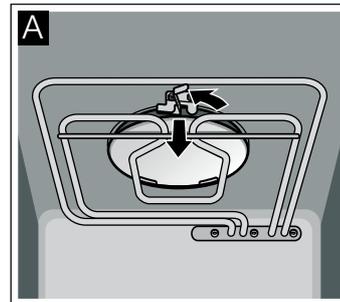
Du kan ta bort lampglaset i ugnstaket vid rengöring.

### ⚠ Risk för brännskador!!

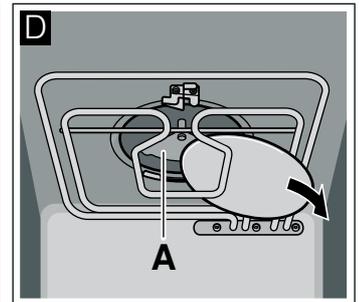
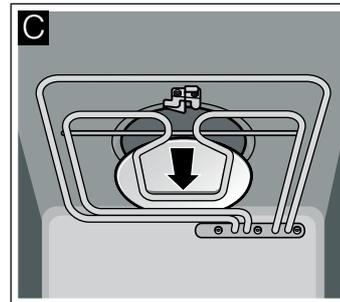
Ta aldrig ur luckglaset när du precis slagit av enheten. Ugnen ska vara kall.

### Demontering

1. Lägg en kökshandduk i ugnen.
2. Dra klammern i ugnstaket framåt. (bild A)  
Tryck lampglasets främre del nedåt med tummen. Släpp klammern.
3. Skjut glaset framåt med båda händerna och lägg det på grillelementet. (bild B)



4. Skjut lite bakåt igen. (bild C)
5. Luta i sidled nedåt och ta ut glaset. (bild D)



### ⚠ Risk för personskador!!

Rör eller rengör aldrig mikrovågsantennen (A)!

Vid lätt nedsmutsning:

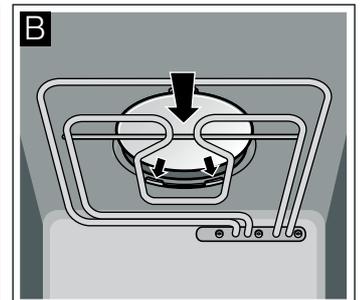
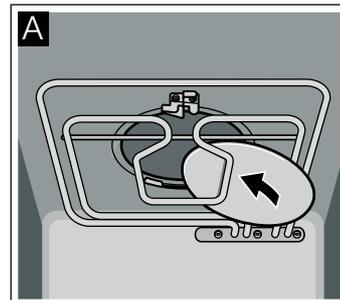
Skölj lampglaset med varmt vatten och diskmedel.

Om det är jättesmuttigt:

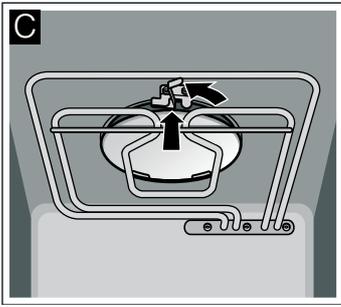
Gör rent lampglaset i ugnen på samma sätt som emaljtorna.

### Montering

1. Skjut in glaset med den släta sidan nedåt och lägg det på grillelementet. (bild A)
2. Använd båda händerna och skjut in glaset bakåt i de två hakarna. (Bild B)



3. Dra klammern framåt och tryck lampglaset uppåt. Släpp klammern. (bild C)



Ta ut kökshandduken ur ugnen.

**⚠ Risk för allvarliga personskador!!**

Använd aldrig enheten utan mikrons täckglas. Enheten kan avge mikrovågsstrålning.

**Rengöra luckglasen**

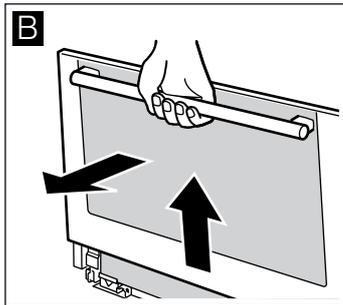
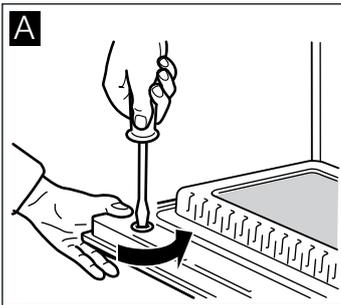
Du kan ta bort glaset i ugnsluckan, så att du kan göra rent.

**⚠ Risk för brännskador!!**

Ta aldrig ur luckglaset när du precis slagit av enheten. Ugnen ska vara kall.

**Demontering**

1. Öppna ugnsluckan.
2. Lossa de två luckskruvarna med en spårskruvmejsel (bredd 8-11 mm). Håll luckglaset med ena handen. (Bild A)
3. Luta luckan lite och dra ur luckglas och handtag uppåt. (Bild B)



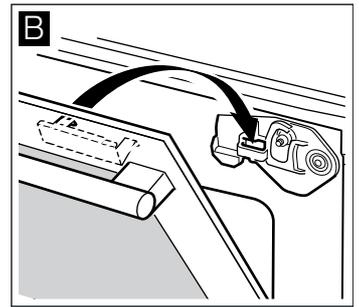
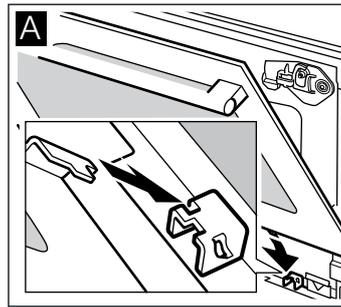
4. Stäng luckan.

**Anvisningar**

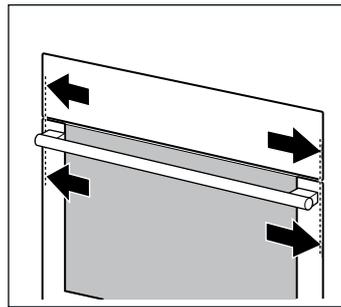
- Rengör glaset med fönsterputs och mjuk trasa.
- Använd inga kraftiga eller skurande medel. Använd inte glasskrapa.

**Montering**

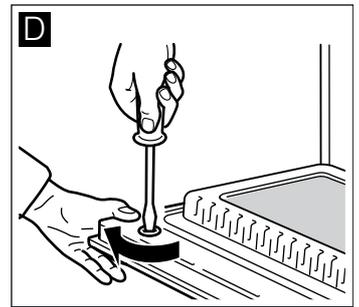
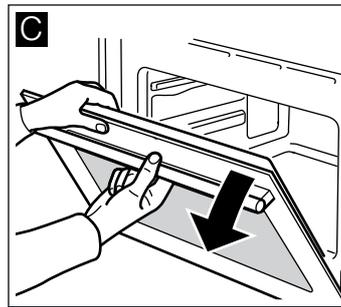
1. Sätt i det yttre luckglaset med båda händerna i urtagen. (Bild A)
2. Tryck ned luckglaset, för upp något och häkta i upptill. (Bild B)



Se till så att luckglaset sitter kant i kant med kontrollerna.



3. Öppna luckan helt, håll ihop luckglasen med en hand. (Bild C)
4. Tryck ned luckan igen och skruva fast skruvarna ordentligt med spårskruvmejsel (8-11 mm bred), stäng luckan. (Bild D)



**Obs!**

Använd inte ugnen förrän du kontrollerat att luckglasen sitter som de ska.

**Felsökningstabell**

Om det uppstår fel, så behöver du oftast bara åtgärda småsaker. Försök först åtgärda felet själv med hjälp av tabellen innan du kontaktar service.

Om en maträtt inte blir perfekt tillagad, se kapitlet *Testat i vårt provkök*. Där finns massor med matlagningstips och -anvisningar.

**⚠ Risk för stötar!!**

Reparationer som inte är fackmässigt utförda är farliga. Det är bara servicetekniker utbildade av tillverkaren som får göra reparationer.

## Felsökningstabell

| Fel  | Möjlig orsak   | Åtgärd/anvisning  |
|--|--|---|
| Enheten fungerar inte.   | Trasig säkring   | Kontrollera i proppskåpet om säkringen är hel.  |
|  | Kontakten sitter inte i                                  | Sätt i kontakten i uttaget.   |
|  | Strömavbrott   | Kolla om kökslampan lyser.  |
| Du får upp "Ställ klockan" på displayen. Klockan går fel.            | Strömavbrott   | Ställ klockan med vredet och tryck på ⏸-knappen.  |
| Ugnen blir inte varm. Du får upp texten "Demo" på statusraden.       | Ugnen är i demoläge                                      | Slå av säkringen i proppskåpet och slå på igen efter ca 20 sekunder. Tryck på ⏸-knappen i 4 sekunder inom 2 minuter tills "Demo" slocknar.                                  |
| Du får upp "Automatisk avstängning" på displayen.                    | Automatisk avstängning är på. Ugnsuppvärmningen slår av. | Tryck på någon av knapparna. Texten slocknar. Nu kan du ställa in igen.   |
| Mikron går inte igång.   | Luckan är inte stängd ordentligt.                        | Kontrollera att det inte finns matrester runt ugnsluckan eller att något föremål blivit fastklämt. Se till så att tätningslisten är ren. Titta om tätningslisten är vriden. |
|  | Mikron går inte igång.                                   | Tryck på ⏸-knappen.   |
| Enheten värmer inte upp till inställd temperatur.                    | Du har inte tryckt på ⏸-knappen.                         | Tryck på ⏸-knappen.   |
| Mikron slår av utan särskild anledning.                              | Det är fel på mikron.                                    | Kontakta service om du får felet ofta. Det går att använda ugnen även utan mikron.  |
| Det tar längre tid än förut för maten att bli varm när mikron är på. | För låg mikroeffekt.                                     | Välj högre effektläge.  |
|  | Du har satt in mer mat i enheten än du brukar.           | Dubbel mängd - nästan dubbelt så lång tid   |
|  | Maten är kallare än vanligt.                             | Rör om i maten eller vänd då och då.  |

### E-felmeddelanden

Får du upp ett felmeddelande med E på displayen, tryck på ⏸-knappen. Passa på och ställ klockan igen. Då raderar du felmeddelandet. Får du upp felet igen, kontakta service. Får du upp felmeddelande E101, E104 och E106, så kan du inte köra mikron.

Felmeddelande E011 indikerar att en knapp ev. fastnat. Tryck på en knapp åt gången och kontrollera att de är rena. Får du upp felmeddelandet igen, kontakta service.

### Byta ugnslampan

Du kan byta ugnslampan. Värmebeständiga halogenlampor 12 V, 20 W kan beställas hos vår kundtjänst eller i fackhandeln.

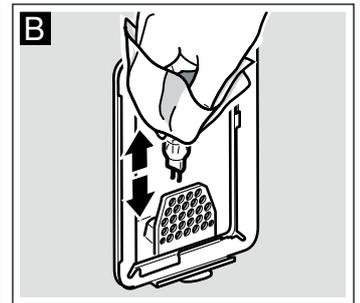
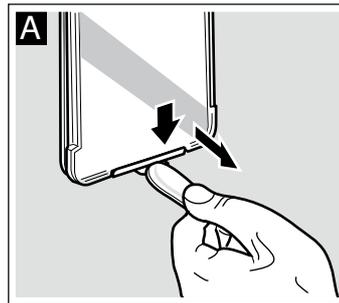
#### ⚠ Risk för stötar!!

Byt aldrig ugnslampan medan enheten är på. Dra ur kontakten eller koppla från säkringen i säkringslådan.

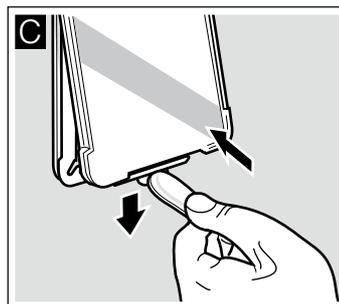
**Anvisning:** Använd alltid en torr trasa när du tar ut den nya halogenlampan ur förpackningen. På så sätt förlänger du lampans livslängd.

#### Gör så här

1. Ta ur säkringen/slå av strömmen i proppskåpet.
2. Lägg en kökshandduk i den kalla ugnen för att undvika skador.
3. Ta loss lampglaset. Öppna lampglaset underifrån. Om lampglaset är svårt att få bort kan du använda en sked till hjälp. (Bild A)
4. Ta ut lampan och byt mot en annan lampa av samma typ. (Bild B)



5. Sätt tillbaka lampglaset igen. (Bild C)



6. Ta ut kökshandduken. Koppla in säkringen i säkringslådan igen eller sätt i nätkontakten.

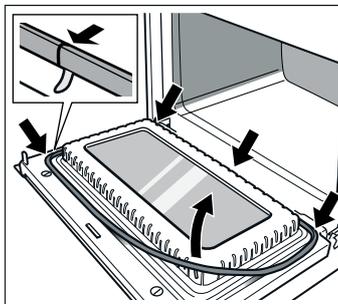
## Byta tätningslist

Om tätningslistan är defekt måste den bytas ut. Nya tätningar beställer du hos kundtjänst. Ange enhetens E-nummer och FD-nummer.

### **⚠ Risk för allvarliga personskador!!**

Använd aldrig enheten om tätningslistan är skadad. Mikrovågsenergi kan avges. Använd inte enheten igen förrän den har reparerats.

1. Öppna ugnsluckan.
2. Ta bort den gamla tätningslistan.
3. Det sitter fem hakar på tätningslistan. Fäst den nya tätningens listan på ugnsluckan med dessa hakar.



**Anvisning:** Tätningens ändarnas anslutning till varandra nedtill i mitten är tekniskt betingad.

## Service

Om din spis kräver reparation, kontakta service. Vi försöker alltid hitta en lösning som passar, så att vi inte skickar ut tekniker i onödan.

### E-nummer och FD-nummer

Ange enhetens produktnummer (E-nr) och tillverkningsnummer (FD), så kan vi hjälpa dig lättare. Typskylten med numren finns i ugnen. Fyll i enhetens uppgifter här redan nu, så slipper du leta efter dem när något går fel.

| E-nr             | FD-nr |
|------------------|-------|
| <b>Service</b> ☎ |       |

Tänk på att serviceteknikerns besök inte är gratis vid felanvändning ens under garantitiden.

Olika länders kontaktuppgifter hittar du i bifogad förteckning över Serviceställen.

### Reparationsuppdrag och råd vid fel

**S** 0771 11 22 77  
local rate

Lita på tillverkarens kunskaper. Då vet du att det är utbildade servicetekniker som gör reparationen med originalreservdelar till din vitvara.

Enheten uppfyller kraven i standard EN 55011 resp. CISPR 11. Den tillhör produktgrupp 2, klass B.

Grupp 2 betyder att den använder mikrovågor för att värma upp livsmedel. Klass B innebär att enheten är avsedd för hemanvändning.

## Energi- och miljötips

Här finner du tips om hur du kan spara energi vid gräddning och stekning och om hur du avyttrar apparaten på ett miljövänligt sätt.

### Spara energi

Förvärm bara ugnen om recepten eller tabellerna i bruksanvisningen anger det.

Använd mörka, svartlackerade eller emaljerade bakformar. De tar upp värmen bäst.

Öppna ugnsluckan så sällan som möjligt vid tillagning, gräddning eller stekning.

Flera kakor gräddas med fördel efter varandra. Ugnen är fortfarande varm. Därmed får du en kortare gräddningstid för den andra kakan.

Vid längre tillagningstider kan du slå av ugnen 10 minuter före färdigtiden och låta maten gå klart på restvärmen.

### Återvinning

Släng förpackningen i återvinningen.



Enheten uppfyller kraven i enlighet med EU-direktiv 2002/96/EG om el- och elektronikavfall (WEEE – waste electrical and electronic equipment). Direktivet anger ramarna för inlämning och återvinning av uttjänta enheter inom EU.

# Programautomatik

Med programautomatiken kan du enkelt tillaga maträtter. Du väljer program och anger maträttens vikt. Programautomatiken hämtar den optimala inställningen.

## Välja program

Exempel i bilden: inställning för 1 kg färska kycklingdelar.

1. Tryck på -knappen.

Du får upp första programgruppen och första programmet.



2. Välj programgrupp med vredet.



3. Byt rad med -knappen.

4. Välj program med vredet.



5. Tryck på -knappen.

Systemet föreslår en vikt för valt program.

6. Ställ in maträttens vikt med vredet.



7. Tryck på -knappen.

Programmet startar. Tillagningstiden räknar ned på statusraden.

## Programmet slår av

Enheten ger signal. Ugnsuppvärmningen slår av. Du kan slå av signalen tidigare med -knappen. Det står 00:00:00 för nedräknad tillagningstid på statusraden.

## Slå av program

Håll -knappen intryckt tills du får upp "Välj funktion". Nu kan du göra en ny inställning.

## Flytta färdigtiden

Se kapitlet *Tidsfunktioner, flytta färdigtiden*.

## Anpassa slutresultatet individuellt

Du kan anpassa programmet nästa gång om slutresultatet inte blev som du tänkt dig.

Ställ in enligt anvisningarna i punkt 1 till 6.

Tryck på -knappen och flytta det lysande fältet med vredet.

- 000●000 +

Åt vänster = mindre genomstekt

Åt höger = mer genomstekt

Starta programmet med knappen .

## Upptining och tillagning med programautomatik

### Anvisningar

- Ta ut livsmedlet ur förpackningen och väg det. Ange ungefärlig vikt om du inte kan ange den exakta vikten.
- Använd alltid kärl avsedda för mikrovågor, t.ex. kärl av glas, keramik eller långpannan. Följ de anvisningar som finns om tillbehör i programtabellen.
- Ställ in maten i kall ugn.
- Du hittar en tabell med lämpliga livsmedel och resp. viktintervall samt vilka tillbehör du behöver i anslutning till anvisningen.
- Du kan inte ange vikter utom viktintervallet.
- Vissa maträtter ger signal efter en stund. Då ska du vända maten eller röra om.

### Upptining

#### Anvisningar

- Platta till och portionsfrys maten, frysförvara i -18 °C.
- Lägg det djupfrysda i en låg form, t.ex. en glas- eller porslinstallrik. Lägg bullar direkt på gallret.
- Täck ömtåliga och utstående delar med små bitar aluminiumfolie. På så sätt undviker du en för tidig tillagning. Se till så att aluminiumfolien inte är i kontakt med ugnsväggarna.
- Låt maten temperaturutjämnas i ytterligare 10 till 90 minuter efter upptining.
- Vid upptining av kött, fågel eller fisk bildas vätska. Håll av den när du vänder. Använd inte vätskan och låt den inte komma i kontakt med andra livsmedel.
- Lägg nöt-, lamm- och fläskkött först med fettsidan nedåt i kärlet.
- Tina inte mer bröd än vad som går åt. Det håller sig inte färskt annars.
- Ta bort redan tinad köttfärs när du vänder.
- Lägg hel fågel först med bröstsidan ned i formen, fågeldelar med skinnsidan ned i formen. Täck ben och vingar med små bitar av aluminiumfolie.
- Vid tillagning av hel fisk täcker du stjärtfenan med aluminiumfolie, vid tillagning av fiskfilé täcker du ytterkanterna och vid tillagning av fiskkotletter täcker du de utstående ändarna.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel  | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå           |
|-------------------------|---|--------------------|------------------------------------|
| <b>Upptining</b>        |   |                    |                                    |
| Vetebröd                |   | 0,10-0,60          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Fullkornsbröd***        |   | 0,20-1,50          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Småfranska              |   | 0,05-0,45          | Galler, fals 1                     |
| Kaka, torr*             | Sockerkakor utan glasyr, vetebröd                                       | 0,20-1,50          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Kaka, saftig            | Sockerkakor med frukt utan glasyr eller gelatin, utan kräm eller grädde | 0,20-1,20          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Köttfärs*               | Nöt-, lamm-, fläskfärs  | 0,20-1,00          | Låg form utan lock, galler, fals   |
| Nötkött**               | Nötstek, kalvstek, biff   | 0,20-2,00          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Fläskkött**             | Benfri karré, nättad stek, schnitzel, gulasch                           | 0,20-2,00          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Lammkött**              | Lammfiol, lammfog, lammstek   | 0,20-2,00          | Låg form utan lock, galler, fals   |
| Hel fågel**             | Kyckling, anka  | 0,70-2,00          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Fågeldelar**            | Kycklinglår, kycklinghalvor, gåslår, gåsbröst, ankbröst                 | 0,20-1,20          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Hel fisk**              | Forell, torsk   | 0,20-1,20          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Fiskfilé**              | Filé av gädda, torsk, lax, rödfisk, gråsej, gös                         | 0,20-1,00          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Fiskkotlett**           | Kotlett av gädda, torsk, lax  | 0,20-1,00          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |

\* Signal för vändning efter ca halva tiden.

\*\* Signal för vändning efter 1/3 och 2/3 av tiden.

\*\*\* Signal för vändning efter 2/3 av tiden.

## Tillagning

### Grönsaker

#### Anvisningar

- Färska grönsaker: Skär i jämnstora bitar. Tillsätt 2 msk vatten per 100 g grönsaker.
- Frysta grönsaker: Lämpar sig för blancherade grönsaker, inte förkokta. Programmet passar inte för djupfrysta, stuvade

grönsaker. Tillsätt 1 till 2 msk vatten per 100 g. Tillsätt inget vatten till spenat och rödkål.

- Låt grönsakerna vila ytterligare ca 5 minuter efter programmets slut.

| Programgrupp<br>Program   | Lämpliga livsmedel   | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå      |
|---------------------------|--|--------------------|-------------------------------|
| <b>Grönsaker</b>          |  |                    |                               |
| tillaga färska grönsaker* | Blomkål, broccoli, morötter, kålrabbi, purjolök, paprika, zucchini | 0,20-1,00          | Form med lock, galler, fals 1 |
| tillaga frusna grönsaker* | Blomkål, broccoli, morötter, kålrabbi, rödkål, spenat              | 0,20-1,00          | Form med lock, galler, fals 1 |

\* Signal för omrörning efter halva tiden.

## Potatis

### Anvisningar

- Kokt potatis: Skär dem i lika stora bitar. Tillsätt 2 msk vatten och lite salt per 100 g potatis.
- Skalpotatis: Använd jämnstora potatisar. Skölj potatisarna och picka skalet på flera ställen. Lägg den blöta potatisen i en form utan vatten.
- Låt potatisarna vila ytterligare ca 5 minuter efter programmets slut. Håll först av det vatten som bildats.

- Varva lagren i potatisgratängen 3 till 4 cm högt i en låg form.
- Låt rätten vila i ugnen ytterligare 5 till 10 minuter efter programmets slut.
- Pommes frites, kroketter och rösti ska vara avsedda för ugnstillagning.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel                  | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå           |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------------|------------------------------------|
| <b>Potatis</b>          |                                     |                    |                                    |
| Skalad potatis*         | Fast, halvfast eller mjölig potatis | 0,20-1,00          | Form med lock, galler, fals 1      |
| Skalpotatis*            | Fast, halvfast eller mjölig potatis | 0,20-1,00          | form med lock, galler, fals 1      |
| Potatisgratäng, färsk   |                                     | 0,50-3,00          | Låg form utan lock, galler, fals 2 |

\* Signal för omrörning efter halva tiden.

\*\* Signal för vändning efter 2/3 av tiden.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå |
|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------------|
| Pommes frites, frysta** |                    | 0,20-0,60          | Långpanna, fals 2        |
| Kroketter, frysta**     |                    | 0,20-0,70          | Långpanna, fals 2        |
| Rösti, fryst**          |                    | 0,20-0,80          | Långpanna, fals 2        |

\* Signal för omrörning efter halva tiden.

\*\* Signal för vändning efter 2/3 av tiden.

## Gryn

### Anvisningar

- Gryn skummar kraftigt vid tillagning. Använd alltså täckt, hög form till gryn. Ställ in grynbruttovikten (utan vätska).
- Ris:  
Använd inte ris i kokpåse. Tillsätt två till två och en halv del vätska till en del ris.
- Polenta:  
Vid polenta bör du använda 2 till 3 gånger så mycket vatten beroende på malningsgrad.

- Couscous:  
Tillsätt dubbla mängden vätska.
- Hirs:  
Tillsätt två till två och en halv del vätska.
- Låt grynen dra ytterligare ca 5 till 10 minuter efter programmets slut.

| Programgrupp<br>Program | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå          |
|-------------------------|--------------------|-----------------------------------|
| <b>Gryn</b>             |                    |                                   |
| Långkornigt ris*        | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Basmatiris*             | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Råris*                  | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Polenta***              | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Couscous**              | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Hirs*                   | 0,10-0,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |

\* Signal för omrörning beroende på vikt, efter ca 2-14 minuter.

\*\* Signal för omrörning efter 1-2 minuter.

\*\*\* Signal för omrörning efter halva tiden.

## Gratänger

### Anvisningar

- Lägg maten i en form som går att mikra och ställ den på gallret.
- Varva lagren i gratänger och puddingar ca 5 cm högt i en låg form.

- Varva lagren i potatisgratängen 3 till 4 cm högt i en låg form.
- Låt potatisgratängen vila i ugnen i ytterligare 5 till 10 minuter efter programmets slut.

| Programgrupp<br>Program         | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falshöjd           |
|---------------------------------|--------------------|------------------------------------|
| <b>Gratänger</b>                |                    |                                    |
| Lasagne, djupfryst              | 0,40-1,00          | Form utan lock, galler, fals 1     |
| Canneloni, fryst                | 0,40-1,00          | Form utan lock, galler, fals 1     |
| Pastagrätäng, fryst             | 0,40-1,00          | Form utan lock, galler, fals 1     |
| Matgrätäng, tillagade tillbehör | 0,40-3,00          | Låg form utan lock, galler, fals 2 |
| Pudding                         | 0,50-1,80          | Låg form utan lock, galler, fals 1 |
| Potatisgrätäng, färsk           | 0,50-3,00          | Låg form utan lock, galler, fals 2 |

## Djupfrysta produkter

### Anvisningar

- Använd förgräddade, djupfrysta pizzor och pizza-baguetter.
- Pommes frites, kroketter och rösti ska vara avsedda för ugnstillagning.
- Vårullar och minivårullar ska vara avsedda för ugnstillagning.
- Se till så att det djupfrysta inte ligger i lager på varandra.

| Programgrupp<br>Program   | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå   |
|---------------------------|--------------------|----------------------------|
| Tunn pizza                | 0,30-0,50          | Långpanna, fals 1          |
| Tjock pizza               | 0,40-0,60          | Långpanna, fals 1          |
| Minipizza                 | 0,10-0,60          | Långpanna, fals 1          |
| Pizzabaguette, förgräddad | 0,10-0,75          | Långpanna, fals 1          |
| Pommes frites*            | 0,20-0,60          | Långpanna, fals 2          |
| Kroketter*                | 0,20-0,70          | Långpanna, fals 2          |
| Rösti*                    | 0,20-0,80          | Långpanna, fals 2          |
| Lasagne                   | 0,40-1,00          | öppen form, galler, fals 1 |
| Cannelloni                | 0,40-1,00          | öppen form, galler, fals 1 |
| Makaronilåda              | 0,40-1,00          | öppen form, galler, fals 1 |
| Vårrullar**               | 0,10-1,00          | Långpanna fals 2           |
| Små vårrullar**           | 0,10-0,60          | Långpanna, fals 2          |
| Fiskpinnar*               | 0,20-0,90          | Långpanna, fals 2          |
| Panerade bläckfiskringar* | 0,20-0,50          | Långpanna, fals 2          |

\* Signal för vändning efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

\*\* Signal för vändning efter ca halva tiden.

## Fågel

### Anvisningar

- Lägg kyckling och gödkyckling med bröstsidan ned i formen.
- Lägg kycklingdelarna med skinnsidan upp i formen.

- Tillaga kalkonbröst utan skinn. Tillsätt 1 till 1,5 dl vätska till kalkonbröst. Efter vändningen tillsätts vid behov ytterligare 0,5 till 1 dl vätska.
- Låt kalkonbröset vila ytterligare 10 minuter efter programmets slut.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel          | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå          |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------|-----------------------------------|
| <b>Fågel</b>            |                             |                    |                                   |
| Kyckling, färsk*        | Hel kyckling                | 0,80-1,80          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Kycklingdelar, färska   | Kycklinglår, kycklinghalvor | 0,40-1,20          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Gödkyckling, färsk*     |                             | 1,50-3,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Kalkonbröst, färskt*    | Kalkonbröst utan skinn      | 0,80-2,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |

\* Signal för vändning av hel kyckling efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

\*\* Signal för vändning efter ca halva tiden.

## Kött

### Anvisningar

- Tillaga rostbiff först med fettsidan nedåt.
- Nötstek, kalvstek, kalvlägg, lammfiol och fläskstek:  
Steken ska täcka formbotten till två tredjedelar. Häll 0,5 till

1 dl vätska runt steken. Efter vändningen tillsätts vid behov ytterligare 0,5 till 1 dl vätska.

- Häll 0,5 till 1 dl vätska runt köttfärslimpan.
- Låt vila ytterligare 10 minuter efter programmets slut.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel    | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå          |
|-------------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------------------|
| <b>Nötkött</b>          |                       |                    |                                   |
| Stek, färsk**           |                       | 0,80-2,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Rostbiff, medium*       | 5-6 cm tjock rostbiff | 0,80-2,00          | Form utan lock, galler, fals 1    |
| Rostbiff, blodig*       | 5-6 cm tjock rostbiff | 0,80-2,00          | Form utan lock, galler, fals 1    |
| Köttfärslimpa           | ca 8 cm hög           | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Rullader                |                       | 0,50-3,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| <b>Kalvkött</b>         |                       |                    |                                   |
| Stek, färsk*            | Lårstek, fransyska    | 0,80-2,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Lägg, färsk med ben     |                       | 0,80-3,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Osso buco               |                       | 0,80-3,00          | Form med lock, galler, fals 1     |

\* Signal för vändning efter halva tiden.

\*\* Signal för vändning efter  $\frac{1}{3}$  och  $\frac{2}{3}$  av tiden.

\*\*\* Signal för vändning efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

| Programgrupp<br>Program          | Lämpliga livsmedel | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå          |
|----------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------|
| <b>Fläskkött</b>                 |                    |                    |                                   |
| Benfri karré, färsk***           |                    | 0,80-2,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Karréstek, färsk, med ben*       |                    | 0,80-2,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Stek med yta, färsk              |                    | 0,80-2,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Köttfärslimpa                    | ca 8 cm hög        | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Nätad stek, färsk*               |                    | 1,00-3,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| <b>Lammkött</b>                  |                    |                    |                                   |
| Lammfiol, färsk, benfri, medium* |                    | 0,80-2,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Fiol med ben, färsk, genomstekt* |                    | 0,80-2,00          | Form med lock, galler, fals 1     |
| Köttfärslimpa                    | ca 8 cm hög        | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| <b>Viltkött</b>                  |                    |                    |                                   |
| Hjortstek, färsk*                |                    | 0,50-3,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Benfri rådjursstek, färsk***     |                    | 0,50-2,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Hare med ben, färsk***           |                    | 0,50-1,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Vildsvinsstek, färsk***          |                    | 0,50-2,50          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Kanin, färsk                     |                    | 0,50-2,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |

\* Signal för vändning efter halva tiden.

\*\* Signal för vändning efter  $\frac{1}{3}$  och  $\frac{2}{3}$  av tiden.

\*\*\* Signal för vändning efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

## Fisk

### Anvisningar

- Hel fisk, färsk:

Tillsätt 1 till 3 msk vatten eller citronsaft.

Fiskfilé, färsk:

Tillsätt 1 till 3 msk vatten eller citronsaft.

- Panerade bläckfiskringar, frysta:

De måste vara avsedda för ugnstillagning.

| Programgrupp<br>Program  | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå      |
|--------------------------|--------------------|-------------------------------|
| ånga hel färsk fisk      | 0,30-1,10          | Form med lock, galler, fals 1 |
| Ånga färsk fiskfilé      | 0,20-1,00          | Form med lock, galler, fals 1 |
| Fiskpinnar*              | 0,20-0,90          | Långpanna, fals 2             |
| Bläckfiskringar, frysta* | 0,20-0,50          | Långpanna, fals 2             |

\* Signal för vändning efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

## Köttfärs och gryta

**Anvisning:** Häll 0,5 till 1 dl vätska runt köttfärslimpan.

| Programgrupp<br>Program | Lämpliga livsmedel | Viktintervall i kg | Form/tillbehör, falsnivå          |
|-------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------|
| <b>Köttfärs</b>         |                    |                    |                                   |
| av färskt nötkött       | ca 8 cm hög        | 0,80 - 1,50        | Form med lock, galler, fals 1     |
| av färskt fläskkött     | ca 8 cm hög        | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| av färsk blandfärs      | ca 8 cm hög        | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| av färskt lammkött      | ca 8 cm hög        | 0,80-1,50          | Form med lock, galler, fals 1     |
| <b>Gryta*</b>           |                    |                    |                                   |
| Gulasch                 |                    | 0,30-2,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |
| Rullader                |                    | 0,50-3,00          | Hög form med lock, galler, fals 1 |

\* Ställ in köttvikten

# Testat i vårt provkök

Här hittar du fler olika rätter och de bästa inställningarna för dem. Vi visar vilken ugnsfunktion, temperatur eller mikroeffekt som passar maträtten bäst. Du får uppgifter om lämpliga tillbehör och på vilken fals du ska sätta in dem. Du får tips om formar och tillagning.

## Anvisningar

- Tabellvärdena gäller alltid vid insättning i kall och tom ugn. Förvärm bara om det står i tabellen. Ta ut de tillbehör du inte behöver ur ugnstrymmet före användning.
- Lägg bakplåtspapper på tillbehöret efter förvärmningen.
- Tiderna i tabellerna är riktvärden. De beror på livsmedlets kvalitet och typ.
- Använd de medföljande tillbehören. Övriga tillbehör går att beställa som extratillbehör hos din återförsäljare eller service.
- Använd grytlappar när du tar ut varma tillbehör eller formar ur ugnstrymmet.

## Upptining, uppvärmning och tillagning med mikrovågsugn

I följande tabeller finns det många möjligheter och inställningsvärden för mikron.

Tiderna i tabellerna är riktvärden. De är beroende av formen samt livsmedlets kvalitet, temperatur och beskaffenhet.

I tabellerna anges ofta tider. Ställ först in den kortare tiden och förläng den om så behövs.

Det kan vara så att mängden livsmedel inte överensstämmer med mängden i tabellen. För detta finns det en tumregel: Dubbel mängd - knappt dubbla tillagningstiden, halv mängd - halva tillagningstiden.

Skjut in gallret på fals 1. Ställ kärlet i mitten. Mikrovågorna kan på så sätt nå maten från alla sidor.

## Upptining

### Anvisningar

- Lägg det frysta livsmedlet i ett öppet kärl på gallret.
- Känsliga delar, som t.ex. kycklinglår och kycklingvingar eller feta kanter på stekar, kan täckas över med lite aluminiumfolie. Folien får inte komma åt ugnens väggar. Efter halva upptiningstiden kan du ta av folien.
- Vänd på eller rör om i maten en eller ett par gånger. Vänd på stora bitar flera gånger. Avlägsna vätskan som bildas vid vändningen.
- Låt det upptinade livsmedlet vila ytterligare 10 till 60 minuter i rumstemperatur, så att temperaturen jämnas ut. Om du tillagar fågel kan du ta ut inkråmet.

| Upptining   | Vikt   | Mikrovågseffekt i Watt, tillagningstid i minuter | Obs!  |
|---|--------|--|---|
| Helt köttstycke av nöt, kalv eller fläsk (med eller utan ben) | 800 g  | 180 W, 15 min. + 90 W, 10-15 min.                | vänd flera gånger   |
|   | 1 kg   | 180 W, 15 min. + 90 W, 20-30 min.                |   |
|   | 1,5 kg | 180 W, 25 min. + 90 W, 25-35 min.                |   |
| Kött i bitar eller skivor av nöt, kalv eller fläsk            | 200 g  | 180 W, 5 min. + 90 W, 4-6 min.                   | skilj tinade delar från varandra vid vändning                                   |
|   | 500 g  | 180 W, 8 min. + 90 W, 5-10 min.                  |   |
|   | 800 g  | 180 W, 10 min. + 90 W, 10-15 min.                |   |
| Blandfärs   | 200 g  | 90 W, 8-15 min.                                  | vänd flera gånger under upptiningen och ta bort redan upptinat kött             |
|   | 500 g  | 180 W, 5 min. + 90 W, 10-15 min.                 |   |
|   | 800 g  | 180 W, 10 min. + 90 W, 15-20 min.                |   |
|   | 1 kg   | 180 W, 10 min. + 90 W, 20-25 min.                |   |
| Fågel eller fågeldelar  | 600 g  | 180 W, 5 min. + 90 W, 13-18 min.                 | vänd emellanåt  |
|   | 1,2 kg | 180 W, 10 min. + 90 W, 10-15 min.                |   |
| Anka  | 2 kg   | 180 W, 10 min. + 90 W, 30-40 min.                | vänd flera gånger   |
| Gås   | 4,5 kg | 180 W, 20 min. + 90 W, 60-80 min.                | vänd var 20:e minut, ta bort upptiningsvätskan                                  |
| Fiskfilé, fiskkotlett eller skivor                            | 400 g  | 180 W, 5 min. + 90 W, 10-15 min.                 | skilj upptinade delarna från varandra   |
| Hel fisk  | 300 g  | 180 W, 3 min. + 90 W, 10-15 min.                 | vänd emellanåt  |
|   | 600 g  | 180 W, 8 min. + 90 W, 10-15 min.                 |   |
| Grönsaker, t.ex. ärtor  | 300 g  | 180 W, 5-15 min.                                 | rör om försiktigt emellanåt   |
|   | 600 g  | 180 W, 10 min. + 90 W, 8-13 min.                 |   |
| Frukt, t.ex. hallon   | 300 g  | 180 W, 5-10 min.                                 | rör om försiktigt emellanåt och skilj tinade delar från varandra                |
|   | 500 g  | 180 W, 8 min. + 90 W, 5-10 min.                  |   |
| Smör, tina  | 125 g  | 90 W, 7-9 min.                                   | Ta bort förpackningen helt och hållet   |
|   | 250 g  | 180 W, 2 min. + 90 W, 3-5 min.                   |   |
| Hela bröd   | 500 g  | 180 W, 3 min. + 90 W, 10-15 min.                 | vänd emellanåt  |
|   | 1 kg   | 180 W, 3 min. + 90 W, 15-25 min.                 |   |
| Kaka, torr, t.ex. sockerkaka                                  | 500 g  | 90 W, 10-15 min.                                 | endast för kakor utan glasyr, grädde eller kräm, skilj kakbitarna från varandra |
|   | 750 g  | 180 W, 2 min. + 90 W, 10-15 min.                 |   |

| Uptining                                   | Vikt  | Mikrovågseffekt i Watt, tillagningstid i minuter | Obs!  |
|--|-------|--|---|
| Kaka, saftig, t.ex. fruktkaka, kesellakaka | 500 g | 180 W, 5 min. + 90 W, 15-20 min.                 | endast för kakor utan glasyr, grädde eller kräm |
|  | 750 g | 180 W, 10 min. + 90 W, 15-20 min.                |   |

### Tina upp, värma upp eller tillaga djupfrysta maträtter

#### Anvisningar

- Ta ut färdigrätter ur förpackningen. De värms upp snabbare och jämnare i formar avsedda för mikron. Olika ingredienser i maträtten kan värmas upp olika snabbt.
- Platta maträtter tillagas snabbare än höga. Fördela därför maträtten så platt som möjligt i kärlet. Livsmedel ska inte läggas över varandra i lager.

- Täck alltid över maträtten. Om kärlet saknar passande lock kan en tallrik eller mikrovågsfolie användas.
- Rör om i eller vänd på maten 2 till 3 gånger.
- Efter uppvärmning bör maträtten vila ytterligare 2 till 5 minuter, i temperaturutjämningsyfte.
- Använd alltid grytlappar eller grytvantar när du tar ut kärlet.
- Maten förlorar mycket lite av sin smak. Du kan därför vara sparsam med salt och kryddor.

| Tina upp, värma upp eller tillaga djupfrysta maträtter | Vikt      | Mikrovågseffekt i Watt, tillagningstid i minuter | Obs!  |
|--|-----------|--|---|
| Meny, tallriksmeny, färdigrätt                         | 300-400 g | 600 W, 11-15 min                                 | Ta ut maträtten ut förpackningen, täck över vid uppvärmning |
| Soppa  | 400-500 g | 600 W, 8-13 min                                  | täckt form  |
| Grytor   | 500 g     | 600 W, 10-15 min                                 | täckt form  |
|  | 1 kg      | 600 W, 20-25 min                                 |   |
| Köttskivor eller köttbitar i sås, t.ex. gulasch        | 500 g     | 600 W, 12-17 min                                 | täckt form  |
|  | 1 kg      | 600 W, 25-30 min                                 |   |
| Fisk, t.ex. fiskfiléer                                 | 400 g     | 600 W, 10-15 min                                 | övertäckt   |
|  | 800 g     | 600 W, 18-23 min                                 |   |
| Tillbehör, t.ex. ris, pasta                            | 250 g     | 600 W, 2-5 min                                   | Form med lock, tillsatt vätska                              |
|  | 500 g     | 600 W, 7-10 min                                  |   |
| Grönsaker, t.ex. ärtor, broccoli, morötter             | 300 g     | 600 W, 8-12 min                                  | Form med lock, tillsatt 1 msk vatten                        |
|  | 600 g     | 600 W, 13-18 min                                 |   |
| Stuvad spenat  | 450 g     | 600 W, 11-16 min                                 | tillaga utan tillsatt vatten                                |

### Värma upp maträtter

#### Risk för skällning!!

När du värmer vätska kan den koka upp. Det börjar alltså koka utan ångbubblor som du är van vid. Även vid små vibrationer i kärlet kan den heta vätskan plötsligt stänka och koka över häftigt. Sätt alltid en sked i kärlet när du värmer vätskor. Då undviker du att det kokar över.

#### Anvisningar

- Ta ut färdigrätter ur förpackningen. De värms upp snabbare och jämnare i formar avsedda för mikron. Olika ingredienser i maträtten kan värmas upp olika snabbt.
- Täck alltid över maträtten. Om formen saknar passande lock kan en tallrik eller mikrovågsfolie användas.
- Rör om eller vänd maträtterna flera gånger. Kontrollera temperaturen.
- Efter uppvärmning bör maträtten vila ytterligare 2 till 5 minuter, i temperaturutjämningsyfte.
- Använd alltid grytlappar eller grytvantar när du tar ut kärlet ur värmelådan.

| Värma på mat                    | Vikt      | Mikroeffekt i W, tillagningstid i minuter | Obs!   |
|---------------------------------|-----------|---|--|
| Meny, tallriksmeny, färdigrätt  | 350-500 g | 600 W, 4-8 min.                           | Ta ut maträtten ut förpackningen, täck över vid uppvärmning  |
| Drycker                         | 1,5 dl    | 900 W, 1-3 min.                           | <b>Obs!</b><br>Sätt en sked i glaset, alkoholhaltiga drycker får inte överhettas; kontrollera med jämna mellanrum  |
|                                 | 3 dl      | 900 W, 3-4 min.                           |  |
|                                 | 5 dl      | 900 W, 4-5 min.                           |  |
| Barnmat, t.ex. små nappflaskor  | 50 ml     | 360 W, ½-1 min.                           | Ställ vällingflaskorna på tillagningsutrymmets botten utan napp eller lock; skaka eller rör om ordentligt efter uppvärmningen; temperaturen måste kontrolleras |
|                                 | 1 dl      | 360 W, 1-1½ min.                          |  |
|                                 | 2 dl      | 360 W, 1-2 min.                           |  |
| Soppa, 1 kopp 2 koppar 4 koppar | 175 g     | 900 W, 1½-2 min.                          | -  |
|                                 | å 175 g   | 900 W, 2-4 min.                           |  |
|                                 | å 175 g   | 900 W, 4-6 min.                           |  |

| Värma på mat                                    | Vikt  | Mikroeffekt i W, tillagningstid i minuter | Obs!                 |
|---|-------|---|----------------------|
| Köttskivor eller köttbitar i sås, t.ex. gulasch | 500 g | 600 W, 7-10 min.                          | övertäckt            |
| Gryta   | 400 g | 600 W, 5-7 min.                           | täckt form           |
|   | 800 g | 600 W, 7-10 min.                          |                      |
| Grönsaker                                       | 150 g | 600 W, 2-3 min.                           | tillsätt lite vätska |
|   | 300 g | 600 W, 3-5 min.                           |                      |

### Tillaga maträtter

#### Anvisningar

- Platta maträtter tillagas snabbare än höga. Fördela därför maträtten så platt som möjligt i kärlet. Livsmedel ska inte läggas över varandra i lager.
- Tillaga maten i övertäckt form. Om kärlet saknar passande lock kan en tallrik eller mikrovågsfolie användas.

- Maten förlorar mycket lite av sin smak. Du kan därför vara sparsam med salt och kryddor.
- Efter tillagningen bör maträtten vila i 2 till 5 minuter i temperaturutjämnings syfte.
- Använd alltid grytlappar eller grytvantar när du tar ut kärlet ur värmelådan.

| Tillaga maträtter                        | Vikt   | Mikroeffektläge i W, Tillagningstid i minuter | Obs!   |
|--|--------|---|--|
| Hel kyckling, färsk, utan inkräm         | 1,5 kg | 600 W, 25-30 min.                             | vänd efter halva tiden   |
| Fiskfilé, färsk                          | 400 g  | 600 W, 8-13 min.                              | -  |
| Grönsaker, färska                        | 250 g  | 600 W, 6-10 min.                              | Skär i jämnstora bitar; tillsätt 1 till 2 msk vatten per 100 g; rör om emellan |
|  | 500 g  | 600 W, 10-15 min.                             |  |
| Potatis                                  | 250 g  | 600 W, 8-11 min.                              | Skär i jämnstora bitar; tillsätt 1 till 2 msk vatten per 100 g; rör om emellan |
|  | 500 g  | 600 W, 12-15 min.                             |  |
|  | 750 g  | 600 W, 15-22 min.                             |  |
| Ris                                      | 125 g  | 600 W, 4-6 min. + 180 W, 12-15 min.           | Tillsätt dubbla mängden vätska; använd en hög form med lock                    |
|  | 250 g  | 600 W, 7-9 min. + 180 W, 15-20 min.           |  |
| Söta efterrätter, t.ex. pudding (pulver) | 500 ml | 600 W, 5-8 min.                               | Rör om 2 till 3 gånger med vispen  |
| Frukt, kompott                           | 500 g  | 600 W, 9-12 min.                              | -  |

### Popcorn för mikrovågsugn

#### Anvisningar

- Använd elfasta, låga formar av glas, t.ex. locket till en gratängform, en glastallrik eller ett glasfat (Pyrex)
- Ställ alltid formen på gallret, på fals 1.
- Använd inte porslin eller väldigt djupa tallrikar.
- Ställ in enligt anvisningarna i tabellen. Ibland kan tiden behöva anpassas, beroende på produkt och mängd.
- För att popcornen inte ska brännas ska popcornpåsen tas ut och skakas efter 1 minut och 30 sekunder. Var försiktig, det är varmt!

#### Risk för skällning!!

- Öppna popcornpåsen försiktigt, het ånga kan strömma ut.
- Ställ aldrig in maximal mikrovågseffekt.

|                          | Vikt           | Tillbehör    | Fals | Mikroeffektläge i W, Tillagningstid i minuter |
|--------------------------|----------------|--------------|------|---|
| Popcorn för mikrovågsugn | 1 påse à 100 g | Form, galler | 1    | 600 W, 4 min.                                 |

### Mikrotips

|   |  |
|---|--|
| Hittar du ingen inställning för den mängd mat du har?                             | Öka på eller korta tillagningstiderna enligt följande tumregel:<br>Dubbel mängd = nästan dubbelt så lång tid<br>Halv mängd = halva tiden |
| Maten blir för torr.  | Välj kortare tillagningstid eller lägre mikroeffekt nästa gång. Täck över maten, eller tillsätt lite mer vätska.                         |
| Maten är inte tinad, varm eller tillagad när tiden har gått ut.                   | Ställ in längre tid. Stora mängder och hög mat tar längre tid.   |
| Maten är överkokt i kanten men inte färdig i mitten när tillagningstiden går ut.  | Rör om då och då samt välj lägre mikroeffekt och längre tillagningstid nästa gång.   |
| Fågel och kött är kokt utvändigt men inte tinad i mitten när upptiningen är klar. | Välj lägre mikroeffekt nästa gång. Tinar du stora volymer måste du vända livsmedlet flera gånger.  |

# Kakor, tårter och småkakor

## Till tabellerna

### Anvisningar

- Tidsangivelserna gäller för inställning i den kalla ugnen.
- Temperatur och tillagningstid beror på smetens mängd och konsistens. Därför anges cirkavärden i tabellerna. Börja med det lägre värdet och ställ in ett högre värde nästa gång om så behövs. En lägre temperatur ger en jämnare bakyta.
- Det finns mer information under *Tips vid bakning* vid tabellerna.
- Ställ alltid kakformarna mitt på gallret.

### Bakformar

**Anvisning:** Mörka bakformar av metall är mest lämpliga.

-  Varmluft
-  Över- och undervärme
-  Intensivvärme

| Mjuka formkakor                               | Tillbehör              | Fals | Ugns-funktion   | Temperatur °C | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|---|------------------------|------|---|---------------|---------------------|--------------------------|
| Sockerkaka enkel                              | Krans-/formbrödsform   | 1    |    | 160-180       | 90 W                | 30-40                    |
| Sockerkaka, fin (t.ex. sandkaka)              | Krans-/formbrödsform   | 1    |    | 150-170       | -                   | 60-80                    |
| Tårtbotten (sockerkaka)                       | Pajform                | 2    |    | 160-180       | -                   | 25-35                    |
| Fin fruktkaka, sockerkakssmet                 | Spring-/sockerkaksform | 1    |    | 160-180       | 90 W                | 30-40                    |
| Biskvibotten, 2 ägg                           | Pajform                | 1    |    | 150-160       | -                   | 20-25                    |
| Tårtbotten, 6 ägg**                           | mörk springform        | 1    |    | 170-180       | -                   | 30-40                    |
| Mördegsbotten med kant                        | mörk springform        | 1    |    | 170-190       | -                   | 30-40                    |
| Fruktkaka eller cheesecake med mördegsbotten* | mörk springform        | 2    |    | 160-170       | 180 W               | 30-40                    |
| Schweizisk paj                                | mörk springform        | 1    |    | 190-200       | -                   | 40-50                    |
| Gugelhupf                                     | Gugelhupfform          | 1    |   | 160-180       | 90 W                | 30-40                    |
| Nötkaka                                       | mörk springform        | 1    |  | 170-180       | 90 W                | 35-45                    |
| Tunn pizza, lite fyllning**                   | rund pizzaplåt         | 1    |  | 220-240       | -                   | 15-20                    |
| Pajer   | mörk springform        | 1    |  | 180-200       | -                   | 50-60                    |

\* Låt kakan svalna ca 20 minuter i ugnen.

\*\* Förvärm ugnen

-  Över- och undervärme
-  3D-varmluft

-  Varmluft
-  Intensivvärme

| Kakor på plåt                              | Tillbehör                     | Fals   | Ugns-funktion   | Temperatur °C | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|--|-------------------------------|--------|---|---------------|---------------------|--------------------------|
| Sockerkakssmet med torr fyllning           | Långpanna                     | 2      |  | 160-180       | -                   | 25-35                    |
| Sockerkakssmet med torr fyllning           | Långpanna + bakplåt av emalj* | 1<br>3 |  | 150-170       | -                   | 40-50                    |
| Sockerkakssmet med saftig fyllning (frukt) | Långpanna                     | 1      |  | 160-180       | 90 W                | 30-40                    |
| Jäsdeg med torr fyllning                   | Långpanna                     | 2      |  | 170-190       | -                   | 35-45                    |
| Jäsdeg med torr fyllning                   | Långpanna + Bakplåt av emalj  | 1<br>3 |  | 160-180       | -                   | 50-60                    |
| Jäsdeg med saftig fyllning (frukt)         | Långpanna                     | 2      |  | 170-190       | -                   | 45-55                    |
| Jäsdeg med saftig fyllning (frukt)         | Långpanna + bakplåt av emalj* | 1<br>3 |  | 160-180       | -                   | 50-60                    |
| Mördeg med torr fyllning                   | Långpanna                     | 2      |  | 160-180       | -                   | 25-35                    |
| Mördeg med torr fyllning                   | Långpanna + bakplåt av emalj* | 1<br>3 |  | 160-180       | -                   | 30-40                    |
| Mördeg med saftig fyllning (frukt)         | Långpanna                     | 1      |  | 160-180       | -                   | 50-60                    |
| Schweizisk paj                             | Långpanna                     | 1      |  | 190-200       | -                   | 40-50                    |
| Rulltårta, förvärm ugnen                   | Långpanna                     | 2      |  | 170-190       | -                   | 10-20                    |
| Vetelängd på 500 g mjöl                    | Långpanna                     | 2      |  | 160-180       | -                   | 40-50                    |

\* Emaljerade bakplåtar finns att köpa som extratillbehör hos återförsäljarna.



|   |  |
|---|--|
| Kakan är för torr.  | Stick små hål i den färdiga kakan med en tandpetare. Droppa sedan på t.ex. fruktsaft eller likör. Sätt temperaturen ca 10 grader högre nästa gång och korta gräddningstiden.   |
| Brödet eller kakan (t.ex. ostkaka) ser bra ut, men är kletig inuti (vattnar sig). | Använd mindre vätska nästa gång och grädda längre vid lägre temperatur. På kakor med saftig fyllning förgräddar du botten, strö på mandel eller ströbröd och sedan lägger du på fyllningen. Följ receptet och gräddningstiderna.                                       |
| Kakan lossar inte när du vänder formen uppochner.                                 | Låt kakan svalna ytterligare 5 till 10 minuter, så lossnar den lättare från formen. Lossar den fortfarande inte, så kan du dra med kniv längs kanten. Vänd kakan en gång till och täck formen med en blöt, kall handduk. Smöra och ströa formen ordentligt nästa gång. |
| Du har mätt upp ugnstemperaturen med egen termometer och sett en avvikelse.       | Tillverkaren mäter ugnstemperaturen med ett provgaller efter en viss tid mitt i ugnsutrymmet. Formar och tillbehör påverkar det uppmätta värdet, så du får alltid avvikelser vid dina egna mätningar.  |
| Det bildas gnistor mellan formen och gallret.                                     | Kontrollera om formen är ren på utsidan. Ställ formen på annan plats i ugnsutrymmet. Om det inte hjälper, fortsätt gräddningen utan mikro. Gräddningen tar då lite längre tid.   |

## Stekning och grillning

### Till tabellerna

Temperatur och stektid beror på maträtternas mängd och konsistens. Därför anges cirkavärden i tabellerna. Börja med det lägre värdet och ställ in ett högre värde nästa gång om så behövs.

Ytterligare information finns under *Tips för stekning och grillning* i anslutning till tabellerna.

### Formar

Du kan använda vilket värmebeständigt, mikrovågsanpassat kärl som helst. Stekgrytor av metall är endast lämpliga för stekning utan mikrovågor.

Formen kan bli mycket varmt. Använd grytlappar när du tar ut formen.

Heta glasformar ska alltid ställas på en torr kökshandduk. Är underlaget blött eller kallt kan formen spricka.

### Tips om stekning

Använd en hög stekgryta när du steker kött och fågel.

Kontrollera att formen får plats i ugnen. Den får inte vara för stort.

Kött:

Täck grytans botten med ett tunt lager vätska. Tillsätt mer vätska till stekar. Vänd köttet efter halva tiden. När steken är färdig ska den vila i ytterligare 10 minuter i den avstängda, stängda ugnen. På så vis fördelas köttssaften bättre.

Fågel:

Vänd på köttbitarna efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

### Tips om grillning

Grilla alltid med ugnsluckan stängd, förvärm inte ugnen.

Skivor av kött bör helst vara lika tjocka. Biffar bör vara minst 2 till 3 cm tjocka. På så sätt får de jämn och fin färg och förblir härligt saftiga. Salta alltid först efter grillningen.

Vänd grillbitarna med en grilltång. Om du sticker in en gaffel i köttet, förlorar det köttsaft och blir torrt.

Mörkt kött, t.ex. nötkött, bryns snabbare än ljust kött som t.ex. kalv- eller fläskkött. Grillbitar av ljust kött eller fisk blir oftast bara ljusbruna på ytan, men är ändå mörka och saftiga.

Grillelementet kopplas till och ifrån automatiskt. Det är helt normalt. Hur ofta det sker beror på det inställda grillåget.

### Anvisningar vid ångkokning

Använd ett gryta med lock när du ångkokar fisk.

Tillsätt två till tre matskedar vätska och lite citronsaft eller ättika i grytan.

### Nötkött

#### Anvisningar

- Vänd på nötsteken efter  $\frac{1}{3}$  och  $\frac{2}{3}$  av tiden. Låt till sist vila i ytterligare ca 10 minuter.
- Vänd på nötfilé och rostbiff efter halva tiden. Låt till sist vila i ytterligare ca 10 minuter.
- Stekar ska vändas efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.
- Över- och undervärme
- Grill, stor grilllyta

| Nötkött                    | Tillbehör          | Fals   | Ugnsfunktion             | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter                |
|----------------------------|--------------------|--------|--------------------------|-------------------------|---------------------|---|
| Nötstek, ca 1 kg           | täckt form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 190-210                 | -                   | 120-140                                 |
| Nötstek, ca 1,5 kg         | täckt form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 180-200                 | -                   | 140-160                                 |
| Nötstek, ca 2 kg           | täckt form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 170-190                 | -                   | 160-180                                 |
| Nötfilé medium, ca 1 kg    | täckt form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 180-200                 | 90 W                | 30-40                                   |
| Nötfilé medium, ca 1,5 kg  | täckt form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 200-220                 | 90 W                | 45-55                                   |
| Rostbiff medium ca 1 kg    | öppen form, galler | 1      | <input type="checkbox"/> | 240-260                 | 180 W               | 30-40                                   |
| Stekar medium, 3 cm tjocka | Långpanna + Galler | 1<br>3 | <input type="checkbox"/> | 3                       | -                   | 1. Sidan: ca 10-15<br>2. Sidan: ca 5-10 |

## Kalvkött

**Anvisning:** Vänd på kalvstek och -lägg efter halva tiden. Låt till sist vila i ytterligare ca 10 minuter.

-  Varmluft
-  Varmluftsgrillning

| Kalvkött            | Tillbehör          | Fals | Ugnsfunktion  | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|---------------------|--------------------|------|---|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| Kalvstek, ca 1 kg   | täckt form, galler | 1    |  | 210-220                 | 90 W                | 60-70                    |
| Kalvstek, ca 1,5 kg | täckt form, galler | 1    |  | 200-210                 | 90 W                | 70-80                    |
| Kalvstek, ca 2 kg   | täckt form, galler | 1    |  | 190-200                 | 90 W                | 80-100                   |
| Kalvlägg, ca 1,5 kg | täckt form, galler | 1    |  | 190-200                 | -                   | 120-130                  |

## Fläskkött

### Anvisningar

- Vänd på magert fläskkött och stekar utan svål efter halva tiden. Låt till sist vila i ytterligare ca 10 minuter.
- Lagg steken med svålen upp i formen. Snitta svålen. Vänd inte på steken. Låt till sist vila i ytterligare ca 10 minuter.
- Vänd inte på fläskfilé och kassler. Låt till sist vila i ytterligare ca 5 minuter.

Vänd på karréskivorna efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

-  Varmluftsgrillning
-  Grill, stor grilllyta

| Fläskkött                              | Tillbehör          | Fals   | Ugnsfunktion  | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W               | Tillagningstid i minuter               |
|--|--------------------|--------|---|-------------------------|-----------------------------------|--|
| Stek utan svål (t.ex. karré), ca 750 g | täckt form, galler | 1      |    | 220-240                 | 180 W                             | 40-50                                  |
| Stek, med svål (t.ex. bog) ca 1,5 kg   | öppen form, galler | 1      |    | 180-200                 | -                                 | 150                                    |
| Stek med svål (t.ex. bog), ca 2 kg     | öppen form, galler | 1      |  | 170-190                 | -                                 | 180                                    |
| Fläskfilé, ca 500 g                    | täckt form, galler | 1      |  | 210-230                 | 90 W                              | 20-25                                  |
| Fläskstek mager, ca 1 kg               | täckt form, galler | 1      |  | 210-230                 | 90 W                              | 50-60                                  |
| Fläskstek mager, ca 1,5 kg             | täckt form, galler | 1      |  | 200-220                 | 90 W                              | 70-80                                  |
| Fläskstek mager, ca 2 kg               | täckt form, galler | 1      |  | 190-210                 | 180 W, 10 min. + 90 W, 75-85 min. | 85-95                                  |
| Kassler med ben, ca 1 kg               | öppen form, galler | 1      | -   | -                       | 360 W                             | 45-50                                  |
| Karréskivor 2 cm tjocka                | Långpanna + Galler | 1<br>3 |  | 2                       | -                                 | 1. Sida: ca 15-20<br>2. Sida: ca 10-15 |

## Lamm- och viltkött

**Anvisning:** Vänd på lamm och vilt efter halva tiden.

-  Varmluftsgrillning
-  Över- och undervärme

| Lamm- och viltkött                 | Tillbehör              | Fals | Ugnsfunktion  | Temperatur °C | Mikroeffektläge i W | Antal minuter |
|------------------------------------|------------------------|------|---|---------------|---------------------|---------------|
| Lammrygg med ben, ca 1 kg          | Form utan lock, Galler | 1    |  | 190-210       | -                   | 40-50         |
| Benfri lammfiol, medium, ca 1,5 kg | Form med lock, Galler  | 1    |  | 180-200       | -                   | 90-100        |
| Rådjursadel med ben, ca 1 kg       | Form med lock, Galler  | 1    |  | 210-220       | -                   | 40-50         |
| Benfri rådjursbog, ca 1,5 kg       | Form med lock, Galler  | 1    |  | 180-190       | -                   | 105-120       |
| Vildsvinsstek, ca 1,5 kg           | Form med lock, Galler  | 1    |  | 200-220       | -                   | 100-110       |

| Lamm- och viltkött   | Tillbehör             | Fals | Ugns-funktion | Temperatur °C | Mikroeffektläge i W | Antal minuter |
|----------------------|-----------------------|------|---------------|---------------|---------------------|---------------|
| Hjortstek, ca 1,5 kg | Form med lock, Galler | 1    |               | 200-220       | -                   | 90-100        |
| Kanin, ca 1,5 kg     | Form med lock, Galler | 1    |               | 200-220       | 90 W                | 25-35         |

## Övrigt

### Anvisningar

- Låt slutligen köttfärsen vila i ytterligare ca 10 minuter.
- Vänd på grillkorvarna efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

- Varmluftsgrillning
- Grill, stor grilllyta

| Övrigt                                 | Tillbehör          | Fals   | Ugns-funktion | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter              |
|--|--------------------|--------|---------------|-------------------------|---------------------|---------------------------------------|
| Köttfärs av ca 1 kg kött               | öppen form, galler | 1      |               | 170-190                 | 600 W + 180 W       | 10 min. + 40-50 min.                  |
| Grillkorv, 4 till 6 st, ca 150 g styck | Långpanna + Galler | 1<br>3 |               | 3                       | -                   | 1. Sida: ca 10-15<br>2. Sida: ca 5-10 |

## Fågel

### Anvisningar

- Lägg hel kyckling, kycklingbröst och småkalkon med bröstsidan ned. Vänd efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.
- Lägg gödkyckling med bröstsidan ned. Vänd efter  $\frac{2}{3}$  av tiden och ställ in mikroeffekt 180 W.
- Lägg kycklinghalvor och kycklingdelar med skinnsidan upp. Vänd inte.
- Vänd på anka och gås efter  $\frac{1}{3}$  och  $\frac{2}{3}$  av tiden.
- Lägg ank- och gåsbröst med skinnsidan ned. Vänd efter halva tiden.
- Vänd gåslår efter halva tiden. Picka skinnet.
- Vänd på kalkonsteken efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.
- Lägg kalkonbröst och -klubbor med skinnsidan ned. Vänd efter  $\frac{2}{3}$  av tiden.

- Varmluftsgrillning
- Grill, stor grilllyta
- Varmluft
- Över- och undervärme

| Fågel                                | Tillbehör           | Fals   | Ugns-funktion | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|--------------------------------------|---------------------|--------|---------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| Kyckling, hel, ca 1,2 kg             | täckt form, galler  | 1      |               | 230-250                 | 360 W               | 25-35                    |
| Gödkyckling, hel                     | täckt form, galler  | 1      |               | 200-220                 | 360 W<br>180 W      | 30<br>15-25              |
| Kyckling, halverad, 500 g per st.    | öppen form, galler  | 1      |               | 180-200                 | 360 W               | 30-35                    |
| Kycklingdelar, ca 800 g              | öppen form, galler  | 1      |               | 190-210                 | 360 W               | 30-35                    |
| Kycklingdelar, ca 1,5 kg             | öppen form, galler  | 1      |               | 190-210                 | 360 W               | 35-40                    |
| Kycklingfilé, ca 500 g               | öppen form, galler  | 1      |               | 190-210                 | 180 W               | 25-30                    |
| Anka, hel, 1,5 till 1,7 kg           | Långpanna           | 1      |               | 170-190                 | 180 W               | 60-80                    |
| Ankfilé, hel, 2 st. à 300 till 400 g | Galler + Långpanna* | 2<br>1 |               | 3                       | 90 W                | 18-22                    |
| Gås, hel, 3 till 3,5 kg              | Långpanna           | 1      |               | 170-190                 | 180 W               | 80-90                    |
| Gåsfilé, 2 st. à 500 g               | Galler + Långpanna* | 2<br>1 |               | 210-230                 | 90 W                | 20-25                    |
| Gåslår, 4 st. ca 1,5 kg              | Galler + Långpanna* | 2<br>1 |               | 170-190                 | 180 W               | 30-40                    |
| Liten kalkon, hel, ca 3 kg           | Långpanna           | 1      |               | 170-180                 | 180 W               | 60-70                    |
| Kalkonstek, ca 1,5 kg                | täckt form, galler  | 1      |               | 190-200                 | 180 W               | 60-70                    |
| Kalkonfilé, ca 1 kg                  | täckt form, galler  | 1      |               | 200-210                 | -                   | 80-90                    |
| Kalkonklubbor, ca 1,3 kg             | täckt form, galler  | 1      |               | 210-230                 | 360 W               | 45-50                    |

\* Tillsätt 0,5 dl vatten i långpannan.

## Fisk

### Anvisningar

- Lägg hela fisken mitt på gallret vid grillning av t.ex. forell.
- Tillaga hel, ångkokt fisk med ryggen upp.

- Grill, liten grilllyta
- Grill, stor grilllyta

| Fisk  | Tillbehör           | Fals   | Ugns-funktion | Grillläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter               |
|---|---------------------|--------|---------------|-----------|---------------------|--|
| Fisk hel, t.ex. forell ca 300 g, grillad        | Långpanna + galler* | 1<br>3 |               | 2         | -                   | 1. Sida: ca 10-15<br>2. Sida: ca 8-12  |
| Fiskkotletter, t.ex. lax, 3 cm tjocka, grillade | Långpanna + galler* | 1<br>3 |               | 3         | -                   | 1. Sida: ca 10-12<br>2. Sida: ca 8-12  |
| Fisk hel, 2 till 3 st. à 300 g, grillade        | Långpanna + galler* | 1<br>3 |               | 2         | -                   | 1. Sida: ca 10-15<br>2. Sida: ca 10-15 |
| Fisk hel, ca 1 kg, ångkokt                      | täckt form, galler  | 1      | -             | -         | 600 W               | 10-15                                  |
| Fisk hel ca 1,5 kg, ångkokt                     | täckt form, galler  | 1      | -             | -         | 600 W<br>360 W      | 10-15<br>5-10                          |
| Fisk hel, ca 2 kg, ångkokt                      | täckt form, galler  | 1      | -             | -         | 600 W<br>360 W      | 15-20<br>10-15                         |
| Fiskfilé t.ex. gråsej, ca 800 g, ångkokt        | täckt form, galler  | 1      | -             | -         | 600 W               | 9-14                                   |

\* Olja in gallret först.

## Tips vid stekning och grillning

|   |   |
|---|---|
| Tabellen innehåller inga uppgifter om stekens vikt. | Välj högre temperatur och kortare tillagningstid vid mindre stekbitar. Vid större stekbitar väljer du en lägre temperatur och en längre tillagningstid.   |
| Hur vet jag att steken är färdig?                   | Använd en stektermometer (kan köpas i fackhandeln) eller gör "skedtestet". Tryck med en sked på steken. Om steken känns fast är den färdig. Om den ger efter behöver den ytterligare tid i ugnen. |
| Steken ser bra ut, men skyn har bränt vid.          | Välj ett mindre stekkärl eller tillsätt mer vätska nästa gång.  |
| Steken ser fin ut men skyn är för ljus och vattnig. | Välj ett större stekkärl och tillsätt mindre vätska nästa gång.   |
| Steken är inte klar.                                | Skär upp steken Tillred såsen i stekgrytan och lägg i stekskivorna. Avsluta tillagning med endast mikrovågor.   |

## Gratänger, varma mackor

### Anvisningar

- Tabellvärdena gäller kall ugn.
- Använd en stor, låg form till gratänger. I höga, små formar blir tillagningstiden längre och maten mörkare på ovansidan.
- Ställ gratängen på gallret i ett kärl som är lämpat för mikrovågor.
- Låt lådor och gratänger eftergräddas i ytterligare 5 minuter i avstängd ugn.
- Använd en 4 till 5 cm hög gratängform till lådor, potatisgratänger och lasagne.
- Håll sufflé i portionsformar eller i en hög gratängform. Förvärm ugnsutrymmet.
- Varma mackor: Placera 4 stycken brödsivor bredvid varandra mitt på långpannan. Om du gör 12 stycken, fördela jämnt i långpannan.

- Varmluftsgrillning
- Varmluft
- Över- och undervärme
- Grill, liten grilllyta
- Grill, stor grilllyta

| Gratänger, varma mackor  | Tillbehör              | Fals | Ugns-funktion | Temperatur °C, Grillläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|--------------------------|------------------------|------|---------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|
| Pudding, söt, ca 1,5 kg  | Form med lock, Galler  | 1    |               | 140-160                  | 360 W               | 25-35                    |
| Sufflé                   | Form utan lock, Galler | 1    |               | 160-180                  | -                   | 40-45                    |
| Sufflé i portionsformar  | Galler                 | 1    |               | 200-210                  | -                   | 12-17                    |
| Makaronipudding, ca 1 kg | Form utan lock, Galler | 1    |               | 140-160                  | 600 W               | 20-30                    |

| Gratänger, varma mackor                       | Tillbehör              | Fals | Ugns-funktion | Temperatur °C, Grilläge | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|---|------------------------|------|---------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| Lasagne, ca 2 kg                              | Form utan lock, Galler | 2    |               | 180-200                 | 600 W               | 20-30                    |
| Potatisgratäng på råa ingredienser, ca 1,1 kg | Form utan lock, Galler | 1    |               | 170-190                 | 600 W               | 20-25                    |
| Varma mackor, 4 st.                           | Långpanna              | 2    |               | 3                       | -                   | 8-13                     |
| Varma mackor, 12 st.                          | Långpanna              | 2    |               | 3                       | -                   | 9-14                     |

## Färdigmat

### Anvisningar

- Följ tillverkarens anvisningar på förpackningen.
- Tabellvärdena gäller kall ugn.
- Lägg inte pommes frites, kroketter och rösti på varandra.
- Vänd fiskpinnar, kycklingsticks, nuggets och grönsaksburgare efter halva tiden.
- Ställ gräddtårten, utan tillbehör, på ugnsbotten, fals 0.

- Över- och undervärme
- Varmluft
- Cirkulationsgrill

| Färdigmat                         | Tillbehör  | Fals | Ugns-funktion | Temperatur °C | Mikroeffektläge i W | Tillagningstid i minuter |
|-----------------------------------|------------|------|---------------|---------------|---------------------|--------------------------|
| Tunn pizza                        | Långpanna  | 1    |               | 210-230       | -                   | 20-25                    |
| Tjock pizza                       | Långpanna  | 2    |               | 200-220       | 90 W                | 15-25                    |
| Minipizza                         | Långpanna  | 2    |               | 210-230       | -                   | 15-20                    |
| Pizzabaguette                     | Långpanna  | 2    |               | 180-190       | -                   | 15-20                    |
| Pommes frites                     | Långpanna  | 2    |               | 220-230       | -                   | 20-25                    |
| Kroketter                         | Långpanna  | 2    |               | 200-220       | -                   | 25-35                    |
| Rösti, fyllda potatisknyten       | Långpanna  | 2    |               | 200-220       | -                   | 25-35                    |
| Småfranska, baguette              | Galler     | 2    |               | 200-220       | -                   | 15-20                    |
| Salta kringlor, förgräddade       | Långpanna* | 2    |               | 190-210       | -                   | 20-25                    |
| Bake-off-frallor eller -baguetter | Galler     | 2    |               | 140-150       | -                   | 12-15                    |
| Fiskpinnar                        | Långpanna  | 2    |               | 190-210       | 180 W               | 10-15                    |
| Kycklingsticks, nuggets           | Långpanna  | 2    |               | 190-210       | 360 W               | 15-20                    |
| Grönsaksburgare                   | Långpanna  | 2    |               | 200-220       | 180 W               | 15-25                    |
| Strudel                           | Långpanna  | 2    |               | 200-220       | 90 W                | 20-25                    |
| Lasagne                           | Galler     | 2    |               | 200-210       | 180 W               | 18-23                    |
| Gräddtårta                        | -          | 0    |               | 30            | -                   | 120-150                  |

\* Täck långpannan med bakplåtspapper.

Se till att bakplåtspapperet klarar temperaturen.

## Anpassad tillagning

Anpassad tillagning eller lågtemperaturtillagning är perfekt för att tillaga mörkt kött som ska bli rosa eller precis genomstekt. Köttet blir väldigt saftigt och riktigt mörkt. Din fördel: du får större frihet att planera menyn, det är inga problem att varmhålla kött gjort med anpassad tillagning.

### Ställa in anpassad tillagning

Använd en låg form, t.ex. ett porslinsfat eller en glasgryta med lock. Ställ alltid stekgryta med lock på gallret på fals 1.

1. Välj anpassad tillagning och ställ in temperaturen på mellan 70 och 100 °C. Förvärm ugnsutrymmet och värm på formen eller stekgrytan samtidigt.

2. Stek upp lite fett i en stekpanna på hög värme. Bryn köttet runtom, även i ändarna, och lägg det sedan i den förvärmda formen.

3. Sätt in formen i ugnsutrymmet och slå på igen.

### Anvisningar

- Använd bara färskt, felfritt kött. Putsa bort senor och fettkappa ordentligt. Fett ger en kraftig bismak vid anpassad tillagning.
- Anpassad tillagning passar alla mörka delar av fågel, nö, fläsk, kalv och lamm. Bryntiden och tiden för att gå klart beror på köttbitens storlek.
- Bryn på köttet runtom på hög värme, glöm inte ändarna.
- Använd stektermometer, så har du koll på när köttet är klart. Köttets innertemperatur bör ligga på 60 °C i minst 30 minuter.

- Du kan även köra anpassad tillagning i öppen form. Tillagningstiderna blir längre.
- Du behöver inte ens vända större köttbitar.

- Köttet går att skära upp direkt efter tillagning. Det behöver inte vila.
- Köttet blir alltid rosa ut inuti tack vare den speciella tillagningsmetoden. Men det är varken rått eller tillagat för lite.

### Anpassad tillagning

**Anvisning:** Använd ett kärl med lämpligt lock, t.ex. en stekgryta av glas. Ställ grytan på gallret.

 Anpassad tillagning

| Anpassad tillagning         | Fals | Ugnsfunktion   | Temperatur °C | Tillagningstid i minuter |
|-----------------------------|------|--|---------------|--------------------------|
| <b>Fågel</b>                |      |  |               |                          |
| Kalkonbröst                 | 1    |   | 80            | 240-270                  |
| Ankbröst utan skinn         | 1    |   | 80            | 110-140                  |
| <b>Nötkött</b>              |      |  |               |                          |
| Nötstek (t.ex. fransyska)   | 1    |   | 80            | 270-300                  |
| Nötfilé                     | 1    |   | 80            | 150-180                  |
| Rostbiff                    | 1    |   | 80            | 180-220                  |
| Nötbiffar, 3 cm tjocka      | 1    |   | 80            | 70-100                   |
| <b>Kalvkött</b>             |      |  |               |                          |
| Kalvstek (t.ex. innanlår)   | 1    |   | 80            | 180-220                  |
| Kalvfilé                    | 1    |   | 80            | 80-100                   |
| <b>Fläskkött</b>            |      |  |               |                          |
| Fläskstek (t.ex. fläsklägg) | 1    |   | 80            | 180-210                  |
| Fläskfilé                   | 1    |   | 80            | 140-170                  |
| <b>Lammkött</b>             |      |  |               |                          |
| Lammfilé                    | 1    |  | 80            | 40-70                    |

### Tips för anpassad tillagning

Kött som tillagas så här är inte lika varmt som kött som är stekt på vanligt sätt.

Förvärm tallrikarna och servera såsarna mycket varma så att det stekta köttet inte svalnar för snabbt.

Vill du varmhålla kött gjort med anpassad tillagning

Ställ temperaturen på 70 °C efter den anpassade tillagningen. Små köttstycken kan hållas varma i upp till 45 minuter, stora i upp till 2 timmar.

## Provrätter

Provningsinstituten använder de här rätterna för att testa kvalitet och funktion på kombiugnar med mikrofunktion.

I enlighet med EN 60705, IEC 60705 resp. DIN 44547 och EN 60350 (2009)

### Upptining med mikrovågor

| Maträtt | Mikroeffekt i W, tillagningstid i minuter | Obs!   |
|---------|---|--|
| Kött    | 180 W, 5 min. + 90 W, 10-15 min.          | Placera en pyrexform, Ø 22 cm, på gallret, fals 1. Ta bort det upptinade köttet efter ca 10 minuter. |

### Mikra mat

| Maträtt       | Mikroeffekt i W, tillagningstid i minuter | Obs!   |
|---------------|---|--|
| Äggstanning   | 360 W, 10 min. + 180 W, 20-25 min.        | Placera pyrexformen på gallret, fals 1.            |
| Biskvier      | 600 W, 8-10 min.                          | Placera en pyrexform, Ø 22 cm, på gallret, fals 1. |
| Köttfärslimpa | 600 W, 20-25 min.                         | Placera pyrexformen på gallret, fals 1.            |

■  Varmluftsgrillning

■  Över- och undervärme

### Kombitillagning med mikro

| Maträtt        | Mikroeffekt i W, tillagningstid i minuter | Ugnsfunktion  | Temperatur °C | Obs!   |
|----------------|---|---|---------------|--|
| Potatisgratäng | 600 W, 20-25 min.                         |  | 170-190       | Placera en pyrexform, Ø 22 cm, på gallret, fals 1. |
| Kakor          | 180 W, 15-20 min.                         |  | 180-200       | Placera en pyrexform, Ø 22 cm, på gallret, fals 1. |
| Kyckling*      | 360 W, 30-35 min.                         |  | 200-220       | Vänd efter 15 minuter.                             |

\* Skjut in gallret på fals 2 och långpannan på fals 1.

### Gräddning

#### Anvisningar

■ Tabellvärdena gäller kall ugn.

■ Äppelkaka med lock: Placera mörka kakformar bredvid varandra.

■  Över- och undervärme

■  Varmluft

■  3D-varmluft

■  Intensivvärme

|                  | Formar                                   | Fals   | Ugnsfunktion  | Temperatur °C | Tillagningstid i minuter |
|------------------|--|--------|---|---------------|--------------------------|
| Spritskakor      | Långpanna                                | 2      |    | 160-180       | 20-30                    |
|                  | Långpanna                                | 2      |    | 150-170       | 20-30                    |
|                  | Långpanna* + bakplåt av emalj**          | 1<br>3 |    | 140-150       | 30-40                    |
| Småkakor         | Långpanna                                | 2      |    | 160-180       | 25-35                    |
|                  | Långpanna                                | 2      |    | 140-160       | 25-35                    |
| Småkakor         | Långpanna* + bakplåt av emalj**          | 1<br>3 |  | 150-170       | 35-45                    |
| Sockerkaka       | Springform på gallret                    | 1      |  | 160-170       | 30-40                    |
| Vetebröd (pizza) | Långpanna                                | 2      |  | 170-190       | 45-55                    |
|                  | Långpanna* + bakplåt av emalj**          | 1<br>3 |  | 160-180       | 50-60                    |
| Äppelpaj         | Placera 2 kakformar, Ø 20 cm, på gallret | 2      |  | 170-190       | 70-90                    |

\* Skjut alltid in den emaljerade bakplåten över långpannan vid gräddning på två falsar.

\*\* Emaljerad bakplåt finns att köpa som extratillbehör hos återförsäljarna.

### Grilla

 Grill, stor grilllyta

| Maträtt              | Tillbehör            | Fals   | Ugnsfunktion  | Grilläge | Tillagningstid i minuter |
|----------------------|----------------------|--------|---|----------|--------------------------|
| Rosta bröd*          | Galler               | 3      |  | 3        | 1-2                      |
| Hamburgare, 12 st.** | Galler och Långpanna | 3<br>1 |  | 3        | 30                       |

\* Förvärm i 5 minuter.

\*\* Vänd efter halva tiden.

# Akrylamid i livsmedel

## Vilka livsmedel gäller det?

Akrylamid bildas framförallt vid tillagning med hög värme av mjöl- och stärkelserika produkter, t.ex. potatiships, pommes

frites, rostat bröd, småfranska, bröd, konditorivaror av mördeg (kex, olika slags pepparkakor).

---

| <b>Tips på tillagning som ger låg akrylamidhalt i maten</b> |  |
|---|--|
| Allmänt   | Håll tillagningstiderna så korta som möjligt. Bryn maten gyllengul, inte mörkbrun. Stora, tjocka bitar innehåller mindre akrylamid.  |
| Baka småkakor<br>Pommes frites i ugnen                      | Med över- och undervärme på max. 200 °C, med 3D-varmluft eller varmluft på max. 180 °C. Med över- och undervärme på max. 190 °C, med 3D-varmluft eller varmluft på max. 170 °C. Ägg eller äggula minskar förekomsten av akrylamid. Fördela ett lager jämnt över plåten. Tillaga minst 400 g per plåt, så att inte dina pommes frites blir torra. |

---





Robert Bosch Hausgeräte GmbH  
Carl-Wery-Straße 34  
81739 München  
DEUTSCHLAND