

SHARP®

HEALSIO

SUPERHEATED STEAM OVEN

超高溫蒸氣烤爐

KETUHAR STIM SUPER PANAS

AX-1600V(R)/(W)

AX-1600VM(R)

OPERATION MANUAL

使用說明書

BUKU PANDUAN OPERASI



Water Oven

CONTENTS

	Page		Page
WARNING.....	E-1	OTHER CONVENIENT FEATURES	E-21
INSTALLATION INSTRUCTIONS.....	E-3	CLEANING AND CARE	E-24
OVEN DIAGRAM.....	E-4	TROUBLESHOOTING CHART	E-26
OPERATION OF CONTROL PANEL.....	E-5	SERVICE CALL CHECK	E-29
IMPORTANT INSTRUCTIONS	E-6	SPECIFICATIONS	E-29
BEFORE OPERATING	E-9	COOKING GUIDES	E-30
CLEAN THE OVEN BEFORE FIRST USE	E-9	AUTOMATIC COOKING CHART	E-36
AUTOMATIC COOKING	E-10		
MANUAL COOKING	E-14		

目錄

	頁數		頁數
警告	C-1	其它簡便功能指南	C-21
安裝事宜	C-3	清洗及注意事項	C-24
各部位名稱	C-4	故障查閱指南表	C-26
控制板操作	C-5	維修前檢查	C-29
重要須知	C-6	規格	C-29
操作之前	C-9	烹調指南	C-30
首次使用之前請清潔烤爐	C-9	自動烹調食譜	C-36
自動烹調	C-10		
自選烹調	C-14		

KANDUNGAN

	Mukasurat		Mukasurat
AMARAN.....	M-1	MEMASAK SECARA MANUAL.....	M-14
ARAHAN PEMASANGAN.....	M-3	FUNGSI MUDAH YANG LAIN.....	M-21
GAMBAR RAJAH KETUHAR.....	M-4	PENJAGAAN DAN PEMBERSIHAN.....	M-24
KENDALIAN PANEL KAWALAN.....	M-5	CARTA PENYELESAIAN MASALAH.....	M-26
ARAHAN-ARAHAN PENTING.....	M-6	PEMERIKSAAN PANGGILAN SERVIS.....	M-29
SEBELUM MENGGUNAKAN.....	M-9	SPESIFIKASI.....	M-29
BERSIHKAN KETUHAR DAHULU		PANDUAN MEMASAK.....	M-30
SEBELUM PENGGUNAAN PERTAMA.....	M-9	CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK.....	M-36
MEMASAK SECARA AUTOMATIK.....	M-10		

WARNING

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS: READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE.

1. To reduce the risk of fire in the oven cavity:

- a. No other liquid than room temperature water suitable for drinking (filtered) can be poured into the water tank.
- b. The oven should not be left unattended during operation. Oven temperature that is too high or cooking time that are too long may overheat foods resulting in a fire.
- c. Do not overcook food.
- d. Remove wire twist-ties from paper or plastic bags before placing bag in the oven.
- e. Do not heat oil or fat for deep frying. The temperature of the oil cannot be controlled.
- f. Look at the oven from time to time when food is heated in disposable containers made of plastic, paper or other combustible materials for signs of smoke or burning.
- g. If materials inside the oven should ignite, or smoke is observed, keep oven door closed, turn oven off, and disconnect the power plug, or shut off power at the fuse or circuit breaker panel.
- h. Do not use containers made of synthetic material for cooking. They could melt at high temperature.
- i. Do not use plastic containers if the oven is still hot because they may melt. Plastic containers must not be used SuperSteam Convection or Convection modes unless the container manufacturer claims it is suitable.
- j. Do not store food or any other items inside the oven.
- k. When alcoholic beverage are added when roasting or cooking cakes and sweets, there is a risk that vapours released by the alcohol may catch fire upon coming into contact with the electrical heating element. Attend the oven closely during cooking.

2. To reduce the risk of an explosion or delayed eruptive boiling when handling the container. Your oven is capable of heating food and beverages very quickly with microwave therefore, it is very important that you select the appropriate cooking time and power level for the type and quantity of food to be heated. If you are unsure of the cooking time and power level required, begin with low cooking times and power levels until the food is sufficiently heated evenly throughout.

Additionally:

- a. Do not place sealed containers in the oven. Babies bottles fitted with a screw cap or teat are considered to be sealed containers.
 - b. Do not use excessive amount of time.
 - c. When boiling liquids in the oven, use a wide-mouthed container.
 - d. Stand at least for 20 seconds at the end of cooking to avoid delayed eruptive boiling of liquids.
 - e. Stir the liquid before and during cooking. Use extreme care when handling the container or inserting a spoon or other utensil into the container.
3. This oven is for home food preparation only and should only be used for heating, cooking and defrosting food and beverage. It is not suitable for commercial, laboratory use, or heating therapeutic devices eg. Wheat bags.
4. Never operate the oven whilst any object is caught or jammed between the door and the oven.
5. Do not try to adjust or repair the oven by yourself. It is hazardous for anyone other than a qualified service technician trained by SHARP to carry out any service or repair operation. Especially those which involve the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy are very hazardous.
6. Do not operate the oven if it is not working correctly or damaged until it has been repaired by a qualified service technician trained by SHARP. It is particularly important that the oven door closes properly and that there is no damage to:
- (1) Door (warped), (2) Hinges and Latches (broken or loosened), (3) Door Seals, Sealing Surfaces and oven cavity (buckled or deformed), (4) Burn marks on the door seal faces.
7. Handle with care when removing items from the oven so that the utensil, your clothes or accessories do not touch the latches.
8. Never poke an object, particularly a metal object, through a grille or between the door and the oven while the oven is operating.
9. Never tamper with or deactivate the latches.
10. Always use oven gloves to prevent burns when handling utensils that are in contact with hot food. Enough heat from the food can transfer through utensils to cause skin burns.
11. Should the power supply cord become damaged, it must be replaced with a special cord supplied by a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP. And it must be replaced by a qualified service technician trained by SHARP in order to avoid a hazard.
12. If the oven lamp fails please consult your dealer or a qualified service technician trained by SHARP.

13. Avoid steam burns by directing steam away from the face and hands. Slowly lift the furthest edge of a dish's cover including microwave plastic wrap etc., and carefully open popcorn and oven cooking bags away from the face.
14. Make sure that the power supply cord is undamaged, and that it does not run under the oven or over any hot surfaces or sharp edges.
15. Use care when opening door. To avoid burns from escaping heat and steam, let hot air or steam escape before removing or replacing food.
16. Do not place anything on the outer cabinet because the oven will become very hot during the operation.
17. To avoid burns, always test food and container temperature and stir before serving and pay special attention to the temperature of container, food and drink given to babies, children or the elderly. Especially, the container becomes very hot. Do not drink beverage or soup without checking the container's temperature.
18. Make sure the utensil does not touch the interior walls during cooking.
19. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
20. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
21. Accessible parts (e.g. oven door, oven cavity, dishes and accessories) may become hot during use. To avoid burns young children should be kept away. Always use thick oven gloves to prevent yourself from getting burnt.
22. When the appliance is operated in SuperSteam Convection, Convection or Steam, children should only use the oven under adult supervision due to the temperature generated.
23. Do not touch the oven door, outer cabinet, rear cabinet, oven cavity, air-vent openings, accessories and dishes and the escaping steam from the ventilation cover during operation because it becomes hot.
24. Do not touch around the oven lamps directly. This part will become hot when the oven lamp is on.
25. When the oven is in use, ventilate a room where the oven is installed. e.g. open a window or switch a kitchen ventilation. Steam from the ventilation cover may wet nearby wall or furniture.
26. Do not operate the oven if water tank cracks and water leaks. Please contact a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.
27. To prevent condensation which could corrode the appliance, do not leave cooked food in the oven for an extended period. Clean the oven at regular intervals and remove any food deposits in the oven or on the door.
28. Do not insert fingers or objects in the holes (the steam outlets or air-vent openings) as this may damage the oven and cause an electric shock or a hazard.
29. Do not place any things weighing more than 5 kg on the door to prevent that the oven may fall down or could damage the door and hinges. Do not cling onto the handle and do not hang heavy objects from it.
30. Do not touch the electric plug with wet hand. Plug into the electric wall socket securely. When removing the plug from the socket always grip the plug, never pull the power supply cord as this may damage the power supply cord and the connections inside the plug.
31. Never move the oven in operating. If the oven needs to be moved, always drain all water inside the oven using DRAIN WATER function. After draining, empty the drip tray.
32. Do not water the door or control panel intentionally.
33. If the oven falls down or drops on the floor, do not use the oven. Unplug and contact a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.

INSTALLATION INSTRUCTIONS

1. Remove all packing materials from the oven cavity, and the feature sticker from the outside of the door, if there is one. Check the unit for any damage, such as a misaligned door, damaged door seals around the door or dents inside the oven cavity or on the door. If there is any damage, please do not operate the oven until it has been checked by a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP and repaired, if necessary.

2. Accessories provided

1) Rack 2) 2 Baking trays 3) Steam tray 4) Descaling guide 5) Operation manual 6) Cookbook
7) Touch guide 8) Test strip

3. Since the door may become hot during cooking, and in order to avoid its accidental touch, the oven should be placed at least 85 cm or more above floor. You should also keep children away from the door to prevent them burning themselves.

4. This oven is designed to be used on a countertop only. It should not be installed in any area where excessive heat and steam are generated, for example, next to a conventional oven unit. It should not be installed near combustible materials, for example, curtains. The oven should be installed so as not to block ventilation openings. A fire may occur if this appliance is covered or touching flammable material, including curtains, drapes, walls, etc. Allow space of at least 10cm from top of the oven for air ventilation. This oven is not designed to be built-in to a wall or cabinet.

WARNING: Steam is ventilated from the top rear of the oven. Make sure the escaping steam does not wet electrical outlets/ other electrical appliances.

5. If the window is close to the oven, keep more than 20 cm distance between the ventilation and the window.
Window may be broken by the heat from the ventilation.

CAUTION: Steam ventilated from the oven may wet or dirty nearby furniture or wall. Keep sufficient space between the oven and the wall or furniture. Steam comes from the ventilation cover or door during cooking or after cooking. Steam may be condensed on the wall or furniture around the oven. Install the oven where it can be well ventilated.

To prevent from wet, we recommend to cover the wall or furniture with aluminium foil.

6. Do not connect other appliances to the same socket using an adaptor plug.

7. Neither the manufacturer nor the distributors can accept any liability for damage to the machine or personal injury for failure to observe the correct electrical connecting procedure. The A.C. voltage and frequency must correspond to the one indicated on the rating label.

8. This appliance must be earthed:

IMPORTANT

The wires in power supply cord are coloured in accordance with the following code:

Green-and-yellow : Earth
Blue : Neutral
Brown : Live

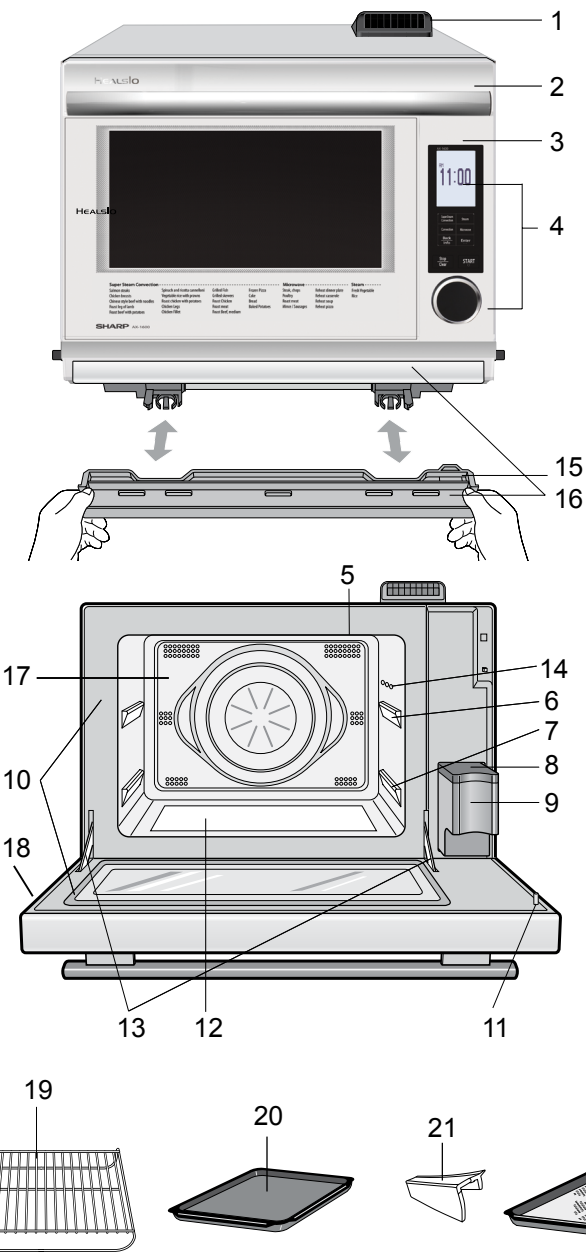
As the colours of the wires in the power supply cord of this appliance may not correspond with the coloured marking identifying the terminals in your plug, proceed as follows:

The wire which is coloured green-and-yellow must be connected to the terminal in the plug which is marked with the letter E or by the earth symbol or coloured green or green-and-yellow.

The wire which is coloured blue must be connected to the terminal which is marked with the letter N or coloured blue.

The wire which is coloured brown must be connected to the terminal which is marked with the letter L or coloured brown.

OVEN DIAGRAM



- 1 Ventilation openings
- 2 Door open handle
- 3 LCD display
- 4 Control panel
- 5 Oven lamp
- 6 Upper position
- 7 Lower position
- 8 Water tank lid (See page E-6.)
- 9 Water tank (See page E-6.)
- 10 Door seals and sealing surfaces
- 11 Latches
- 12 Ceramic oven floor
- 13 Door hinges
- 14 Steam outlets
- 15 Drip tray lid (See page E-6.)
- 16 Drip tray (See page E-6.)
- 17 Oven cavity
- 18 See through door

ACCESSORIES

- 19 Rack
For SuperSteam Convection, Convection and Steam.
Do not use when microwave cooking.
Always place on baking tray.
- 20 Baking tray x2
For SuperSteam Convection, Convection, Steam and Descal function. Do not use when microwave cooking.
- 21 Descaling guide (See page E-8.)
- 22 Steam tray
For Steam. You can also use for SuperSteam Convection and Convection. Do not use when microwave cooking. Place on rack in baking tray.

WARNING:

The oven cavity, door, outer cabinet, accessories and dishes will become very hot, use thick dry oven gloves when removing the food or accessories from the oven to prevent burns.

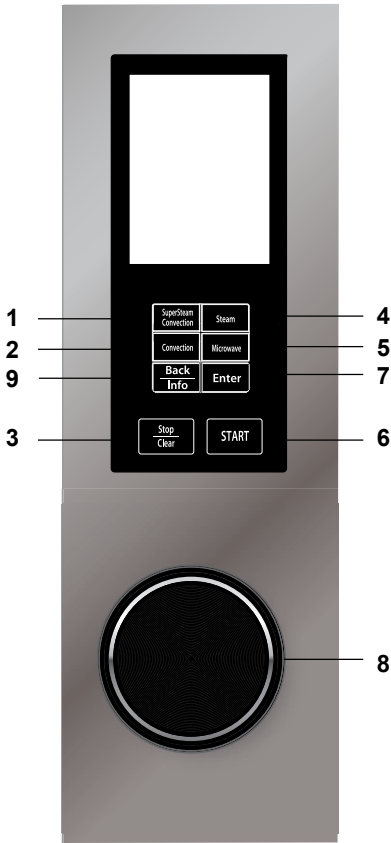
OPERATION OF CONTROL PANEL

The operation of the oven is controlled by pressing the appropriate pads arranged on the surface of the control panel.

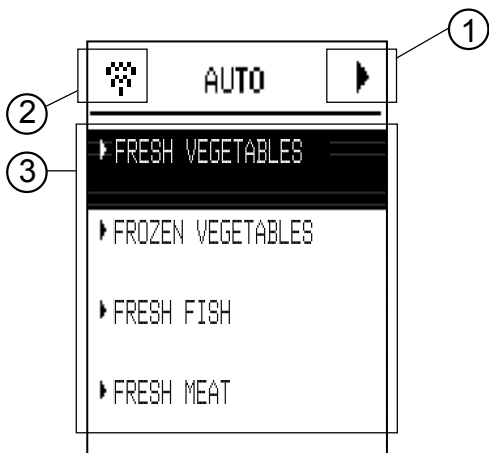
An entry signal tone should be heard each time you press the control panel to make a correct entry.

In addition the oven will beep for approximately 2 seconds at the end of the cooking cycle, or 4 times when a cooking procedure is required.

Touch Control Panel Layout



- 1. SuperSteam Convection pad
Press to select SuperSteam Convection cooking.
SuperSteam Convection has 2 options; "automatic cooking" and "manual cooking".
- 2. Convection pad
Press to select Manual Convection cooking.
No automatic cooking mode for Convection.
- 3. Stop/Clear pad
Press to clear during programming.
Press once to stop operation of oven during cooking; Press twice to cancel cooking programme.
- 4. Steam pad
Press to select Steam cooking.
Steam has 2 options; "automatic cooking" and "manual cooking".
- 5. Microwave pad
Press to select Microwave cooking.
Microwave has 3 options; "auto defrost", "sensor reheat" and "manual cooking"
- 6. START pad
Press to start oven after setting programmes.
- 7. Enter pad
Press to confirm your choice.
- 8. Knob
Turn to select desired option.
- 9. Back/Info pad
Press to go back to the previous page during programming before pressing START.
Press to do maintenance to your oven, or customise it.



- ① Arrows indicate more than one page; when you see an arrow, you can turn the knob to move back and forth between pages. When there are no arrows, you can go back to the previous page by touching Back/Info.
- ② The illustration at the top of display indicates the selected cooking mode.
 - SuperSteam Convection was selected.
 - Steam was selected.
 - Microwave was selected.
 - Convection was selected.
- ③ Words will light in the display to indicate features and cooking instructions.

IMPORTANT INSTRUCTIONS

Read Carefully Before Cooking in SuperSteam Convection & Steam

WATER TANK

To fill the water tank with room temperature water suitable for drinking (labeled) is a must for SuperSteam Convection and Steam in both Automatic and Manual Cooking. Be sure to follow the directions below.

1. Pull the water tank toward you to remove.
2. Wash the water tank and lid for the first time. (Figure 1)
3. Fill the water tank with room temperature water suitable for drinking (labeled) through the lid to the 2 mark (MAX mark) each time you begin to cook. (Figure 2) Do not fill the water tank over the 2 mark (MAX mark).
4. Make sure the lid is closed firmly.
5. Install the water tank by pushing firmly. (Figure 3)
6. After cooking, empty the water tank and wash the water tank and the lid.

NOTES:

1. Do not use any other liquids like distilled water, R.O water, mineral water and etc.
2. An insufficient amount of water in the water tank may cause an undesired result.
3. We recommend that you empty the water tank every time after cooking. Do not leave the water tank filled with water in the oven over a day.
4. If any messages, such as "Fill water tank", are as shown in the display during cooking, refer to Troubleshooting Chart on page E-26.
5. Do not drop or damage the water tank. Heat may cause the water tank to change shape. Do not use a damaged water tank. Contact a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.
6. There may be a few water drops when removing the water tank. Wipe the oven dry with a soft cloth.
7. Do not block the air holes on the lid of the water tank. It will cause trouble during cooking.
8. A small amount of water will drain into the drip tray when the water tank is removed. Empty after cooking.

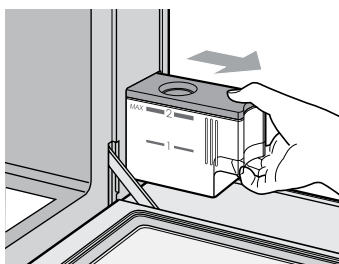


Figure 1

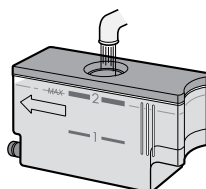


Figure 2

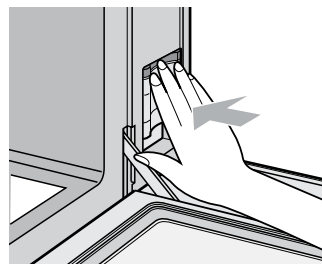


Figure 3

DRIP TRAY

Be sure to cook with drip tray in position and follow the directions below.

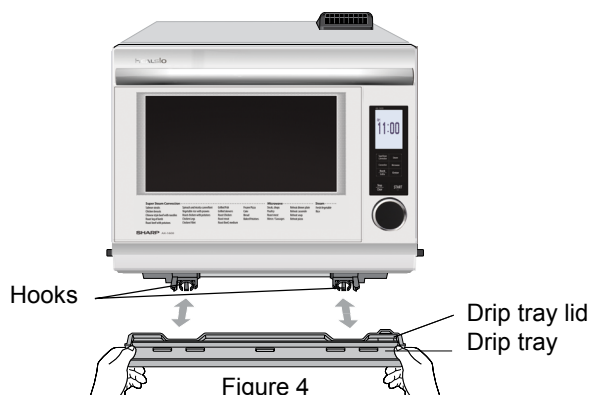
The drip tray and the lid are packed with the oven. Place the drip tray and lid under the oven door as shown in Figure 4. This drip tray collects the condensation from the oven door. To remove the drip tray: Pull the drip tray toward you with both hands.

* Make sure water is not dripping down before removing the drip tray.

To replace the drip tray: Place the drip tray onto the right and left hooks under the oven and push firmly as shown in Figure 4. Insert the drip tray horizontally when you attach it. Improper use may cause the damage to the hooks.

If "Replace drip tray" or "Empty drip tray and replace" is as shown in the display, remove and then replace the drip tray correctly.

Empty the drip tray after each time you cook. Empty, rinse thoroughly, dry and replace. Failure to empty may cause the drip tray to overflow. Cooking repeatedly without emptying the drip tray may cause it to overflow.



WARNINGS:

1. The oven will become very hot after cooking and draining water function.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.
3. Make sure that the oven has cooled before emptying the water tank and the drip tray and then wipe the oven cavity.
4. Do not touch the water directly as water in the drip tray may be hot.

IMPORTANT INSTRUCTIONS

SuperSteam Convection & Steam in Automatic and Manual Cook-

Before cooking

1. Make sure the water tank is filled with room temperature water suitable for drinking (filtered) and is installed. (See page E-6.)
2. Make sure the empty drip tray is installed. (See page E-6.)
3. Place food in the oven unless preheating is needed. (Refer to each chart to check if preheating is required in automatic operations.)

After Cooking

1. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.
2. Perform the Drain Water function at least once a day after using SuperSteam Convection or Steam mode.
3. Check that water is not dripping down before removing the drip tray, as a small amount of water drains into the drip tray when the water tank is removed.

Oven Door Opening

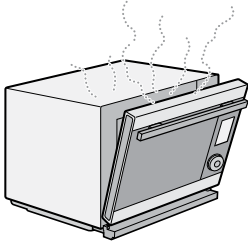


Figure 1

You can stop the door with the upper part of the oven open to exhaust steam, to cool or dry the oven cavity temporarily after cooking.

(See Figure 1)

WARNING: Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

NOTE: Avoid opening and closing the door during cooking as the oven cavity temperature drops suddenly, which may affect the result.

IMPORTANT INSTRUCTIONS

Drain Water Function

Perform the Drain Water function at least once a day after using SuperSteam Convection or Steam mode. It takes up to 8 minutes.

Drain Water function is very useful to prevent scale build up and the use of stale water. It causes evaporation of the internal steam system.

PROCEDURE

- 1** Press Back/Info, turn the Knob to select DRAIN WATER and press Enter.



- 2** Make sure the water tank is removed and press START.

START

- 3** After the oven has cooled, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.

NOTE:

The water tank must be removed before starting this procedure.

Descal Function

White or gray grains, also called scale, may form in the water circuit inside the oven during steam generation, which could cause the oven to malfunction.

When DESCALING IS NECESSARY. is shown in the display, be sure to carry out Descal function immediately to take about 1 hour.

PROCEDURE

- 1** Press Back/Info, turn the Knob to select DESCALE and press Enter



- 2** Pure citric acid, available at some drugstores, or bottled 100% lemon juice with no pulp are used for descaling. Choose one and prepare the descaling solution. To use pure citric acid, dissolve 1 tablespoon of pure citric acid crystals in 500ml of water in a non-porous container. Stir well and pour into the water tank. To use 100% bottled lemon juice, check that there is absolutely no pulp in it. If there is pulp or you are not sure, strain through a fine strainer. Measure 70ml of the strained lemon juice and add it to 500ml of water. Stir well and pour into the water tank. Place the water tank in the oven correctly and push firmly into place.

- 3** Place baking tray on upper level. Place descaling guide on the right side edge of baking tray as shown in Figure 1. Push down the right side edge of descaling guide to insert the projection between the wall and the baking tray as shown in Figure 2.

Check that the edge of the descaling guide is below all steam outlets/screw heads as shown in Figure 3.

- 4** Do not place any food in the oven. Press START to begin descaling.

START

- 5** When the oven has stopped and is cool, remove water tank, empty, rinse and refill with room temperature water suitable for drinking (filtered). Replace water tank. Remove the descaling guide as shown in Figure 4. Remove baking tray, empty, rinse and dry. Follow step 3 to replace baking tray and descaling guide. Press START. Rinsing will start.

START

- 6** When rinsing has ended and the oven is cool, remove water tank and empty. Then remove descaling guide as shown in Figure 4. Remove baking tray and empty. Wipe oven cavity to dry. Wait a few minutes and then empty the drip tray.

WARNING:

The area around the steam outlets becomes hot. Pay extra attention to attach or remove descaling guide.

NOTE:

Oven light goes off after Enter is pressed at Step 1.

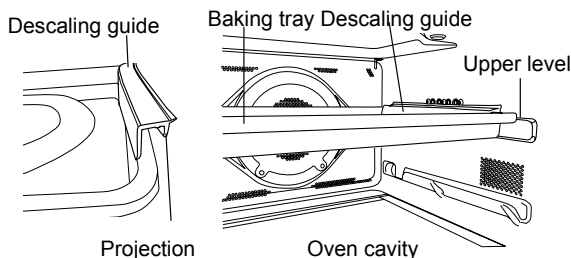


Figure 1

Figure 2

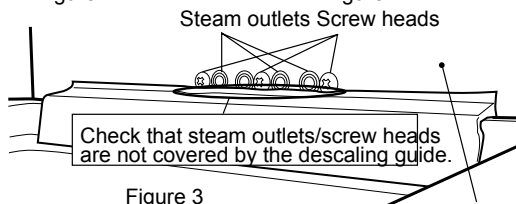


Figure 3

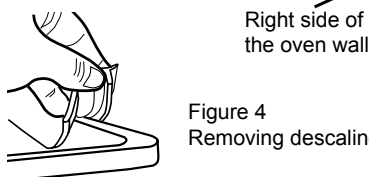


Figure 4
Removing descaling guide.

BEFORE OPERATING

- Before operating your Superheated Steam oven, make sure you read and understand this operation manual completely.
- Before the oven can be used, follow these procedures:
 1. Place the drip tray correctly. See page E-6.
 2. See below for getting started.
 3. Follow directions on the right side for clean the oven before first use.

Getting Started

Your oven has an Energy Save Mode. This facility saves electricity when the oven is not in use.

PROCEDURE	
1	Plug the oven into a power point. Nothing will appear on the display at this time.
2	Open the door. The display will show ENERGY SAVE MODE.
3	Close the door. Now you can ready to use the oven.

CAUTION:

In Energy Save Mode, if you do not operate the oven for 3 minutes or more (i.e. after closing the door, or pressing the Stop/Clear pad, or at the end of cooking), you will not be able to operate the oven until you open and close the oven door.

NOTE:

When you set Child Lock or Demonstration Mode, Energy Save Mode will be cancelled temporary.

Stop/Clear

1. Press Stop/Clear if you make a mistake during programming.
2. Stop the oven temporarily during cooking.
3. Return the home page (displayed ENERGY SAVE MODE) to the display.
4. Cancel a program during cooking, press twice.

Back

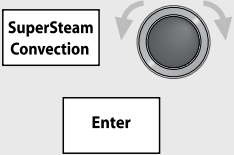
1. Press Back/Info if you want to go back to the previous page during programming before pressing START.
2. After pressing START, it is not possible to return to a previous page.

CLEAN THE OVEN BEFORE FIRST USE

The steam generator heats the water which is used for cooking. It should be cleaned before the first use to get rid of any odor in the oven cavity. Clean the oven with SuperSteam Convection Grill in manual operation for 20 minutes without preheat and food. You may notice some smoke and odor during this process. This is normal. The oven is not out of order.

PREPARATION

1. Ventilate the room.
2. Make sure the water tank is filled with room temperature water suitable for drinking (filtered) and is installed.

PROCEDURE	
1	Press SuperSteam Convection, turn the Knob to select MANUAL and press Enter. 
2	Turn the Knob to select SUPER STEAM GRILL and press Enter. 
3	Turn the Knob to select WITHOUT PREHEAT and press Enter. 
4	Turn the Knob to enter cooking time (20 min.) and press START. 

WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

AUTOMATIC COOKING

Automatic Operation is available with SuperSteam Convection, Steam and Microwave. Refer to each function for the details.

SuperSteam Convection

SuperSteam Convection has 4 options: Complete Meals, Grill, Roast and Bake. Refer to the SuperSteam Convection Chart for details on page E-36-42.

BALANCED MEALS

* Suppose you want to cook Balanced Meals Stuffed red peppers with brown rice with Standard time.

PROCEDURE

1

Press SuperSteam Convection, turn the Knob to select AUTO and press Enter.

SuperSteam Convection



Enter

2

Turn the Knob to select Complete MEALS and press Enter.



Enter

3

Turn the Knob to select SALMON STEAKS WITH POTATO BAKE and press Enter.



Enter

4

Make sure STANDARD is selected and then press Enter.

Enter

5

Place food in the oven by following the directions in the display and the cooking chart. Close the door. Press START.

START

6

After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



START

Stop
Clear

GRILL • ROAST • BAKE

* Suppose you want to cook 4 pieces of Baked Potatoes with Standard time.

PROCEDURE

1

Press SuperSteam Convection, turn the Knob to select AUTO and press Enter.

SuperSteam Convection



Enter

2

Turn the Knob to select BAKE and press Enter.



Enter

3

Turn the Knob to select BAKED POTATOES and press Enter.



Enter

4

Turn the Knob to enter amount (4 pieces) and press Enter.



Enter

5

Make sure STANDARD is selected and then press Enter.

Enter

6

Press START to preheat. No food in oven.

START

7

When preheat is over, place food in the oven by following the directions in the display and the cooking chart. Close the door.

8

Press START.

START

8

After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



START

Stop
Clear

AUTOMATIC COOKING

NOTES:

1. Enter the weight or amount of the food only (except Balanced Meals, Cake and Bread in BAKE). Do not include the weight of the container.
2. For foods weighing more or less than weights given in the cooking charts, cook manually.
3. If the oven door is not opened after preheating, the oven will hold the preheat temperature for 30 minutes and then "ENERGY SAVE MODE" will be displayed.
4. Always follow the instructions in the display.
5. The programmed cooking times are average times. To extend cooking times preprogrammed in the automatic cooking, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
6. All selections can be programmed with More or Less Time Adjustment. See page E-21.
7. Keep the door closed. If opened during cooking, steam will escape and a longer cooking time will be required in SuperSteam Convection and Steam.

8. The amount of water in the water tank is sufficient for one cooking operation. Water does not need to be added during cooking.
9. During and after cooking, condensed water may be on the door, oven walls and oven floor. Dry any liquid residue with a soft cloth.
10. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.

WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot. Use thick oven gloves when adding or removing foods to prevent burns.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

AUTOMATIC COOKING

Steam

Steam has 6 options: Fresh Veg 1, Fresh Veg 2, Frozen Veg, Fresh Fish/Prawns, Frozen Convenience and Rice.
Refer to the Steam Chart for details on page E-43.

* Suppose you want to cook 0.3 kg of Fresh Veg 1 with Standard time.

PROCEDURE

1 Press Steam, turn the Knob to select AUTO and press Enter.



2 Turn the Knob to select FRESH VEGETABLES and press Enter.



3 Turn the Knob to enter amount (0.3 kg) and press Enter.



4 Turn the Knob to enter amount (0.3 kg) and press Enter.



5 Place food in oven. Close the door. Press START.



6 After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



NOTES:

1. Enter the weight or amount of the food only. Do not include the weight of the container.
2. For foods weighing more or less than weights given in the cooking charts, cook manually.
3. The programmed cooking times are average times. To extend cooking times preprogrammed in the automatic cooking, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
4. Any Steam selection can be programmed with More or Less Time Adjustment. See page E-21.
5. Keep the door closed. If opened during cooking, steam will escape and a longer cooking time will be required.
6. The amount of water in the water tank is sufficient for one cooking operation. Water does not need to be added during cooking.
7. During and after cooking, condensed water may be on the door, oven walls and oven floor. Dry any liquid residue with a soft cloth.
8. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.

WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot. Use thick oven gloves when adding or removing foods to prevent burns.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

MANUAL COOKING

Steam

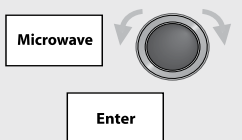
AUTO DEFROST

Auto Defrost automatically defrosts all the foods shown in the Auto Defrost Chart on page E-44.

* Suppose you want to defrost a 0.5 kg steak with Standard time.

PROCEDURE

- 1** Press Microwave, turn the Knob to select AUTO DEFROST and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select the desired food STEAKS, CHOPS and press Enter.



- 3** Turn the Knob to select the desired amount (0.5 kg) and press Enter.



- 4** Make sure STANDARD is selected and press Enter.



- 5** Press START.



- 6** The oven will stop and directions will be displayed. Follow the indicated message. Close the door. Press START.



- 7** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend defrosting time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear.



NOTES:

1. Enter the weight of the food only. Do not include the weight of the container.
2. Any Auto Defrost selection can be programmed with More or Less Time Adjustment. See page E-21.
3. To defrost other foods or foods above or below the weights allowed on Auto Defrost Menu Guide, use time and 30% microwave power. See Microwave on page E-20.
4. The programmed defrosting times are average times.
To extend defrosting times preprogrammed in the automatic operation, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
5. Do not use the baking tray, steam tray and metal rack.

SENSOR REHEAT

Sensor Reheat automatically reheats all the food shown

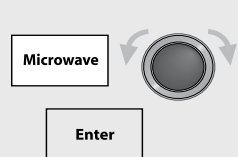
in the Sensor Reheat Chart on page 42.

SPECIAL NOTE for SENSOR REHEAT:

1. Wipe off any moisture from the outside of cooking containers and the interior of the oven with a dry cloth or paper towel prior to reheating.
2. After oven is plugged in, wait 2 minutes before using.
3. SENSOR ERROR will be displayed if:
(a) the sensor does not detect the vapour.
(b) the door is opened or the Stop/Clear pad is pressed before the cooking time is displayed.
To clear, press the Stop/Clear pad and reheat manually.

PROCEDURE

- 1** Press Microwave, turn the Knob to select SENSOR REHEAT and press Enter



- 2** Turn the Knob to select the desired food SOUP and press Enter.



- 3** Make sure STANDARD is selected and press Enter.



- 4** Press START.



* When the sensor detects the vapour from the food, the remaining reheating time will appear.

- 5** After cooking, follow the indicated message.

NOTES:

1. It is not necessary to enter the weight of the food.
2. Any Sensor Reheat selection can be programmed with More or Less Time Adjustment. See page 21.
3. To reheat other food or food above or below the weights allowed on Sensor Reheat Chart, reheat manually. See Microwave on page 20.
4. When reheating small quantities of food on Sensor Reheat, the food may be reheated without displaying any remaining reheating time during the reheating.
5. Do not use the baking tray, steam tray and metal rack.

MANUAL COOKING

Manual Cooking is an option in SuperSteam Convection, Convection, Steam and Microwave. Refer to the Manual Cooking Chart. The chart gives information on each setting.

SuperSteam Convection

		Preheat*	Temp range	Adjustment temp during cooking	Time range	2 layer cooking
SuperSteam Convection	Bake/ Roast	YES or NO	100 - 250°C	YES	0 - 2h30m	YES
	Grill	YES or NO	-	-	0 - 2h30m	NO
	Cake	YES or NO	100 - 250°C	YES	0 - 2h30m	YES
	Bread	YES or NO	100 - 250°C	YES	0 - 2h30m	YES
Convection	Oven	YES or NO	100 - 250°C	YES	0 - 2h30m	YES
	Grill	YES or NO	-	-	0 - 2h30m	NO
Steam	High	NO	-	-	0 - 35m	NO
	Low	NO	-	-	0 - 45m	NO
	Reheat	NO	-	-	0 - 35m	NO
	Proof	NO	40°C	-	0 - 2h30m	NO
Microwave	Manual	-	10 - 100% power	-	0 - 1h30m	NO

* Preheat temperature is held for 30 minutes.

COOKING TIME INPUT

Your oven can be programmed for up to 2 hours 30 minutes depending on the cooking mode. Refer to the MANUAL COOKING CHART. The input unit increment varies from 5 seconds to 5 minutes, depending on the total length of time and cooking mode as shown in the table below.

TEMPERATURE INPUT

Your oven can be programmed for temperatures from 100°C to 250°C, which can be adjusted every 10°C with an initial setting is 180°C.

ITEM	ITEM INPUT STEP
Temperature	10°C per step (180°C is initial temperature)
Cooking Time except Microwave	0 - 15 min. : 30 sec. per step 15 min. - 1 hour : 1 min. per step 1 hour - Max : 5 min. per step
Cooking Time Microwave	0 - 2 min. : 5 sec. per step 2 - 5 min. : 10 sec. per step 5 - 10 min. : 30 sec. per step 10 - 30 min. : 1 min. per step 30 - 90 min. : 5 min. per step

MANUAL COOKING

SuperSteam Convection

Manual SuperSteam Convection has 4 functions: SuperSteam Bake/Roast, SuperSteam Grill, SuperSteam Cake and SuperSteam Bread, and each function has 2 options, With Preheat or Without Preheat. Use SuperSteam Convection for cooking foods that need to retain moisture and have a crisp brown exterior.

Refer to the separated cookbook, ensure the suitable menus and follow to SHARP instructions.

SUPER STEAM BAKE/ROAST • SUPER STEAM CAKE • SUPER STEAM BREAD

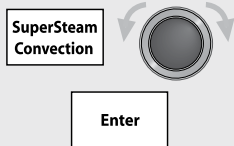
Use these modes for roasting meat and poultry and baking cake/bread with superheated steam. By automatically controlling the superheated steam, food will retain its moisture but have a crisp brown outside.

These modes can be programmed for up to 2 hours 30 minutes (2H30). Oven temperature can be set between 100°C and 250°C in 10°C step.

* Suppose you want to cook for 1 hour and 10 minutes on SuperSteam Bake/Roast (with preheat) at 160°C.

PROCEDURE

- 1** Press SuperSteam Convection, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select SUPER STEAM BAKE/ROAST and press Enter.



- 3** Turn the Knob to select WITH PREHEAT. Press Enter.



- 4** Turn the Knob to enter the desired temperature 160°C and press Enter.



- 5** Turn the Knob to enter the desired cooking time 1 hour and 10 minutes.



- 6** Press START to preheat. No food in oven.

START

- 7** When preheat is over, place food in the oven. Close the door.

- 8** Press START.

START

- 9** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



START

**Stop
Clear**

MANUAL COOKING

SUPER STEAM GRILL

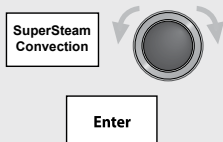
Use this mode for grilling meat / poultry / ready-made snacks with superheated steam. By automatically controlling the superheated steam food will retain its moisture but have a crisp brown outside.

This mode can be programmed for up to 2 hours 30 minutes (2H30).

* Suppose you want to cook for 15 minutes on SuperSteam Grill (with preheat).

PROCEDURE

- 1** Press Convection, turn the Knob to select OVEN and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select WITH PREHEAT. Press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired temperature 250°C and press Enter.



- 4** Turn the Knob to enter the desired cooking time 10 minutes.



- 5** Press START to preheat. No food in oven.



- 6** When preheat is over, place food in the oven. Close the door.

- 7** Press START.



- 8** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear.



NOTES:

1. If the oven door is not opened after preheating, the oven will hold the preheat temperature for 30 minutes and then "ENERGY SAVE MODE" will be displayed.
2. To program only preheat, press START after entering the desired preheat temperature. For SuperSteam Grill, press START after selecting WITH PREHEAT. Preheat will start. When the oven reaches the programmed temperature, follow the message in the display.
3. To extend cooking time, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
4. Keep the door closed. If opened during cooking, steam will escape and a longer cooking time will be required.
5. The amount of water in the water tank is sufficient for one cooking operation. Water does not need to be added during cooking.
6. During and after cooking, condensed water may be on the door, oven walls and oven floor. Dry any liquid residue with a soft cloth.
7. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.

WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot. Use thick oven gloves when adding or removing foods to prevent burns.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

MANUAL COOKING

Convection

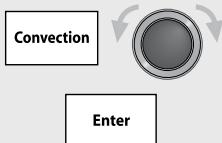
Manual Convection has 2 functions, Oven and Grill, and each function has 2 options, With Preheat or Without Preheat. Use Convection as you would use as a conventional oven. There is no need to change traditional cooking times. This mode does not use steam. This mode can be programmed for up to 2 hours 30 minutes (2H30). Oven temperature can be set between 100°C and 250°C by 10°C step. Grill is a pre-set temperature, so oven temperature cannot be changed.

OVEN

* Suppose you want to cook for 10 minutes on Oven (with preheat) at 250°C.

PROCEDURE

- 1** Press Convection, turn the Knob to select OVEN and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select WITH PREHEAT. Press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired temperature 250°C and press Enter.



- 4** Turn the Knob to enter the desired cooking time 10 minutes.



- 5** Press START to preheat. No food in oven.



- 6** When preheat is over, place food in the oven. Close the door.

- 7** Press START.



- 8** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear.



GRILL

* Suppose you want to cook for 20 minutes on Grill (with preheat).

PROCEDURE

- 1** Press Convection, turn the Knob to select GRILL and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select WITH PREHEAT. Press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired cooking time 20 minutes..



- 4** Press START to preheat. No food in oven.

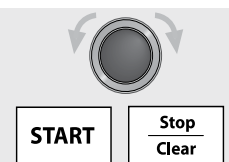


- 5** When preheat is over, place food in the oven. Close the door.

- 6** Press START.



- 7** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear.



WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot. Use thick oven gloves when adding or removing foods to prevent burns.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

NOTES:

1. If the oven door is not opened after preheating, the oven will hold the preheat temperature for 30 minutes and then "ENERGY SAVE MODE" will be displayed.
2. To program only preheat, press START after entering the desired preheat temperature. For Grill, press START after selecting WITH PREHEAT. Preheat will start. When the oven reaches the programmed temperature, follow the message in the display.
3. To extend cooking times, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
4. Keep the door closed. If opened during cooking, heat will escape and a longer cooking time will be required.
5. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.

MANUAL COOKING

Steam

STEAM has 4 functions: Steam High, Steam Low, Steam Reheat and Proof.

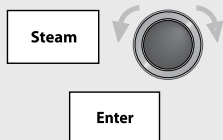
STEAM HIGH • STEAM LOW

Use Steam High to steam foods such as chicken or vegetables. Use Steam Low to steam fish or egg custard gently. With Steam Low mode, cooking time is a little longer than Steam High mode. Steam cooks food gently without destroying shape, colour or aroma. The Steam High can be programmed for up to 35 minutes (35.00). The Steam Low can be programmed for up to 45 minutes (45.00).

* Suppose you want to cook for 20 minutes on Steam High.

PROCEDURE

- 1** Press Steam, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select STEAM HIGH and press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired cooking time 20 minutes.



- 4** Put food in the oven. Press START.



- 5** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



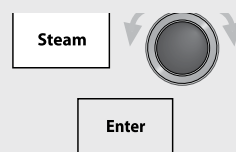
STEAM REHEAT

Use Steam Reheat to reheat gently without drying. Use Steam Reheat to reheat foods in metal container. Cooking time is longer than microwave oven. Steam Reheat can be programmed for up to 35 minutes (35.00).

* Suppose you want to reheat for 20 minutes on Steam Reheat.

PROCEDURE

- 1** Press Steam, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select STEAM REHEAT and press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired cooking time 20 minutes.



- 4** Press START.



- 5** After cooking, EXTEND will appear. If you wish to extend cooking time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



MANUAL COOKING

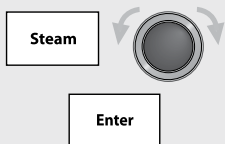
PROOF

Use Proof to aid dough rising when making regular or sweet yeast breads. Proof can be programmed for up to 2 hours 30 minutes (2H30).

* Suppose you want to proof for 20 minutes.

PROCEDURE

- 1** Press Steam, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2** Turn the Knob to select PROOF and press Enter.



- 3** Turn the Knob to enter the desired proofing time 20 minutes.



- 4** Press START.



- 5** After proofing, EXTEND will appear. If you wish to extend proofing time, turn the Knob to add time and press START. If not, press Stop/Clear. After the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity. Wait a few minutes, then empty the drip tray.



NOTES:

1. To extend steaming times, see EXTENDING COOKING TIME AT THE END OF COOKING on page E-21.
2. Keep the door closed. If opened during cooking, steam will escape and a longer cooking time will be required.
3. The amount of water in the water tank is sufficient for one cooking operation. Water does not need to be added during cooking.
4. During and after cooking, condensed water may be on the door, oven walls and oven floor. Dry any liquid residue with a soft cloth.
5. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.

WARNINGS:

1. The oven door, outer cabinet and oven cavity will become hot. Use thick oven gloves when adding or removing foods to prevent burns.
2. Do not open the oven with your face close to the oven. Steam from the oven may cause burns.

MANUAL COOKING

Microwave

Microwave is fast and convenient for cooking, reheating and defrosting.

There are six different power levels.

Power level	Examples
100%	Raw meat, Vegetables, Rice or Pasta
70%	Delicate Foods such as Eggs or Seafood.
50%	
30%	Defrost, Softening butter
10%	Keep food warm
0%	

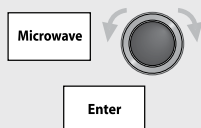
This variable cooking control allows you to select the rate of microwave cooking.

If a power level is not selected, then 100% is automatically used.

* Suppose you want to cook for 5 minutes on 100%.

PROCEDURE

- 1 Press Microwave, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2 Turn the Knob to enter the desired cooking time 5 minutes and press START.



PROCEDURE

- 1 Press Microwave, turn the Knob to select MANUAL and press Enter.



- 2 Turn the Knob to enter defrosting time 5 minutes and press Enter.



- 3 Turn the Knob to select power level 30%.



- 4 Press START.

START

NOTES:

1. After cooking, the display may show "Now cooling". The oven will automatically cool and you will hear the sound of the cooling fan. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperature.
2. Do not use the baking tray, steam tray and metal rack.

HINT:

For cooking cake or meatloaf, place the container on upturned heat-resistant shallow dish.

OTHER CONVENIENT FEATURES

Automatic Cooking Time Adjustment (More or Less Time Adjustment)

You can adjust cooking results as you like.
Should you discover that you like any automatic settings slightly more done, select MORE in the cooking time page before START.
The display will show MORE.
Should you discover that you like any automatic settings slightly less done, select LESS in the cooking time page before START.
The display will show LESS .

Extending Cooking Time at the End of Cooking

Cooking results may vary depending on room temperature, initial food temperature and other factors.
You can adjust cooking results by adding more cooking time at the end. When cooking is finished, the display will show "EXTEND". It is only possible to add extra time during the 5 minutes when "EXTEND" is in the display. The time can be extended up to 10-30 minutes depending on cooking mode. Turn the Knob for the desired time and then press START. The same cooking mode will be continued except for SuperSteam Convection. Convection mode will be continued for SuperSteam Convection. Carefully check the cooking process.

NOTES:

- 1. If "Fill water tank with water" is displayed when START is pressed, fill the water tank to the 2 mark (MAX mark). Position and push firmly into place.
- 2. Extend mode is canceled when Stop/Clear is pressed.
- 3. EXTEND is available depending cooking mode. See below. The Extending Cooking Time function can berepeated until the food is cooked as you desire.

		Extend time at end
SuperSteam Convection	Auto	0 - 30 min
	Manual	0 - 30 min
Convection	Manual	0 - 30 min
Steam	Auto	0 - 10 min
	Manual	0 - 10 min
Microwave	Auto Defrost	0 - 10 min
	Sensor Reheat	No
	Manual	No

Temperature Adjustment

To change the oven temperature during cooking in Manual Operations with SuperSteam Convection Bake/Roast, SuperSteam Convection Cake, SuperSteam Convection Bread and Convection Oven, simply turn the Knob to increase or decrease in 10°C increments and then press Enter. If Enter is not pressed within 5 seconds, the temperature will revert to the initial temperature that you selected.

End of Cooking Reminder

At end of cooking, the oven will signal and repeat after 2 and 4 minutes unless door is opened or Stop/Clear is pressed.

OTHER CONVENIENT FEATURES

Multiple Sequence Cooking

SUPER STEAM CONVECTION AND CONVECTION
There are 2 patterns in Super Steam Convection and Convection which can be programmed into Multiple Sequence Cooking.

- 1 Preheat + Convection (Oven) + Convection (Oven)
- 2 Preheat + SuperSteam Convection (SuperSteam Bake/Roast) + Convection (Oven)

- Preheat can be omitted.

* Suppose you want to cook in Sequence Cooking with Preheating in pattern 2 .

1st stage is SuperSteam Bake/Roast, at 160°C for 1 hour and 10 minutes.

2nd stage is Convection Oven, at 230°C for 10 minutes.

PROCEDURE

- 1** For 1st stage, follow the steps 1 to 5 in SuperSteam Bake/Roast. See page E-15.

- 2** Press Convection to program the second stage.

Convection

- 3** Turn the Knob to enter the desired temperature 230°C and press Enter.



Enter

- 4** Turn the Knob to enter the desired cooking time 10 minutes.



- 5** Press START .

START

MICROWAVE

Your oven can be programmed for up to 4 automatic cooking sequences, switching from one power level setting to another automatically. Sometimes cooking directions tell you to start on one power level and then change to a different power level.

- Suppose you want to cook for 5 minutes at 30% and then continue to cook for 30 minutes at 50%.

PROCEDURE

- 1** For 1st stage, follow the steps 1 to 3 in manual microwave cooking. See page E-20.

- 2** Press Microwave to program the second stage.

Microwave

- 3** Turn the Knob to enter cooking time 30 minutes and press Enter to proceed.



Enter

- 4** Turn the Knob to select power level 50%.



- 5** Press START .

START

OTHER CONVENIENT FEATURES

Info

Back/Info provides 7 features and step-by-step instructions for special functions.

MAINTENANCE	SETTINGS
DRAIN WATER DESCALE STEAM CLEAN	CONTRAST CHILD LOCK DEMO MODE WATER HARDNESS

These features can be selected by pressing Back/Info in home page (displayed ENERGY SAVE MODE) and then turning the Knob and pressing Enter.

DRAIN WATER

The remaining water inside the steam generator can be evaporated by using the DRAIN WATER function. See page E-8.

DESCALE

See page E-8.

STEAM CLEAN

See page E-24.

CONTRAST

Contrast can adjust display darkness or brightness.

PROCEDURE

- 1 Press Back/Info, turn the Knob to select CONTRAST and press Enter.
- 2 Turn the Knob to adjust contrast and press Enter to keep the adjustment.
The contrast setting will be held in the memory even if the oven power is off.

CHILD LOCK

Child Lock prevents unwanted oven operation such as by small children. The oven can be set so that the control panel is deactivated and locked.

PROCEDURE

- 1 Press Back/Info, turn the Knob to select CHILD LOCK and press Enter.
- 2 Press Enter.

NOTES:

1. To cancel Child Lock, press Enter and hold for 3 seconds.
2. If you set Child Lock, energy save mode will be cancelled.
3. When the oven power is off, the setting returns to OFF.

DEMONSTRATION MODE

Cooking operations and special features can be demonstrated with no power in the oven.

PROCEDURE

- 1 Press Back/Info, turn the Knob to select DEMO MODE and press Enter.
- 2 Turn the Knob to select DEMO ON and press Enter.

NOTE:

1. To cancel Demonstration Mode, select DEMO OFF at step 2 or unplug the oven from the electrical outlet and re-plug. "ENERGY SAVE MODE" will be displayed.
2. If you set Demo Mode, energy save mode will be cancelled.

WATER HARDNESS

Your oven is set at the factory to water hardness setting 3 (Very hard). You can set the oven for the water hardness level.

You can use the test strip supplied to check the water hardness level.

HOW TO USE THE TEST STRIP SUPPLIED:

1. Put the test strip into the water you want to use for 1 second, then remove it.
2. Shake off excess water.
3. Wait 15 seconds, and compare colour change on the test strip to colour chart and the table below.
When you use other test strips, follow the instructions of them.

Hardness level	Hardness range	Setting
1	<120 ppm <120 mg/l <6.7 °dH	Soft
2	120 - 250 ppm 120 - 250 mg/l 6.7 - 14.0 °dH	Hard
3	>250 ppm >250 mg/l >14.0 °dH	Very hard

PROCEDURE

- 1 Press Back/Info, turn the Knob to select WATER HARDNESS and press Enter.
- 2 Turn the Knob to select desired hardness level and press Enter.
The water hardness setting will be held in the memory even if the oven power is off.

CLEANING AND CARE

CLEAN THE OVEN AT REGULAR INTERVALS -

Keep the oven clean and remove any food deposits, or it could lead to deterioration of the surface. This could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

IMPORTANT CAUTIONS:

- DISCONNECT THE POWER CORD BEFORE CLEANING OR LEAVE THE DOOR OPEN TO INACTIVATE THE OVEN DURING CLEANING.
- BEFORE CLEANING, MAKE SURE THE OVEN IS COMPLETE COOL.
- DO NOT USE OVEN CLEANERS, ABRASIVE, HARSH CLEANERS OR SCOURING PADS ON ANY PART OF YOUR OVEN.
- DO NOT USE A STEAM CLEANER.

Oven Cleaning - Exterior

The outside may be cleaned with mild soap and warm water, wipe clean with a damp cloth. Avoid the use of harsh abrasive cleaners. Keep the ventilation openings free of dust.

Door

Wipe the door and window on both sides, the door seals and adjacent parts frequently with a damp cloth to remove any spills or spatters. Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering of the glass.

Control Panel

Care should be taken in cleaning the control panel. If the control panel becomes soiled, open the oven door before cleaning. Wipe the panel with a cloth dampened slightly with water only. Dry with a soft cloth. Do not scrub or use any sort of chemical cleaners. Close the door and press Stop/Clear.

Oven Cleaning - Interior

Steam Clean

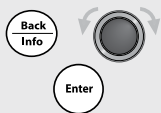
The Steam Clean function helps to loosen any grease, oil or food residue. The steam will make the oven easy to clean; however, it is not a self-cleaning function. It will take approximately 20 minutes for the cleaning cycle.

PREPARATION

1. Make sure that the water tank is filled with room temperature water suitable for drinking (filtered) and is installed. (See page E-6.)
2. Make sure that the empty drip tray is installed. (See page E-6.)

PROCEDURE

- 1 Press Back/Info, turn the Knob to select STEAM CLEAN and press Enter.



- 2 Press START.

START

Allow the oven to cool to prevent burns. Then open the door and remove any residue carefully with a soft damp cloth. Finally, remove and empty the water tank. Wait a few minutes, then empty the drip tray.

To clean the interior surfaces, wipe with a soft cloth and warm water.

1. After every use while the oven is still warm, wipe spatters or spills with a soft damp cloth or sponge. DO NOT USE ABRASIVE OR HARSH CLEANERS OR SCOURING PADS. For heavier soil, use mild soap; rinse thoroughly with hot water. Carry out Steam Clean function to clean thoroughly.
2. The cleaning cloth or sponge must be wrung dry to prevent moisture or residue from entering the oven vents.
3. Do not use spray type cleaners on the oven interior.
4. Any remaining food or fat could cause smoke or an unpleasant smell. It is a good idea to heat the oven with SuperSteam Convection Grill in manual operation for 20 minutes without preheat and food to remove any fat or residue from the interior ducts and heaters and unpleasant smell. See CLEAN THE OVEN BEFORE FIRST USE on page E-9.

CLEANING AND CARE

Door Seals

Always keep the door seals clean to prevent any damage. If water condenses inside the door seals, wipe dry with a soft cloth. Polish with another soft cloth. Do not use a chemical or abrasive cleaner on these surfaces. Care should be taken not to rub, damage, pull or move the seals. Before cooking, always check that door seals is lying smooth and flat. If not, steam will leak from the door. Do not use the oven if it has a damaged door seals. Consult a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.

Baking Tray / Rack

Wash baking tray and rack after cooking with a mild soap or detergent solution, rinsing and polishing dry. Do not use harsh cleaners, sharp metal scrapers or stiff brushes to prevent damage to the easy clean surface. All the accessories can be washed in the dishwasher.

Water Tank and Water Tank Lid

After cooking, wash in a mild soap or detergent solution with a soft damp cloth or sponge, rinse and polish dry. Do not wash in the dishwasher. Note the filter in the rear bottom of the water tank. Use a very soft brush to remove any build-up in the filter. The filter cannot be removed nor replaced so special care should be taken not to tear the mesh of the filter when cleaning it. Do not use harsh cleaners, sharp metal scrapers or stiff brushes on the water tank, water tank lid and the filter. Do not use a torn filter. Order replacement. Contact a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.

Drip Tray and Drip Tray Lid

Empty drip tray after cooking, wash in a mild soap or detergent solution with a soft damp cloth or sponge, rinse, polish dry and replace below the oven front. Do not wash in the dishwasher.

Descaling within the Oven's Steam Parts

During steam production, scale may form in the steam generator. To remove scale, carry out descale function when DESCALING IS NECESSARY. is shown in the display. See page E-8 for complete instructions.

TROUBLESHOOTING CHART

If EE is displayed or you think the oven is not working properly, check the chart below before consulting a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP. This will help to prevent unnecessary service calls.

WARNING:

Never adjust, repair or modify the oven by yourself. It is hazardous for anyone other than a qualified service technician trained by SHARP to carry out any service or repair operation. This is important as it may involve the removal of covers that provide protection against electrical parts.

- Repairs and Modifications: Do not attempt to operate the oven if it is not working properly.
- Outer cabinet & Lamp Access: Never remove the outer cabinet to avoid the possibility of electric shock or burns.

ERROR MESSAGE / INFORMATION MESSAGE

MESSAGE ON DISPLAY		ACTION
ERROR MESSAGE	EE	Due to technical error, contact a SERVICE CENTRE APPROVED BY SHARP.
INFORMATION MESSAGE	Wait. Oven is too warm to use.	The oven is too hot to use Microwave for defrosting or Steam Manual Proof. Remove food from oven and allow to cool until the message clears.
	Water is frozen. Please refer to instructions in operation manual.	The oven may not operate properly. Operate the oven with Convection Grill without food and preheat for 5 minutes. See page E-17.
	Now cooling.	After cooking, the oven and the parts will be hot. Now cooling is shown in the display until the oven cavity has cooled. The cooling fan may continue to operate up to 13 minutes. Now cooling will disappear when the oven has cooled. If you wish to use the warm oven, simply press Stop/Clear.
	Replace drip tray.	Remove and replace the drip tray correctly. See page E-6. In case the drip tray is not installed correctly, Replace drip tray will be shown in the display.
	Empty drip tray and replace.	Empty drip tray and replace will be shown in the display when water remains in the drip tray. You must empty the drip tray and replace it before SuperSteam Convection or Steam Cooking will start. See page E-6.
	Descaling is necessary.	Follow step-by-step instructions for descaling. See page E-8.
	Fill water tank with water.	Remove water tank and fill with water to the 2 mark (MAX mark). Replace and push firmly into place. NOTE: Ensure you do not use any other liquids like distilled water, R.O water, mineral water and etc.
	Remove water tank	If water is in the water tank, Drain Water function will not start. Remove the water tank before starting Drain Water.
	Hot	The oven cabinet and oven cavity are very hot. Pay extra attention not to burn yourself.

TROUBLESHOOTING CHART

The following situations are normal and are not signs that the oven is malfunctioning.

QUESTION / SITUATION		ANSWER
Control panel / power supply	The display is black / blank.	* Open the door and close. * Check the power plug is properly connected to a suitable wall outlet. * Check the wall socket and fuse are functioning properly. * Disconnect the power cord, wait for a minute, then reconnect.
	The display is fine but START will not function when pressed.	* Open the door and close. Is the oven light off? Press START again. * If the message "Wait. Oven is too warm to use." is displayed, wait until the message has disappeared
	Electrical power supply is interrupted during cooking.	The programmed cooking time and mode will be cancelled. Continue to cook with manual mode.
	Oven light is off during PROOF mode.	Normal operation to prevent bread dough from drying on the surface.
	Oven light is off during descaling.	This is normal operation. See page E-8.
	Oven light is off when door is opened.	Oven light will turn OFF if the door is open for more than 5 minutes.

TROUBLESHOOTING CHART

The following situations are normal and are not signs that the oven is malfunctioning.

QUESTION / SITUATION		ANSWER
Steam	Water is found inside the oven when the door is opened.	Steam has condensed inside the oven. Wipe dry with a soft cloth or a sponge after cooling.
	Steam comes out of the air ventilation openings at the top of the oven.	It is normal for used steam to come from the air ventilation opening on the top of the oven.
	Condensed water can be seen in the oven cavity.	This operation is normal. Steam has condensed on the oven floor. Wipe dry with a soft cloth or a sponge after cooling.
	Steam comes from the door during cooking.	Check the door sealings to make sure it is lying smoothly and flat.
Noise / Sound	Noise during microwave cooking.	When microwaving, you may hear the magnetron cycling on and off depending on the power level.
	Noise after cooking.	The cooling fan will operate until the oven is cool. The fan may continue to operate up to 13 minutes depending on the oven and parts temperatures.
	Noise when cooking with high temperature.	High temperatures may cause expansion of the oven's components. This is normal.
Smoke / Aroma	When using the oven for the first time, it may smoke or smell.	See page E-9 for step-by-step instructions for cleaning the oven before the first use.
	The oven cavity smells after cooking.	See CLEAN THE OVEN BEFORE FIRST USE on page E-9 for step-by-step instructions for removing the aroma.
Others	Time appearing in the display is counting down very rapidly.	Check Demonstration Mode on page E-23 and cancel.

SERVICE CALL CHECK

Check the following before calling service:

1. Does the display light when the door is opened and closed?

Yes _____ No _____
2. When the door is opened, is the oven lamp switched on?

Yes _____ No _____
3. Place one cup of water (approx. 250 ml) in a glass measure in the oven and close the door securely.
Oven lamp should go off if door is closed properly.
Programme the oven for one minute on Microwave 100%. At this moment:

A. Does the oven lamp light?

Yes _____ No _____

B. Does the cooling fan work?

Yes _____ No _____

(Put your hand over the  ventilation openings.)

C. Does the Microwave icon  appear in the display?

Yes _____ No _____

D. After one minute, did an audible signal sound?

Yes _____ No _____

E. Is the water inside the oven hot?

Yes _____ No _____
- 

4. Remove water from the oven and programme the oven for 5 minutes on Convection, Oven 250°C.

A. Does the Convection icon  appear in the display?

Yes _____ No _____

B. After the oven stops, is inside of the oven hot?

Yes _____ No _____
5. Fill the water tank with water and replace.
Operate the oven for 3 minutes on Manual Steam High.

A. After the oven stops, is the inside of the oven filled with steam?

Yes _____ No _____

If “NO” is the answer to any of the above questions, please check your wall socket and the fuse in your meter box.
If both the wall socket and the fuse are functioning properly, CONTACT YOUR NEAREST SERVICE CENTRE
APPROVED BY SHARP.

IMPORTANT: If the display shows nothing even if the power supply plug is properly connected, the Energy Save Mode may be in operation. Open and close the oven door to operate the oven. See "Getting Started" on page E-9.

NOTES:

SPECIFICATIONS

AC Line Voltage	: Refer to the rating label.
AC Power Required	:
Microwave	1.16 kW
Convection	1.55 kW
Output Power	:
Microwave	800 W* (IEC test procedure)
Convection	1.45 kW
Microwave Frequency	: 2450 MHz** (Class B/Group 2)
Outside Dimensions	: 553 mm(W) x 438 mm(H) x 483 mm(D)***
Cavity Dimensions	: 359 mm(W) x 256 mm(H) x 339 mm(D)
Oven Capacity	: 31 litre****
Weight	: Approx. 24 kg

* This measurement is based on the International Electrotechnical Commission’s standardised method for measuring output power.

** This is the classification of ISM (Industrial, Scientific and Medical) equipment described in the International Standard CISPR11.

*** The depth does not include the door opening handle.

****Internal capacity is calculated by measuring maximum width, depth and height. Actual capacity for holding food is less.

COOKING GUIDES

About Your Oven

This Operation Manual is valuable: read it carefully and always save it for reference.

Be aware that, unlike microwave-only ovens, Super Steam Ovens have a tendency to become hot during cooking with SuperSteam Convection, Convection or Steam.

The oven is for food preparation only. It should not be used to dry clothes or newspapers.

About Cooking Op-

Your oven has a variety of cooking options that are divided into automatic and manual. SuperSteam Convection, Steam and Microwave have both automatic and manual choices. Convection has only manual.

SuperSteam Convection

SuperSteam is combined with convection heating, which can roast or bake foods and allow excess fats to be removed. These foods retain moisture. Meats and poultry are brown, juicy and flavourful.

Steam

Steam cooks foods gently while retaining moisture, natural flavours and nutrients.

You can use Steam Reheat to reheat foods in metal container.

Convection

Convection browns, bakes, broils and crisps a wide variety of foods. Cookies, cakes, breads, muffins, biscuits and rolls can be baked on one or two levels. There are no automatic settings for convection.

Microwave

Microwave is fast and convenient for cooking and defrosting.

COOKING GUIDES

About Utensils and Coverings

The chart below will help you decide what utensils and coverings should be used in each mode.

Utensils - Mode Cooking Coverings	SuperSteam Convec- tion / Convection	Steam	Microwave
Aluminium Foil, Foil Containers	YES	YES	YES
			Small flat pieces of aluminum foil placed smoothly on food can be used to shield areas from cooking or defrosting too quickly. Keep foil at least 2 cm from walls of oven.
Metal	YES	YES	NO
China, Ceramics,	YES	YES	YES
	Oven-proof porcelain, pottery, glazed earthenware and bone china are usually suitable. Do not use the container if it has a flaw.		Check manufacturer's recommendation for being microwave safe. Do not use the container if it has a flaw.
Heat-resistant Glassware e.g. Pyrex®	YES	YES	YES
	Care should be taken if using fine glassware as it can break or crack if heated suddenly.		
Plastic/Polystyrene heat-resistant temp. over 140°C	NO	YES	YES
		Care must be taken as some containers warp, melt or discolour at high temperatures.	Use microwave-safe plastic containers for reheating and defrosting. Some microwave-safe plastics are not suitable for cooking foods with high and sugar content. Follow manufacturer's directions.
Plastic Wrap heat-resistant temp. over 140°C	NO	YES	YES
Paper Towels, Paper Plates	NO	NO	YES
			Paper towels: To cover for reheating and cooking. Do not use recycled paper towels which may contain metal filings. Paper plates: For reheating.
Containers made of synthetic material	NO	NO	NO
	They could melt at high temperature		
Baking paper	YES	YES	NO
	Do not touch the oven wall as it may be burnt. Keep the heat-resistant temp.		
Roasting Bags	YES	NO	YES
	Roasting bags should only be used with Convection Oven.		Follow manufacturer's directions.
Silver Dishes and Cooking Utensils or Containers that might rust inside the oven	NO	NO	NO
	YES	YES	NO

Utensils should be checked to ensure that they are suitable for use in each cooking mode. When heating food in plastic containers, pay special attention to the melting temperature of the containers. Never heat the plastic containers at over their melting temperature. Keep an eye on the oven due to the possibility of melting and ignition.

COOKING GUIDES

ACCESSORIES There are many microwave or heat-resistant accessories available for purchase. Evaluate carefully before you purchase so that they meet your needs. A microwave-safe thermometer will assist you in determining correct doneness and assure you that foods have been cooked to safe temperatures when using microwave-only cooking. Sharp is not responsible for any damage to the oven when accessories are used.

For automatic cooking, use the recommended container in the cooking chart in this operation manual or the cook-book supplied.

SuperSteam Convection and Steam Cooking Advice

There are certain techniques for cooking with steam. It is essential that these techniques are followed to ensure good results. Many of them are similar to those used in conventional cooking so you may be used to doing them already.

Please follow the advise given below for all cooking options which use SUPERSTEAM CONVECTION and STEAM.

NOTE:

- Always attend the oven when in use.
- Ensure that the utensils are suitable for each cooking mode. (See About Utensils and Coverings page E-31)
- Ventilate the room to allow the steam to dissipate.
- After cooking and the oven has cooled, remove and empty the water tank, wipe oven cavity with a soft cloth or sponge. Wait a few minutes, then empty the drip tray.

WARNING:

Follow instructions in the SHARP operation manual at all times. If you exceed recommended cooking times and use oven temperature that are too high, food may overheat, burn and, in extreme circumstances, catch fire and damage the oven.

- Special advice for STEAM -

Cooking Techniques	
Container	Ensure food is arranged evenly. Food which has little or no space between will take longer to cook, please ensure food is positioned with enough space between items to allow the steam to circulate around it. For the container, a shallow dish is suitable. It is not recommended to use dense dishes, because of the thickness of such dishes, recommended cooking times will have to be extended. For efficiently reducing salt and fat, please put the food directly on rack. If the food is put on the plate, please discard the drips left on the plate.
Covering	Covering is not necessary in most cases. If a cover is required, aluminium foil is recommended to keep food becoming wet from the condensed water in the oven cavity. Covered food will take longer to cook.
Door	For accurate cooking times, keep the door closed.
Stir	Sometimes soup or casserole reheated in a casserole without covering looks watery after cooking. Appearance will be better by stirring well.
Stand	Standing time is recommended after cooking so it enables the heat to disperse equally throughout the food. Do not allow to stand for a long time; food may be overcooked or wet by the residual steam.

Cooking Hints	
Blanching	STEAM can be used to blanch vegetables to prepare them for freezing. Place the prepared vegetables on a plate and cook with STEAM, MANUAL, STEAM HIGH for 4 to 5 minutes. After that, put in the cold water to cool quickly. Dry them and then freeze.
Salty Food	For certain salty food like salty fish, bacon etc., salty taste can be reduced by steaming before cooking. Place salty food on rack directly and STEAM, MANUAL, STEAM HIGH for 4 to 5 minutes.

COOKING GUIDES

- Advice for SUPERSTEAM CONVECTION and STEAM -

Food characteristics	
Density	Food density will affect the amount of cooking time needed. Cut the food into thinner parts if possible, and arrange in single layer.
Quantity	The cooking time must be increased as the amount of food cooked in the oven increases.
Size	Small foods and small pieces cook faster than large ones, as heat can penetrate from all sides to the centre. For even cooking make all the pieces the same size.
Shape	Foods which are irregular in shape, such as chicken breasts or drumsticks, may take longer to cook in the thicker parts. Check these parts are cooked thoroughly before serving.
Temperature of food	The initial temperature of food affects the amount of cooking time needed. Chilled foods will take longer to cook than foods at room temperature. The temperature of the container is not the actual temperature of the food or drink.
Seasoning & flavouring	Seasoning or flavouring are best added after cooking. If added as marinades or rubs, their taste may become light when cooking with steam. Add seasoning or flavouring again after cooking if necessary.

NOTE:

- Ensure the food is thoroughly cooked / reheated before serving.
- Cooking time will be affected by the shape, depth, quantity and temperature of food together with the size, shape and material of the container.
- Never heat oil or fat for deep frying as this may lead to overheating and fire. Care should be taken for foods high in fat or sugar (e.g. Christmas pudding) as overheating can lead to fire.

Face & Hands: Always use thick oven gloves to remove food or cookware from the oven. Be careful when opening the oven door to allow steam to dissipate. Do not remove the food from the oven with your bare hand.

Check the temperature of food and drink and stir before serving. Take special care when serving to babies, children or the elderly.

COOKING GUIDES

Microwave Cooking Advice

- Special Notes and Warning for MICROWAVE -

	DO	DON'T
Eggs, fruits, nuts, seeds, vegetables, sausages and oysters	* Puncture egg yolks and whites and oysters before cooking to prevent "explosion". * Pierce skins of potatoes, apples, squash, hot dogs, sausages and oysters so that steam escapes.	* Cook eggs in shells. This prevents "explosion", which may damage the oven or injure yourself. * Cook hard/soft boiled eggs. * Overcook oysters. * Dry nuts or seeds in shells.
Popcorn	* Use specially bagged popcorn for the microwave oven. * Listen while popping corn for the popping to slow to 1-2 seconds.	* Pop popcorn in regular brown bags or microwave safe glass bowls. * Exceed maximum time on popcorn package.
Baby food	* Transfer baby food to small dish and heat carefully, stirring often. Check for suitable temperature to prevent burns. * Remove the screw cap and nipple before warming baby bottles. After warming shake thoroughly. Check for suitable temperature.	* Heat disposable bottles. * Overheat baby bottles. Only heat until warm. * Heat bottles with nipples on. * Heat baby food in original jars.
General	* Food with filling should be cut after heating, to release steam and avoid burns. * Use a deep bowl when cooking liquids or cereals to prevent boiling over.	* Heat or cook in closed glass jars or airtight containers. * Deep fat fry. * Heat or dry wood, herbs, wet papers, clothes or flowers.
Liquids (Beverages)	* For boiling or cooking liquids see WARNING on page E-1-2 to prevent explosion and delayed eruptive boiling.	* Heat for longer than recommended time.
Canned foods	* Remove food from can.	* Heat or cook food in cans.
Sausage rolls, Pies, Christmas pudding	* Cook for the recommended time. (These foods have high sugar and/or fat contents.)	* Overcook as they may catch fire.
Meats	* Use a microwave proof roasting rack or plate to collect drained juices.	* Place meat directly on the ceramic oven floor for cooking.
Utensils	* Check the utensils are suitable for MICROWAVE cooking before you use them.	* Use metal utensils for MICROWAVE cooking. Metal reflects microwave energy and may cause an electrical discharge known as arcing.
Aluminium foil	* Use to shield food to prevent over cooking. * Watch for sparking. Reduce foil or keep clear of cavity walls.	* Use too much. * Shield food close to cavity walls. Sparking can damage the oven.

COOKING GUIDES

- Advice for MICROWAVE -

Cooking Techniques	
Arrange food carefully	Place the thickest areas toward outside of dish.
Watch cooking time	Cook for the shortest amount of time indicated and add more time as needed. Food severely overcooked can smoke or ignite.
Cover foods before cooking	Check recipe for suggestions: paper towels, microwave plastic wrap or a lid. Covers prevent spattering and help foods to cook evenly. (Helps keep oven clean)
Shield foods	Use small pieces of aluminium foil to cover thin areas of meat or poultry in order to avoid overcooking.
Stir foods	From outside to centre of dish once or twice during cooking, if possible.
Turn foods	Foods such as chicken, hamburgers or steaks should be turned over once during cooking.
Rearrange foods	Like meatballs halfway through cooking both from top to bottom and from the centre of the dish to the outside.
Allow standing time	After cooking ensure adequate standing time. Remove food from oven and stir if possible. Cover during standing time can allow the food to finish cooking completely.
Check for doneness	Look for signs indicating that cooking temperature has been reached. Doneness signs include: – Steam emits throughout the food, not just at edge; – Joints of poultry can be torn apart easily; – Pork and poultry show no pinkness; – Fish is opaque and flakes easily with a fork.
Condensation	A normal part of microwave cooking. The humidity and moisture in food will influence the amount of moisture in the oven. Generally, covered foods will not cause as much condensation as uncovered foods. Ensure that the ventilation openings are not blocked.
Microwave safe plastic wrap	For cooking food with high fat content, do not bring the wrap in contact with the food as it may melt.
Microwave safe plastic cookware	Some microwave safe plastic cookware are not suitable for cooking foods with high fat and sugar content.
Cake/Meatloaf	For cooking cake or meatloaf, place the container on up-turned heat-resistant shallow dish.

- Advice for defrosting -

Defrosting Techniques	
Arrange	Arrange food in a single even layer on the shallow dish. This will ensure that all parts of the food defrosts evenly.
Separate	Foods may be stuck together when removed from the freezer. It is important to separate foods as soon as possible during defrosting. e.g. steaks, chops
Stand	Standing time is necessary to ensure food is thoroughly defrosted. Food must stand, covered, for a length of time to ensure the centre has completely defrosted.

NOTE:

- Remove all packing and wrapping before defrosting.

AUTOMATIC COOKING CHART

SuperSteam Convection Menu Guide

RECIPES FOR COMPLETE MEALS

Salmon Steaks with Spinach and Potato Bake

[Utensils]

Large Shallow Casserole dish

2 Baking trays

Rack

[Ingredients for the Salmon Steak]

4 Salmon Steaks (Approx. 200 g each)

Juice of 1 Lemon

Black Pepper to taste

[Ingredients for the Spinach Bake]

Olive Oil to grease the dish

400g Defrosted Spinach, well drained

Salt and Pepper to taste

Nutmeg to season

500g Cooked Potatoes, peeled and sliced

150g Crème Fraîche

100ml Milk

Serves 4

[Method]

1. Wash and dry the salmon steaks. Sprinkle with lemon juice and salt, if desired. Season with black pepper.

2. Place the salmon steaks on rack in baking tray. Place the baking tray on upper position.

3. Lightly grease the large shallow casserole dish. Season the spinach leaves with salt and pepper and mix well.

4. Spread 1/2 of the spinach covering the base of the large shallow casserole dish, followed by layering 1/2 of the potato slices. Continue the next layer by spreading the remaining spinach, followed by layering the remaining potato slices.

5. Mix the Crème fraîche with the milk, season with salt and pepper and pour over the vegetables. Season with nutmeg.

6. Place the large shallow casserole dish on another baking tray. Place the baking tray on lower position.

7. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE

MEALS, SALMON STEAKS WITH POTATO BAKE'.

8. After cooking, stand covered with aluminium foil for 5 minutes.

Chicken Breasts with Mediterranean Style Roasted Vegetables

[Utensils]

1 Baking tray

Rack

[Ingredients for Chicken]

3 tbsp Soy Sauce

3 tbsp White Wine

2 cloves Garlic, crushed

Black Pepper to taste

4 Chicken Breasts

(Approx. 200g each)

4 tbsp Corn flour

[Ingredients for the Mediterranean roasted vegetables]

75g Asparagus

1 tbsp Olive Oil

Salt and Pepper to taste

1 tsp Fresh Rosemary

200g Potatoes, cubed 2cm

1 Onion, sliced

100g Tomatoes, quartered

100g Eggplant, sliced

1 Yellow Capsicum, sliced

Serves 4

[Method]

1. In a large bowl, mix together the soy sauce, wine, garlic and black pepper.

2. Add the chicken and marinate for 1 hour.

3. Add the corn flour and mix together until the chicken pieces are completely coated.

4. Trim the hard bottom of the asparagus and cut into 3 equal amounts of approx. 4 cm length.

5. In a large bowl, combine the olive oil, salt, pepper and rosemary. Add all vegetables and mix well

6. Place the vegetables directly into a baking tray, towards the right.

7. Place the chicken on the rack, towards the left, place rack into the baking tray. Place the baking tray on upper position.

8. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, CHICKEN BREAST WITH ROASTED VEG'.

9. After cooking, stand covered with aluminium foil for 5 minutes

AUTOMATIC COOKING CHART

Chinese Style Beef with Noodles

[Utensils]

Large Shallow Casserole dish

Small shallow Casserole Dish

2 Baking trays

[Ingredients]

400g Beef Rump Steak

1 tbsp Light Soy Sauce

1 tbsp White Wine

1/2 tsp Sugar

1 tsp Sesame Oil

2 tsp Corn flour

1 tbsp Ginger, grated

1 tbsp Oyster Sauce

1.5 tbsp Garlic, crushed

1 Fresh Bird's Eye Chilli,
seeds removed, finely chopped

100 ml Hot Beef stock

3 tbsp Canned Black Beans, chopped
(or canned kidney beans)

1/2 Green Capsicum, sliced

1 Onion, chopped

5 Shallots, sliced

400g Fresh Egg Noodles

11/2 cups Cold Water

Serves 4

[Method]

1. Cut beef into strips.

2. In a large bowl, mix together the soy sauce, wine, sugar, sesame oil, corn flour, ginger, oyster sauce, garlic and chilli.

3. Add the hot beet stock to the mixture.

4. Add the black beans, capsicum, onion, shallots and steak. Mix well.

5. Pour the mixture into the large shallow casserole dish. Place the dish into the baking tray. Place the baking tray on upper position.

6. Put the noodles into the small casserole dish and cover with the cold water. Place the dish on another baking tray. Place the baking tray on lower position.

7. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, CHINESE BEEF WITH NOODLES'.

8. Drain the noodles. Stir the noodles and the beef immediately after cooking then stand for 5 minutes.

Roast Leg of Lamb with Roasted Potatoes, Carrots and Turnips

[Utensils]

Small shallow casserole dish

2 Baking trays

[Ingredients]

1kg Leg of Lamb with bone

1 tbsp Olive Oil

Salt and Pepper to taste

1 tbsp Fresh Rosemary

500g Baby Potatoes, cut in half

200g Carrot, diced

200g Turnips, diced

8 tbsp Cold Water

Serves 4

[Method]

1. Place the lamb directly in baking tray. Brush with olive oil and season with salt, pepper and rosemary.

Place the baking tray on upper position.

2. Brush the potatoes with olive oil. Place in the left hand side of another baking tray.

3. Put the carrot and turnips into the small shallow casserole dish, add the cold water and cover with aluminium foil. Place the dish into the baking tray.

Place the baking tray on lower position.

4. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST LEG OF LAMB WITH ROASTED VEG'.

5. Stand for 5 minutes after cooking.

Roast Beef with Potatoes

[Utensils]

1 Baking tray

Rack

[Ingredients]

1/4 cup chopped fresh parsley

1 tbsp chopped fresh coriander

1 tbsp chopped fresh chives

1/4 tsp cracked black pepper
salt and pepper to taste

oil to brush

1kg roast beef

800g baby potatoes

[Method]

1. Preheat is pre-programmed. Select the menu, desired cooking result and press START to preheat.

2. In a small bowl, combine the parsley, coriander and chives. Mix until well combined. Spread the herb mixture over a clean chopping board.

3. Evenly brush the beef with oil. Roll the beef over the herb mixture, coating evenly. Season with salt and pepper. Set aside.

4. Wash and cut the baby potatoes in half.

5. Place meat on the rack in baking tray. Evenly place the potatoes around the beef on the rack.

6. After preheating, place the baking tray on lower position.

7. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST BEEF WITH POTATOES'.

8. After cooking, stand covered with aluminium foil for 10-15 minutes.

AUTOMATIC COOKING CHART

Spinach and Ricotta Cannelloni

[Utensils]

Large shallow casserole dish

1 Baking tray

[Ingredients]

250g packet frozen spinach, thawed
500g reduced fat ricotta cheese
pinch of ground nutmeg
salt and pepper to taste
12 instant cannelloni tubes
500g jar tomato basil pasta sauce
2 tbsp shredded cheddar cheese

Serves 4

[Method]

1. Drain spinach and squeeze to remove any excess liquid.
2. In a large bowl, add the spinach, ricotta cheese, nutmeg, salt and pepper. Mix until well combined.
3. Place mixture into a piping bag. Fill the cannelloni tubes by gently squeezing the piping bag until each tube is filled. Place the tubes in a single layer in a large shallow casserole dish.
4. Pour the pasta sauce over the cannelloni. Smooth the sauce over the pasta using the back of a spoon to ensure even coverage.
5. Sprinkle the cheddar cheese over the pasta.
6. Place casserole dish on a baking tray. Place the baking tray on upper position.
7. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, SPINACH AND RICOTTA CANNELLONI'.
8. After cooking, stand for 5 minutes.

Vegetable Rice with Prawns

[Utensils]

1 Baking tray

[Ingredients]

1 carrot, grated
100g green beans, sliced
1/2 leek sliced, cut into quarters
125g can corn kernels
2 1/2 cups water
1 tsp vegetable powder
2 cups jasmine rice, rinsed
150g cooked peeled prawns, cut into small pieces
salt and pepper to taste

Serves 4

[Method]

1. In a large bowl, combine carrot, beans, leek and corn. Add water and vegetable stock. Mix until well combined.
2. Continue to add the rice, prawns, salt and pepper. Mix until well combined.
3. Carefully pour this mixture into a baking tray and evenly spread. Place the baking tray on upper position.
4. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, VEGETABLE RICE WITH PRAWNS'.
5. After cooking, stand for 5 minutes.

Roast Chicken with Potatoes and Parsnips

[Utensils]

1 Baking tray

Rack

[Ingredients]

1tbsp oil
1/2 tsp chicken stock
1/2 tsp dried oregano
salt and pepper to taste
1 kg chicken
500g baby potatoes
300g parsnips

Serves 4

[Method]

1. Preheat is pre-programmed. Select the menu, desired cooking result and press START to preheat.
2. In a small bowl, combine the oil, chicken stock, oregano, salt and pepper. Mix until well combined.
3. Evenly brush chicken with oil mixture. Tie the chicken legs together. Set aside.
4. Wash baby potatoes and parsnips. Cut potatoes in half, and cut parsnips into quarters.
5. Place chicken breast side up on the rack in baking tray. Evenly place the potatoes and parsnips around the chicken on the rack.
6. After preheating, place the baking tray on upper position.
7. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST CHICKEN WITH POTATOES'.
8. After cooking, stand covered with aluminium foil for 10 minutes.

AUTOMATIC COOKING CHART

SUPERSTEAM GRILL

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure	Baking Tray Position
Chicken Legs (initial temp 3°C)	0.2 - 1.0 kg (100g)	- Season with salt, pepper and paprika. - Pierce the skin of the chicken legs. - Put the chicken legs on the rack, skin side down, in baking tray. - After cooking, place on a dish and serve.	Upper
Chicken Fillet (initial temp 3°C)	0.25 - 1.00 kg (50g)	- Season with salt, pepper and paprika. - Put the chicken fillet on the rack in baking tray. - After cooking, stand for 5 minutes.	Upper
Grilled Fish (initial temp 3°C)	0.2 - 1.0 kg (100g) whole fish/ fish fillets	- Make a few slits on the skin of fish. - Brush with oil. Place fish on rack in baking tray and put in the oven. - After cooking, place on a dish and serve.	Upper
Grilled Skewers (initial temp 3°C)	0.20 - 0.80 kg (50g)	- Prepare the grill skewers referring to the recipe below. - Place on the rack in baking tray. - After cooking, remove and put on a plate for serving.	Upper

RECIPES FOR GRILLED SKEWERS

Meat Kebabs

[Ingredients]

400g escalope of meat
 100g smoked belly of meat
 2 onions (100 g), in quarters
 4 tomatoes (250 g), in quarters
 1/2 green pepper (100 g), in eight pieces
 4 tbsp oil
 2 tsp sweet paprika
 salt
 1/2 tsp cayenne pepper
 1 tsp worcester sauce

[Method]

1. Cut the escalope of meat and the meat belly into 2-3 cm cubes.
 2. Thread meat and vegetables alternately on four wooden skewers (approx. 25cm long).
 3. Combine the oil with the spices and brush over the kebabs. Place the kebabs on the rack in baking tray.
 4. Cook using 'SuperSteam Convection, AUTO, GRILL, GRILLED SKEWERS'.

AUTOMATIC COOKING CHART

SUPERSTEAM ROAST

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure	Baking Tray Position
Roast Chicken (initial temp 3°C)	0.9 - 2.0 kg (100g)	- Season with salt, pepper and paprika. - Place on rack in baking tray, uncovered and cook. - After cooking, stand covered with aluminium foil for 10 minutes.	Lower
Roast meat (initial temp 3°C)	0.9 - 1.5 kg (100g)	- Tie meat with string (loins only). - Season with salt, pepper and paprika. - Place on rack in baking tray, uncovered and cook. - After cooking, stand covered with aluminium foil for 10 minutes.	Lower
Roast Beef, Medium (initial temp 3°C)	1.0 - 2.0 kg (100g)	- Season with salt and pepper. - Place meat on rack in baking tray, uncovered and cook. - After cooking, stand covered with aluminium foil for 5 - 10 minutes.	Lower
Roast Leg of Lamb (initial temp 3°C)	1.0 - 2.0 kg (100g)	- Season with salt, pepper and rosemary. - Place on rack in baking tray, uncovered and cook. - After cooking, stand covered with aluminium foil for 10 minutes.	Lower

SUPERSTEAM BAKE

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure	Baking Tray Position
Frozen Pizza (Thin, Thick Type) (initial temp -18°C)	1 layer cooking: 0.2 - 1.0 kg (100 g) 2 layers cooking: 0.2 - 1.0 kg (100 g)	- Preheat is pre-programmed. Select the menu, desired layer, quantity and cooking result, then press START to pre-heat. - Remove from packaging and place on the baking tray. After preheating, put the baking tray in the oven. - After cooking, serve.	1 layer cooking: Upper 2 layers cooking: Upper/Lower
Cake (initial temp 20°C) eg: Carrot Cake, Butter Cake, Chocolate Cake	1 layer (Cake tin: approx. 20cm)	- Use desired homemade recipe or packet mix. - Preheat is pre-programmed. Select the menu, desired cooking time and press START to preheat. - After preheating, place the cake tin on the baking tray. Put the baking tray in the oven. - After baking, allow to cool in the cake tin for 5 minutes.	Lower
Bread (initial temp 20°C) eg: White Loaf, Multigrain Loaf	1 layer (Loaf tin: approx. 13 x 20cm)	- Use desired homemade recipe or packet mix. - Preheat is pre-programmed. Select the menu, desired cooking time and press START to preheat. - After preheating, place the loaf tin on the baking tray. Put the baking tray in the oven. - After baking, allow to cool in the loaf tin for 5 minutes.	Lower
Baked Potatoes (initial temp 20°C)	1 - 4 piece (1 piece: 250g)	- Preheat is pre-programmed. Select the menu, quantity, desired cooking time and press START to preheat. - Pierce each potato in several places and place on rack in baking tray. After preheating, put the baking tray in the oven. - After cooking, leave to stand wrapped in aluminium foil for 2 - 3 minutes.	Lower

AUTOMATIC COOKING CHART

Steam Menu Guide

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure	Baking Tray Position															
Fresh Vegetable 1 (initial temp 3°C) Soft Vegetables: Zucchini, Capsicum, Broccoli, Mushrooms, Asparagus	0.2 - 1.0 kg (100g)	• Wash vegetables, then remove excess water. • Put vegetables in the steam tray. • Place the steam tray on rack in baking tray, un- covered. • After cooking, stand for 1 - 5 minutes.	Upper															
Fresh Vegetable 2 (initial temp 3°C) Hard Vegetables: Carrots, Cauliflower, Beans, Brussels Sprouts	0.2 - 1.0 kg (100g)																	
Frozen Vegetable (initial temp -18°C) Mixed Vegetables, Broccoli, Peas, Carrots, Cauliflower	0.2 - 1.0 kg (100g)	• Put frozen vegetables in the steam tray. • Place the steam tray on rack in baking tray, un- covered. • After cooking, stand for 1 - 5 minutes.	Upper															
Fresh Fish/ Fresh Prawns (initial temp 3°C) Whole Snapper, Barramundi Fillet, Large Green Prawns	0.1 - 1.0 kg (100g)	• Wash fish thoroughly and remove scales. • Make a few slits on the skin of fish, pierce the eyes of fish. • Put fish/prawns in the steam tray. • Place the steam tray on rack in baking tray, un- covered. • After cooking, stand for 1 - 3 minutes.	Upper															
Frozen Convenience (Dumplings) (initial temp -18°C) Vegetable, Pork, Chicken	0.1 - 0.5 kg (100g)	• Put food in the steam tray. • Place the steam tray on rack in baking tray, un- covered. • After cooking, stand for 1 - 3 minutes.	Upper															
Rice (initial temp 20°C cold tap water) White Rice	1 - 4 serves (1 serve)	• Wash rice thoroughly until water runs clear. • Place into 2 litre shallow casserole dish and cover with tap water. • Place the dish on baking tray, uncovered. • After cooking, stand for 1 - 5 minutes. <table><tr><td>Serve</td><td>1 serve</td><td>2 serves</td><td>3 serves</td><td>4 serves</td></tr><tr><td>Rice</td><td>1/2 cup</td><td>1 cup</td><td>1 1/2 cups</td><td>2 cups</td></tr><tr><td>Cold tap water</td><td>1/2 cup</td><td>1 1/2 cups</td><td>2 cups</td><td>2 1/2 cups</td></tr></table>	Serve	1 serve	2 serves	3 serves	4 serves	Rice	1/2 cup	1 cup	1 1/2 cups	2 cups	Cold tap water	1/2 cup	1 1/2 cups	2 cups	2 1/2 cups	Upper
Serve	1 serve	2 serves	3 serves	4 serves														
Rice	1/2 cup	1 cup	1 1/2 cups	2 cups														
Cold tap water	1/2 cup	1 1/2 cups	2 cups	2 1/2 cups														

AUTOMATIC COOKING CHART

Microwave Menu Guide

AUTO DEFROST

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure
Steak/Chops (initial temp -18°C)	0.1 - 1.0 kg (100g)	•Shield thin end of chops or steaks with foil. •Position the food with thinner parts in the centre in a single layer on a microwave safe defrosting rack. Place the defrosting rack directly on the oven base. If pieces are stuck together, try to separate as soon as possible. •When the oven has stopped, remove defrosted pieces, turn over and shield the warm portions of remaining pieces. •After defrost time, stand covered with aluminium foil for 5 - 15 minutes. •See NOTES below.
Poultry (initial temp -18°C)	0.9 - 2.0 kg (100g)	•Remove from original wrapper. Shield wing and leg tips with foil. •Place breast side down on a microwave safe defrosting rack. •Place the defrosting rack directly on the oven base. •When the oven has stopped, turn over and shield the warm portions. •After defrost time, stand covered with aluminium foil for 15 - 30 minutes. - After standing run under cold water to remove giblets if necessary.
Roast Meat (Beef/Pork/ Lamb) (initial temp -18°C)	1.0 - 2.0 kg (100g)	•Shield the bone and the edge with foil strips about 2.5cm wide. •Place joint with lean side face upwards (if possible) on a microwave safe defrosting rack. •Place the defrosting rack directly on the oven base. •When the oven has stopped, turn over and shield the warm portions. •After defrost time, stand covered with aluminium foil 15 - 30 minutes
Mince/ Sausages (initial temp -18°C)	0.1 - 1.0 kg (100g)	•Place frozen minced meat on a microwave safe defrosting rack. Shield edges. - Place the defrosting rack directly on the oven base. •When the oven has stopped, remove defrosted portions of mince, turn over and shield edges with foil strips. •After defrost time, stand covered with aluminium foil 5 - 20. •See NOTES below.

Foods not listed in the Guide can be defrosted manually using 30% power level setting.

NOTES: For steaks and chops, freeze separately in single flat layers and if necessary separate into layers with freezer plastic. This will ensure even defrosting. When freezing minced meat, shape it into flat even sizes. It is also a good idea to label the packs with the correct weights.

SENSOR REHEAT

Menu name	Weight range (Increasing unit)	Procedure									
Dinner Plate (initial temp 3°C)	1 serve (approx. 400g)	•Cover with plastic wrap and pierce 5 times with skewer. •Place the plate directly on the oven base. •After cooking, stand covered for 2 minutes. <table border="1"> <tr> <th>MEAT</th><th>PO- TATO</th><th>VEGETABLES</th></tr> <tr> <td>175 - 180g</td><td>125g</td><td>100g</td></tr> <tr> <td>Beef, Lamb, Chicken (sliced), T-Bon</td><td>sliced</td><td>Carrot, Zucchini, Broccoli, Cauliflower</td></tr> </table>	MEAT	PO- TATO	VEGETABLES	175 - 180g	125g	100g	Beef, Lamb, Chicken (sliced), T-Bon	sliced	Carrot, Zucchini, Broccoli, Cauliflower
MEAT	PO- TATO	VEGETABLES									
175 - 180g	125g	100g									
Beef, Lamb, Chicken (sliced), T-Bon	sliced	Carrot, Zucchini, Broccoli, Cauliflower									
Casserole	1 - 4 cups (1 cup : 250 ml)	•Place into a casserole dish. •Cover with plastic wrap and pierce 5 times with skewer. •Place the dish directly on the oven floor. •After cooking, stir and stand covered with plastic wrap for 1 - 5 minutes.									
Soup (initial temp 20°C) Pumpkin, Tomato, Chicken	1 - 4 cups (1 cup : 250 ml)	•Place in a microwave safe glass bowl. •Do not cover. •Place the dish directly on the oven base. •After cooking, stir.									
Pizza (initial temp 3°C) Pepperoni, Supreme	1 - 4 pieces (1 piece : approx. 90g)	•Place pizza on one sheet of paper towel directly on the oven base.									

警告

重要安全须知：请仔细阅读，并储存作为参考。

1. 为防止意外发生，请注意并遵守以下事项

- a. 请勿将高于室内水温的液体倒入水槽中。
- b. 温度过高、烹调时间过长或导致食物过热而起火。
- c. 切勿将食品烹调过度。
- d. 烹调食品前，先拆去绑在包装袋上的金属线。
- e. 切勿用微波炉来加热食油或油炸食品，因为油温变得很高而难以控制。
- f. 使用即弃容器入塑料、纸或其他可燃烧材料作烹调时，应小心注意炉内情况。
- g. 烹调中发生冒烟或期货现象时，请不要立刻打开炉门，应先停止操作及拔除电源，获奖保险丝或电流断路器的开关关闭。
- h. 切勿使用合成纤维制成的容器进行烹调，合成纤维在高温下将溶化。
- i. 微波炉内温度过高时，请勿使用塑料容器，塑料容器将熔化。在超高温对流加热或对流加热模式下请勿使用塑料容器，除非容器生产商注明可在此情况下使用。
- j. 请勿将食物或其他物品储存在微波炉内。
- k. 在烘焙或烹调蛋糕或甜品时加入酒精饮料，酒精释放的水汽遇电力加热分子将导致起火。烘焙时应小心注意炉内情况。

2. 为防止烹调食品的爆溅，

- a. 切勿使用密封容器进行烹调。如带有瓶盖或奶嘴的奶瓶均属密封容器。
- b. 烹调时间切勿过长。
- c. 家爱热液体是，一定要用开大口容器。
- d. 待烹调后最少20秒才取出食物，以免煮滚的液体爆溅。
- e. 烹调前几烹调中将液体搅拌，盛载食物的器皿，或放调羹、其他器具在器皿内时，应特别小心处理。

3. 本微波炉仅作为家庭烹调使用，并仅应用于食物和饮料加热、烹调和解冻。并不适合商业或实验室使用。

4. 微波炉门夹有杂物或未关闭好时，切勿加以使用。

5. 请切勿试图自行更改或维修此微波炉。若由为接受过声宝公司正式训练合格的技术人员进行任何服务或维修，是非常危险的，因维修时如需要开启微波炉盖，可能回导致微波泄漏。

6. 微波炉发生故障时，应由技术员加以检查修理后才继续使用，请注意炉门必须可以关闭及没有以下故障：

(1) 炉门（变形） (2) 合叶或门闩（损坏或松动） (3) 门封、封边面及炉腔（弯曲或变形） 4. 门封表面有烧伤痕迹

7. 从微波炉内取出食物时，请注意不要让器皿、衣服或装饰物杯微波炉门锁勾到。

8. 微波炉运行时，切勿将物体，特别是金属物体穿过护栅、炉门或微波炉。

9. 切勿擅自改动或取下门闩。

10. 烹调结束后欲取出炉内食品时，请戴上烹调手套，以免烫伤或蒸汽灼伤。

11. 如电源线损坏，必须用夏普授权的服务中心提供的专用电线更换，为避免发生伤害，应由夏普公司训练合格技术人员进行更换。

12. 如烘烤灯无法正常使用，请联系供销商或由夏普公司正式训练合格的技术人员。

13. 为避免脸及手部被蒸汽烫伤。慢慢地抬起盘子的最远一端，包括微波炉的塑料包装等，并小心地打开爆米花机 微波炉烹调包装，避免对着脸部。
14. 确保电源线无损坏，且未位于微波炉顶部、底部、发热表面或尖锐的边缘。
15. 打开炉门时需小心，为避免蒸汽或热气烫伤，待热气或蒸汽释放后再取出或替换食物时。
16. 微波炉运行时将变热，切勿将任何物品放在微波炉外箱外箱之上。
17. 为避免烫伤，食用前试温、搅拌，为婴儿、儿童及老人烹调的食物或饮料须特别注意。容器的温度将变热，未查看容器温度时切勿饮用饮料或汤。
18. 请确保烹调器皿与炉箱内壁碰触。
19. 此产品不适合身体、感官、心智能力不全或缺乏经验和知识的人（包括儿童）使用。除非有人指引监督，为其讲解本产品安全指引。
20. 儿童不得将微波炉当玩具玩耍。
21. 微波炉运行时，可碰触到的零件（如炉门、炉腔、盘子及配件）将变热。切勿让小孩靠近，以免烫伤。取出食物时请使用厚微波炉手套，避免烫伤。
22. 由于热量聚集，儿童须在成人的监督下使用使用超高温对流加热、对流加热或蒸煮功能。
23. 切勿碰触炉门、外箱、炉箱后部、炉腔、通风口、配件、盘子及通风口排出的空气，因其运行时将变热。
24. 请勿直接碰触烘烤灯周围，烘烤灯打开时该区域将变热。
25. 若水槽开裂或漏水，切勿使用烤箱，请联系夏普公司授权的服务中心。
26. 如水槽裂开或漏水，切勿使用微波炉，请联系夏普授权的服务中心。
27. 为避免腐蚀微波炉，切勿将已烹调的食物留在微波炉中较长时间。定期清洁微波炉并取出微波炉内及炉门上的所有物品。
28. 切勿将手指伸进微波炉洞孔中（蒸汽排放口或通风口），否则将损坏微波炉，引发电击或人身伤害。
29. 切勿将重于5千克的无哦放在炉门之上，避免微波炉倒地或损坏炉门及合叶。切勿粘附门把手或上面悬挂重物。
30. 切勿湿手触碰电源插头。插头牢固插入壁式插座，取出插头时，握住插头，切勿拉扯电源线，否则将损坏电源线、及插头内部连接。
31. 微波炉运行时，请勿将其移动。如需移动微波炉，先用沥干水分功能将微波炉内部水沥干。沥干后，倒空沥水盘中的水。
32. 请勿有意在炉门或控制板上洒水。
33. 如微波炉倒地或跌落，请勿使用微波炉。拔下电源并联系夏普公司授权的服务中心。

安装事宜

1. 将微波炉内的包装物件及炉门的宣传标贴（若附有）全部拆去，认真检查是否有损坏之处，必要时进行修理。
例如：检查炉门的安装是否有偏差，炉门周围的密封是否损坏或微波炉内及炉门上是否有凹痕等。若发现有任何损坏之处，请立即与夏普授权的服务维修中心联络，接受维修人员的检查与修理后，才可食用本微波炉。
 2. 检查本微波炉是否带有下列附件：
1) 转盘 2) 烤盘 3) 蒸盘 4) 除垢说明书 5) 使用说明书 6) 食谱 7) Touch guide 8) test trip
 3. 微波炉烹调时炉门或将变热，为避免意外碰触，请将微波炉放在离地面85分米或更高处。切勿让小孩靠近微波炉以免烫伤。
 4. 请勿将微波炉安装在高温或潮湿的地方，例如焗炉附近。而安装炉时，须注意避免堵塞或掩盖微波炉的通风口。
 5. 如窗口靠近微波炉，通风口语窗口必须保持至少20厘米的距离，否则窗口将可能被通风口排出的热气打破。
注意：微波炉排出的蒸汽将可能将墙壁、家具弄湿或弄脏。请保持足够的空间。烹调时或烹调结束后，通风盖或通风口排出的蒸汽有可能冷凝在周围的墙壁或家具上。请将微波炉安置在通风处。
 - 为了防止潮湿，建议使用锡纸覆盖墙壁或家具。
 6. 请勿将其他设备与微波炉使用用一个插座。
 7. 由于用户为遵照正确的电源接驳指示而引致微波损坏或其他不良后果时，厂方及经销商概不负责。本微波炉所使用的交流电源的电压和频率必须与炉背面的标牌所示一致。
 8. 本微波炉的地线必须接地：
- 重 点**
- 电源线中导线以下方式标色：

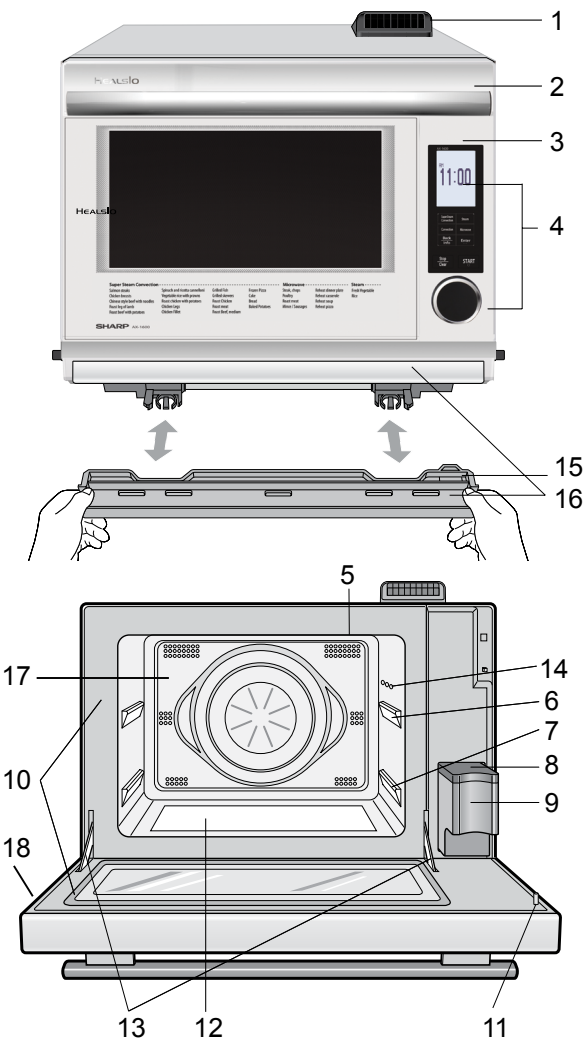
- 绿黄色：地线
- 蓝 色：中线
- 褐 色：火线

本微波炉电源线中导线的色标可能与阁下所用的插头或插座上的色标不相同，届时请按以下规则操作：绿黄色的导线必须与以下几种插头插座之一相接：标有E字母、带有 符号、色标为绿色或黄绿色。

蓝色的导线必须与标有N字母或蓝色的插头。

褐色的导线必须与标有L字母或褐色的插头(或插座)。

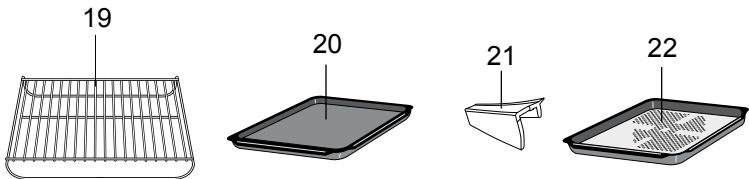
微波炉示意图



- 1. 通风口
- 2. 门把手
- 3. 液晶显示
- 4. 控制板
- 5. 烘烤灯
- 6. 上层
- 7. 下层
- 8. 水箱盖（见E-6页）
- 9. 水箱（见E-6页）
- 10. 门封及封边面
- 11. 门铰线路
- 12. 陶瓷炉底
- 13. 合叶
- 14. 蒸汽出口
- 15. 沥水盘盖子（见E-6页）
- 16. 沥水盘（见E-6页）
- 17. 炉腔
- 18. 透视门

配件

- 19. 烤架
用于超高温对流加热、对流加热及蒸煮微波烹调时请勿使用。
- 20. 烤盘x2
用于超高温对流加热、对流加热、蒸煮及除垢。微波烹调时请勿使用。
- 21. 除垢指导（见E-8页）
- 22. 蒸盘
用于蒸煮，也可用于超高温对流加热、对流加热。微波烹调时请勿使用。放于烤盘之上。

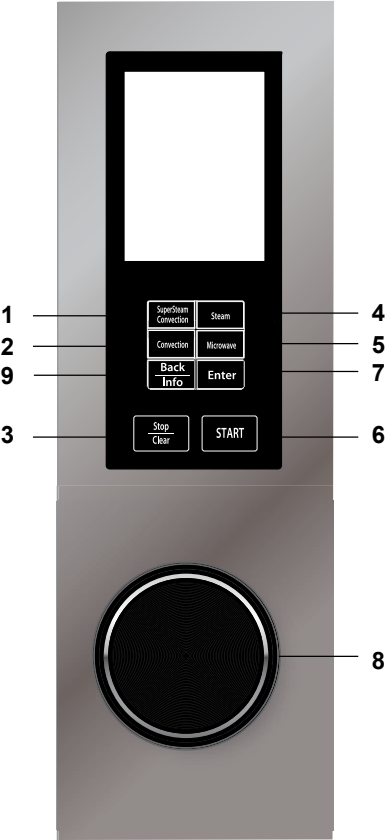


警告：
炉腔、炉门、外箱、配件及盘子将变热，取出食物或配件时请使用厚微波炉手套，以免烫伤。

软键控制面板指南

触按控制面板软键以控制微波炉操作，每次正确的触按，微波炉会发出鸣响声，以表示您已选择软键。除了软键选入的鸣响声外，在烹调程序完成时，微波炉还会发出一声约两秒的鸣响声；而按烹调程序的需要，在烹调中途暂停时会发出四声鸣响声。

触按式软键控制板



- 1. 超高温对流加热控件
触按此键选择超高温对流加热烹调
超高温对流加热烹调有两项选择：“自动烹调”及“手动烹调”
- 2. 对流加热
选择手动烹调，对流加热无自动烹调模式
- 3. 停止/取消面板
触按此键便能取消编订烹调时的程序。
在烹调过程中，触按一次可暂停烹调，触按两次可取消程序。
- 4. 蒸煮键
触按此键选择蒸煮烹调
蒸煮键有两项选择：“自动烹调”及“手动烹调”
- 5. 微波触键
触按此键选择微波烹调
微波烹调有3项选择：自动解冻、自能加热及手动烹调
- 6. 开始按键
触按此键开始程序
- 7. ENTER按键
触按此键使已编制的烹调程序开始运作
- 8. 按钮
更换所需选择
- 9. 上一步/返回 按键
触按此键返回开始键前程序的上一步
触按此键保存微波炉设置或自定义



① 箭头表明不止一页；当您看到箭头时，可以将按钮前后调动翻页。不出现箭头时，可触按上一步/返回转到到上一页。

② 显示器顶部的图示表明已选择的烹调模式

- 已选择超高温对流加热
- 已选择蒸煮模式
- 已选择微波炉模式
- 已选择对流加热模式

③ ③显示屏上的文字将表明特征及烹调说明

重要须知

使用超高温蒸汽对流加热及蒸煮前须仔细阅读

水槽

使用超高温蒸汽对流加热或蒸煮自动或手动烹调时，须在水槽加入室内温度相同的水。请务必遵照以下步骤。

- 1. 倒掉水槽中的水
- 2. 首次使用前须清洗水槽及盖子。（见图1）
- 3. 每次烹调前，须向水槽中加入室内温度的水至标记2（最大标记）。（图2）切勿使水高于标记2（最大标记）。
- 4. 确保盖子已盖好。
- 5. 推动水槽至牢固。（图3）
- 6. 烹调结束后，倒空水槽，清洗水槽及盖子。

说明：

- 1. 请勿使用蒸馏水、反渗透纯水或矿泉水等其他液体。
- 2. 水槽中的水量不足将影响食物生熟程度。
- 3. 建议每次烹调结束后倒空水槽。请勿让水槽中的水滞留长达一天时间。
- 4. 若烹调时显示屏信息显示，如“水槽加水”，请参阅E-26故障处理图表。
- 5. 请勿卸下或损坏水槽。热量有可能导致水槽变形。切勿使用已损坏的水槽，请联系夏普公司授权的服务中心。
- 6. 取出水槽时可能有少量水滴，用柔软的干布擦拭微波炉。
- 7. 切勿阻塞水槽盖上的出气孔，否则烹调时将引发故障。
- 8. 取出水槽时，少量的水将滴入沥水盘中。烹调结束后请立即倒空。

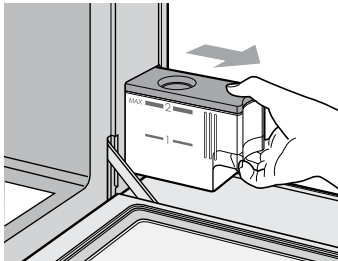


Figure 1

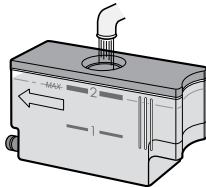


Figure 2

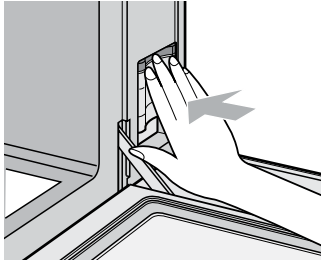


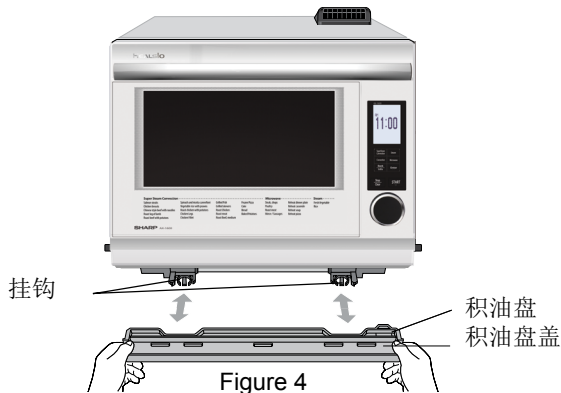
Figure 3

积油盘

确保烹调时炉内有积油盘，请遵照以下说明微波炉附带积油盘及盖子。按图4所示将积油盘及盖子凡在炉门之下。积油盘将聚集炉门流出的水珠。

- 取出积油盘：双手将积油盘朝所在位置拉出。
- *确保取出积油盘前不再滴水。
- 更换积油盘：将积油盘放在烤箱下的左右挂钩上，如图4所示推动至牢固。固定后将积油盘水平放入。不正确的使用将损坏挂钩。
- 如显示屏显示“更换积油盘”或“倒空并更换积油盘”请正确取出并更换积油盘。

每次烹调结束后，立即倒空积油盘。倒空、冲洗、擦干、更换积油盘。未倒空积油盘、未倒空而再次烹调将导致液体溢出。



警告：

- 1. 使用烹调或沥干水分功能后，微波炉将变热。
- 2. 打开炉门时，勿让脸部靠近炉门。否则可能被蒸汽烫伤。
- 3. 清理水槽、积油盘前须确保微波炉已冷却，再擦拭炉腔。
- 4. 请勿直接碰触积油盘中的水，因其温度过热。

超高温蒸汽对流加热及自动手动蒸煮

烹调前

1. 确保水槽中已加入室内温度相同的水（已过滤）并安装在微波炉中。（见E-6页）
2. 确保已安装空的积油盘。（见E-6页）
3. 将食物放在微波炉内，需要预热的情况除外。（参照图表查看自动操作是否需要预热）

烹调后

1. 待微波炉冷却后，取出并倒空水槽，擦拭炉腔。几分钟后再清理积油盘。
2. 使用超高温对流加热或蒸煮模式后，每天须至少运行一次控干水分功能。
3. 取出积油盘前确保不再滴水，因移除水槽时少量的水将排入积油盘。

打开炉门

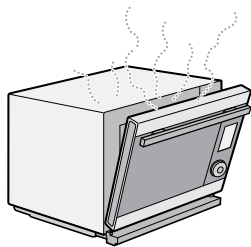


Figure 1

烹调结束后，可使炉门上部打开以暂时释放蒸汽、冷却或控干炉腔。
（见图1）

警告：打开炉门时，脸部切勿靠近炉门，以免蒸汽烫伤。

说明：烹调过程中切勿打开炉门，因炉腔内温度突然下降将影响生疏程度。

控干水分功能

使用超高温对流加热或蒸煮模式后，每天须至少运行一次控干水分功能。用时长达8分钟。

控干水分功能能有效避免水垢堆积及使用。它将导致内部蒸气系统的蒸发。

步骤

1 触按返回/信息按钮，将按钮旋转到控干水分，触按输入。



2 确保已移除水槽再按开始。

START

3 待微波炉冷却后，擦拭炉腔，几分钟之后再清理积油盘。

注：

运行此程序前须移除水槽。

除垢功能

白色或灰色颗粒，也称为水垢，将由微波炉内部的排水道蒸汽聚集而形成。

如显示器显示需除垢，请立即运行除垢功能，用时约1小时。

步骤

1 触按返回/信息按钮，将按钮旋转到控干水分，触按输入。



2 药店出售的纯柠檬酸或瓶装无果肉柠檬汁可用于除垢，选择其中一种除垢。

使用纯柠檬酸时，将1汤匙纯柠檬酸溶于无孔容器装的500毫升水中。搅拌均匀后倒入水槽中。

使用100%瓶装柠檬汁，确保无果肉。如有果肉或不确定是否有果肉，可用过滤器过滤。将70毫升柠檬汁倒入500毫升水中，搅拌均匀倒入水槽。

将水槽正确放入微波炉内，推动至牢固。

3 将烤盘放在上层。

如图1所示，将除垢支架放在烤盘右侧边缘。

将除垢支架的右侧边缘下压，如图2所示将突出部分插入墙壁及烤盘中间。

检查除垢支架的边缘是否位于所有蒸汽出口及螺丝钉之下，如图3所示。

4 切勿将食物放在微波炉内。触按开始键开始除垢。

START

5 微波炉停止运行及冷却后，取出水槽，进行冲洗并倒入室内温度的水（已过滤）。更换水槽。移除去垢支架。

START

如图4所示。

取出烤盘、清空冲洗后擦干。根据第3步更换烤盘及除垢支架。触按开始，清洗程序将运行。

6 冲洗结束、微波炉冷却后，取出水槽并清空。然后根据图4所示取出除垢支架。取出烤盘并清空，擦干炉腔。几分钟后再清理积油盘。

警告：

蒸汽出口周围将变热，附上或取出除垢支架时须特别注意。

说明：

第一步中，触按输入键后，烘烤灯关闭。

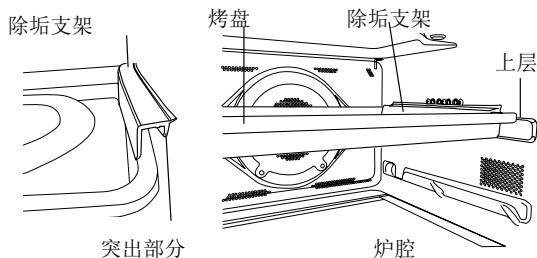


Figure 1

Figure 2

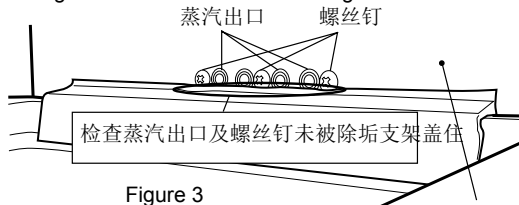


Figure 3

Figure 4

取出除垢支架

操作前

使用超高温蒸汽微波炉前，请阅读并完全了解该操作手册。

使用微波炉前，请遵照以下步骤：

- 1. 正确放置积油盘，见E-6页。
- 2. 参照以下不走开始程序。
- 3. 首次使用时参照右侧说明清洗微波炉。

开始程序

此款微波炉有节能模式，不使用微波炉时节约电量。

步骤

1

将微波炉插入电源插座。

2

打开炉门。显示屏将显示节能模式。

3

关上炉门。
此时可开始使用微波炉。

注意：
节能模式下，如未运行微波炉3分钟以上（如关闭炉门、触按停止/清除按键或烹调结束），除非打开及关上炉门才可操作微波炉。

说明：
设置儿童安全模式或示例模式时，节能模式将被暂时取消。

停止/清除

- 1. 如选择了错误的程序，可触按停止/清除。
- 2. 烹调过程中暂停微波炉。
- 3. 返回主菜单显示（已显示节能模式）
- 4. 烹调时取消程序触按两次。

返回

- 1触按开始键前设置程序时，如需返回上一页，触按返回/信息。
- 2. 触按开始键后，不可返回上一页。

首次使用前清洁微波炉

聚集的蒸汽使用于烹调的水变热。首次使用前须清洗以免炉腔内产生异味。无预热无食物用手动烹调在超高温对流烧烤模式运行20分钟。运行中将冒烟。产生气味。属于正常现象，并非微波炉发生故障。

准备过程

- 1. 房间通风。
- 2. 确保水槽内装满室内温度的水（已过滤）并已安装。
- 3. 确保已安装空 的积油盘。

步骤

1

触按超高温对流加热按钮，将按钮旋转到手
动烹调再触按输入
键。

SuperSteam
Convection

Enter

2

将按钮旋转到超高温蒸汽烧烤，再按输入键。

Enter

3

将按钮旋转到无预热，
再按开始键。

Enter

4

将按钮旋转选择烹调
时间（20分钟），再
按开始。

START

警告：

- 1. 炉门、外箱及炉腔将变热。
- 2. 打开炉门时，脸部切勿靠近。微波炉内的蒸汽将导致脸部。

自动烹调

自动烹调可在超高温对流加热、蒸煮及微波烹调模式下使用，参照每一功能的明细。the details.

超高温对流加热

超高温对流加热有4个选项：所有菜单、烧烤、烘烤及烘焙。

参阅C36-42页超高温对流加热图表明细。

均衡的食物

*如需用标准时间烹调均衡食物糙米辣椒酿。

烧烤•烘烤•烘焙

*如需用标准时间烹调4片已烘焙的土豆。

步骤

1

触按超高温对流加热，将按钮旋转到自动烹调再按输入。

SuperSteam Convection

Enter

2

将按钮旋转到所有菜单，按输入键。

Enter

3

将按钮旋转到烤土豆鲑鱼排，再按输入键。

Enter

4

确保已选择标准时间后，再按输入。

Enter

5

按照显示屏显示信息及烹调图表将食物放在内，关上炉门，触按开始键。

START

6

烹调结束后，显示器将显示延时。如需延长烹调时间，将按钮旋转到加时再按开始键。如不需要，待微波炉冷却后，取出食物，清空水槽，擦拭炉腔。几分钟季候再清理积油盘。

START

Stop Clear

步骤

1

触按超高温对流加热，将按钮旋转到自动烹调再按输入键。

SuperSteam Convection

Enter

2

将按钮旋转到烘焙再按输入。

Enter

3

将按钮旋转到已烘焙土豆再按输入。

Enter

4

旋转按钮输入数量（4片）再按开始。

Enter

5

确认已选择标准时间后再按输入键。

Enter

6

触按开始运行预热，微波炉内无食物。

START

7

按照显示屏显示信息及烹调图表将食物放在内，关上炉门。

8

触按开始键。

START

9

烹调结束后，显示器将显示延时。如需延长烹调时间，将按钮旋转到加时再按开始键。如不需要，待微波炉冷却后，取出食物，清空水槽，擦拭炉腔。几分钟季候再清理积油盘。

START

Stop Clear

自动烹调功能

说明

1. 仅输入食物的重量或数量（均衡食物、烘焙蛋糕、面包除外）。切勿输入食物容器的重量。
2. 当食物重量或份量少于或多于指南所建议的范围时，请用手动烹调。
3. 预热结束后若炉门未打开，微波炉将已预热温度保温30分钟。之后显示屏将显示“节能模式”。
4. 遵循显示屏上的说明。
5. 预设的烹调时间为平均时间。如需延长自动烹调的烹调时间，见E-21页烹调结束时延长烹调时间。
6. 所有选可通过增加或减少时间来设置。见E-21
7. 保持炉门关闭。如烹调过程中打开炉门，蒸汽将释放，超高温对流加热及蒸煮的烹调时间将延长。

8. 水槽中的数量足够一次烹调使用。烹调时无需再加入更多的水。

9. 烹调时或烹调结束后，水将油可能凝结在炉门、炉壁及炉底上。用柔软干布擦拭。

10. 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇转动的响声。根据微波炉及零件温度，风扇或将转动13分钟。

警告：

1、炉门、外箱及炉腔将变热，添加或取出食物时，请使用厚微波炉手套。

2. 打开微波炉时，脸部切勿靠近，以免蒸汽烫伤。

自动烹调功能

自动烹调

蒸煮键有6个选项：新鲜蔬菜1、新鲜蔬菜2、冷冻蔬菜、新鲜鱼/虾、冷冻方便食品及米饭。
详情请参考C-43页的蒸煮图表。

*如需在标准时间内烹调0.3千克的蔬菜1

步骤

1 触按蒸煮键，
将按钮调到自
动再按ENTER。



2 将按钮调到
新鲜蔬菜，再
按ENTER。



3 将按钮输入数
量0.3千克，再
按ENTER。



4 确保已选择标
准烹调时间，再
按ENTER。



5 将食物放入烤
箱中，关上炉门，按开始键。

START

6 烹调后，如须延长烹调时
间，将按钮调到增加时间，
再按开始。如无须延长烹调
时间，按停止/取消键。待烤
箱冷却后，取出食物并清理
水槽、擦拭烤箱。待几分钟
后再清理积油盘。



说明：

1. 输入食物重量或数量时，请勿包含容器的重量。
2. 如食物的重量多于或少于图表所列重量，请用手动烹调。
3. 预设烹调时间为平均烹调时间。自动烹调时，如需延长烹调时间，请参照E-21页烹调结束后延长烹调时间。
4. 所有蒸煮选项均可增加或减少烹调时间。见E-21。
5. 保持炉门关闭，如烹调过程中打开炉门，将释放出蒸汽导致烹调需要更长时间。
6. 水槽中的数量足够一次烹调使用。烹调时无需再加入更多的水。
7. 烹调时或烹调结束后，水将油可能凝结在炉门、炉壁及炉底上。用柔软干布擦拭。
8. 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇转动的响声。根据微波炉及零件温度，风扇或将转动13分钟。

警告：

1. 炉门、外箱及炉腔将变热，添加或取出食物时，请使用厚微波炉手套。
2. 打开微波炉时，脸部切勿靠近，以免蒸汽烫伤。

自动烹调功能

自动烹调

自动解冻

自动解冻将功能自行解冻C-44页图表所列食物。

*如需用标准时间解冻0.5千克肉排。



说明：

1. 仅输入食物的重量，切勿包含容器的重量。
2. 预设解冻时间可增加或减少，见C-21。
3. 也可使用自动解冻菜单时间加30%微波火力大小解冻其他食物、重量大于或小于列表的食物。
4. 预设解冻时间为平均烹调时间。自动解冻时，如需延长烹调时间，请参照C-21页烹调结束后延长烹调时间。
5. 切勿使用烤盘、蒸盘或金属烤架。

智能加热

智能加热自行加热42页智能加热图表所列食物。

智能加热特别说明：

1. 翻热前，用干布或厨房纸巾将擦干烹调容器外缘 的水分及微波炉内部。
2. 插入微波炉电源后，待2分钟后再使用。
3. 显示屏将显示传感器出错：
(a) 传感器未检测到蒸汽。
(b) 炉门打开或显示烹调时间前触按了停止/取消按键。
可触按停止/取消键取消程序，使用手动翻热。

*如需用标准时间加热4杯汤。



说明：

1. 无需输入食物的重量
2. 预设智能加热时间可增加或减少，见C-21。
3. 也可使用智能加热菜单加热其他食物、重量大于或小于列表的食物。
4. 使用智能加热加热少量食物时，加热过程中将不显示剩余加热时间。
5. 切勿使用烤盘、蒸盘或金属烤架。

手动烹调

手动烹调时超高温蒸汽对流加热、对流加热、蒸煮及微波炉的一个选项。请参照以下表格，下列表格已列出设置信息。

手动烹调表格

		翻热*	温度范围	烹调时调整温度	时长范围	双层烹调
超高温蒸汽 对流加热	烘焙/烘烤	是否	100 - 250°C	是	0-2小时30分钟	是
	烤肉	是否	-	-	0-2小时30分钟	否
	蛋糕	是否	100 - 250°C	是	0-2小时30分钟	是
	面包	是否	100 - 250°C	是	0-2小时30分钟	是
对流加热	微波炉	是否	100 - 250°C	是	0-2小时30分钟	是
	烤肉	是否	-	-	0-2小时30分钟	否
蒸煮	高温	否	-	-	0-35分钟	否
	低温	否	-	-	0-45分钟	否
	翻热	否	-	-	0-35分钟	否
	发酵	否	40°C	-	0-2小时30分钟	否
微波炉	手动	-	10 - 100% 功率	-	0-1小时30分钟	否

*翻热温度保持30分钟。

烹调时间选择

根据烹调模式，烤箱运作时间可达2小时30分钟。请参照手动烹调表格。根据烹调时间总长及烹调模式，时间增额由5秒到5分钟。

温度数据

烤箱的烹调温度为100°C-250°C, 初始温度为180°C时每次可调整10°C。

项目	ITEM INPUT STEP
温度	每次调整10°C（初始温度为180°C）
烹调时间（微波炉除外）	0-15分钟 : 30秒每步 15分钟-1小时 : 1分钟每步 1小时-最大 值 : 5分钟每步
烹调时间 微波炉	0 - 2 分钟. : 5 秒每步 2 - 5 分钟. : 10 秒每步 5 - 10 分钟. : 30 秒每步 10 - 30 分钟. : 1 分钟每步 30 - 90 分钟. : 5 分钟每步

手动烹调

超高温蛋糕 超高温面包

手动超高温对流加热有4个选项：超高温烘焙/烘烤、超高温烤肉、超高温蛋糕及超高温面包。每个功能有2种选项：预热或无预热。使用超高温对流加热烹调需保持水分且外皮酥脆的食物。参照食谱中的菜单并遵循夏普公司的指示。

超高温烘焙/烘烤

此类模式可运行长达2小时30分钟（2H30）。微波炉温度可设置为100℃到250℃，每次增加10℃。
*如需使用超高温烘焙/烘烤160℃（预热）烹调1小时10分钟。

8 触按开始键。

START

9 烹调结束后，显示屏将显示延长烹调时间。如需延长烹调时间，将按钮旋转增加时间再按开始键。如无需延长时间，待微波炉冷却后，取出并清空水槽，擦拭炉腔。几分钟之后清空积油盘。



START

Stop
Clear

步骤

1 触按超高温对流加热按钮，旋转按钮选择手动再按输入。

SuperSteam
Convection



Enter

2 旋转按钮选择超高温蛋糕/烘烤再按输入。



Enter

3 旋转按钮选择预热再按输入。



Enter

4 旋转按钮旋转所需温度160℃再按输入。



Enter

5 旋转按钮旋转所需烹调时间1小时10分钟。



6 触按开始键开始预热，微波炉内无食物。

START

7 预热结束糊，将食物放入微波炉，关上炉门。

C-15

手动烹调

超高温蒸汽烧烤

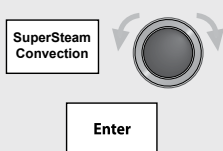
此模式可用于超高温蒸汽肉类/家禽肉/甜点烧烤。通过自动控制超高温蒸汽，食物将保持水分而外皮金黄酥脆。

此模式可运行长达2小时30分钟（2H30）

* 如需使用超高温烧烤（预热）模式烹调15分钟。

步骤

1 触按超高温对流加热，旋转按钮选择手动烹调再按输入。



2 旋转按钮旋转超高温烧烤再按输入。



3 旋转按钮旋转预热，按输入。



4 旋转按钮输入所需烹调时间15分钟。



5 触按开始键运行预热，微波炉内无食物。



6 预热结束后，将食物放入微波炉中，关上炉门。

7 触按开始键。



8 烹调结束后，显示屏将显示延长时间，如需延长烹调时间，旋转按钮增加时间再按开始。如无需延时，按停止/取消。待微波炉冷却后，取出并清空水槽，擦拭炉腔。几分钟后再清空积油盘。



说明：

1. 预热后若炉门关闭，微波炉将在预热温度保持30分钟。之后显示屏将显示“节能模式”。
2. 只运行预热，输入所需预热温度后穿开始。超高温烧烤模式下，选择预热后再按开始。预热程序将开始运行。当微波炉达到所设温度时，参照显示屏上的信息。
3. 如需延长烹调时间，见E-21烹调结束后延长烹调时间。
4. 保持炉门紧闭，如烹调过程中打开炉门，蒸汽将释放而需更多的烹调时间。
5. 水槽中的数量足够一次烹调使用。烹调时无需再加入更多的水。
6. 烹调时或烹调结束后，水分将凝结在炉门、炉壁及炉底上。用柔软的干布擦干。
7. 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇的响声。基于微波炉及配件的温度，风扇或将运行长达13分钟。

警告：

1. 炉门、外箱及炉腔将变热，增加或取出食物时请使用厚微波炉手套，以免烫伤。
2. 打开炉门时，脸部切勿靠近，以免蒸汽烫伤。

手动烹调

对流加热

手动对流加热有2个功能：微波烹调及烧烤。每个功能有2个选项：预热或无预热。

使用对流加热模式如对流加热微波炉一样。

无需更改传统烹调时间。此模式未用到蒸汽，克运行长达2小时30分钟（2H30）。微波炉温度可设为100-250℃（10℃每步）。

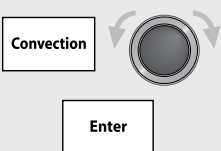
烧烤模式的温度为预设温度，因此不可更改微波炉温度。

微波烹调

*如需使用微波烹调模式（预热）250℃烹调10分钟。

步骤

1 触按对流加热按钮，
旋转按钮选择微波烹调。



2 旋转按钮选择预热，
按输入。



3 旋转按钮选择所需温度250℃，再按输入。



4 旋转按钮输入所需烹调时间10分钟。



5 触按开始键运行预热，
微波炉内喂食物。



6 预热结束后，将食物放入微波炉内，关上炉门。

7 触按开始键。



8 烹调结束后，显示屏将
显示延长时间。如需延长
烹调时间，将按钮旋转
到增加时间再按开始键。
如无需延长时间，按停
止/取消。



烧烤

*如需用烧烤模式（预热）烹调10分钟。

步骤

1 触按对流加热，
旋转按钮 选择烧烤，
再按输入键。



2 选择按钮选择预热，
按输入键。



3 旋转按钮输入所需烹调时
间20分钟。



4 触按开始键运行预热。微
波炉内无食物。



5 预热结束后，将食物放入微波炉内，关上炉门。

6 触按开始键。



7 烹调结束后，显示屏将
显示延长时间。如需延长
烹调时间，将按钮旋转到
增加时间再按开始键。如
无需延长时间，按停止/取消。



警告：

1. 炉门、外箱及炉腔将变热，增加或取出食物时请使用厚微波炉手套，以免烫伤。
2. 打开炉门时，脸部切勿靠近，以免蒸汽烫伤。

说明：

1. 预热后若炉门关闭，微波炉将在预热温度保持30分钟。之后显示屏将显示“节能模式”。
2. 只运行预热，输入所需预热温度后穿开始。超高温烧烤模式下，选择预热后再按开始。预热程序将开始运行。当微波炉达到所设温度时，参照显示屏上的信息。
3. 如需延长烹调时间，见E-21烹调结束后延长烹调时间。
4. 保持炉门紧闭，如烹调过程中打开炉门，蒸汽将释放而需更多的烹调时间。
5. 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇的响声。根据微波炉及配件的温度，风扇或将运行长达13分钟。

手动烹调

蒸煮

蒸煮菜单有4个功能：高温蒸煮、低温蒸煮、蒸汽加热及解冻。

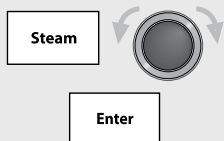
高温蒸汽 低温蒸汽

使用高温蒸汽蒸煮鸡肉或蔬菜等。低温蒸汽可用于烹调鱼类、蛋糊。低温蒸汽模式下，烹调时间比高温蒸汽要长。蒸汽烹调不会破坏食物的形状、颜色及香味。高温蒸汽可运行35分钟（35.00）。低温蒸汽则可运行长达45分钟（45.00）。

*如需用高温蒸汽烹调20分钟。

步骤

1 触按蒸汽，旋转按钮选择手动烹调再按输入。



2 旋转按钮旋转高温蒸汽再按输入。



3 旋转按钮旋转所需烹调时间20分钟。



4 将食物放入微波炉内，按开始键。



5 烹调结束后，显示屏将显示延长时间。如需延长烹调时间，将按钮旋转到增加时间再按开始键。如无需延长时间，按停止/取消。待微波炉冷却后，取出并清空水槽，擦拭炉腔。几分钟之后，再清空积油盘。



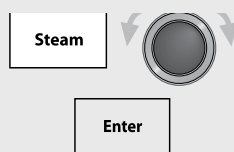
蒸汽翻热

使用蒸汽翻热，食物不会干化。用蒸汽翻热金属容器装的食物用时比微波炉要长。蒸汽翻热可运行长达35分钟（35.00）。

*如需使用蒸汽翻热烹调20分钟。

步骤

1 触按蒸汽，旋转按钮选择手动烹调，再按输入。



2 旋转按钮选择蒸汽翻热再按开始。



3 旋转按钮输入所需烹调时间。



4 触按开始键。



5 烹调结束后，显示屏将显示延长时间。如需延长烹调时间，将按钮旋转到增加时间再按开始键。如无需延长时间，按停止/取消。待微波炉冷却后，取出并清空水槽，擦拭炉腔。几分钟之后，再清空积油盘。



手动烹调

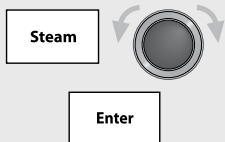
发酵

烹调普通或甜面包时，使用发酵功能帮助面团发酵。发酵功能可运行长达2小时30分钟。

*如需发酵20分钟。

步骤

1 触按蒸汽，旋转按钮选择手动烹调再按输入键。



2 旋转按钮选择发酵再按输入。



3 旋转按钮输入所需时间20分钟。



4 触按开始键。



5 烹调结束后，显示屏将显示延长时间。如需延长烹调时间，将按钮旋转到增加时间再按开始键。如无需延长时间，按停止/取消。待微波炉冷却后，取出并清空水槽，擦拭炉腔。几分钟之后，再清空积油盘。



说明：

1. 如需延长烹调时间，见C-21烹调结束后延长烹调时间。
2. 保持炉门紧闭，如烹调过程中打开炉门，蒸汽将释放而需更多的烹调时间。
5. 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇的响声。根据微波炉及配件的温度，风扇或将运行长达13分钟。

警告：

1. 炉门、外箱及炉腔将变热，增加或取出食物时请使用厚微波炉手套，以免烫伤。
2. 打开炉门时，脸部切勿靠近，以免蒸汽烫伤。

手动烹调

微波

用微波烹调菜单烹调、翻热及解冻快速方便。
有6个不同微波火力等级。

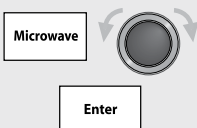
微波火力大小	例
100%	生肉、蔬菜、米饭及意大利面
70%	鸡蛋或海鲜
50%	
30%	解冻、软化黄油
10%	食物保温
0%	

此款可变化的烹调模式可选择微波烹调火力大小。
如未选择微波火力大小，将自动默认为100%。
*如需用微波火力大小100%烹调5分钟。

* Suppose you want to cook for 5 minutes on 100%.

步骤

1 触按微波烹调，旋转按钮选择手动烹调再按输入键。



2 旋转按钮输入所需烹调时间5分钟再按开始。



步骤

1 触按微波烹调，
旋转按钮选
择手动烹调，
触按输入键。



2 旋转按钮输入解冻时间5分钟，再按输入键。



3 旋转按钮选择微波火力30%。



4 触按开始键。



说明：

- 烹调结束后，显示屏将显示“冷却中”。微波炉将自动冷却，您将听到风扇的响声。根据微波炉及配件的温度，风扇或将运行长达13分钟。
- 切勿使用烤盘、蒸盘及金属架。

提示：

烹调蛋糕或肉卷，将容器放在一个倒放的耐热浅盘子上。

其他便捷功能

自动烹调时间调整 (增加或减少时间)

可随意更改生熟程度
如需在自动烹调模式下增加烹调时间，触按开始键前选择时间菜单中的增加。
显示屏将显示增加。
如需在自动烹调模式下减少烹调时间，触按开始键前选择时间菜单中的减少。
显示屏将显示减少。

烹调结束后延长烹调时间

室内温度、食物初始温度及其他因素将导致生熟程度不同。可在烹调结束后增加烹调时间增加食物的生熟程度。烹调结束后，显示器将显示“延长”。仅在显示屏显示“延长时间”5分钟之内可增加烹调时间。根据烹调模式，增加的时间可为10-30分钟。旋转按钮旋转所需时间再按开始键。除超高温蒸汽对流加热外，同一模式将继续运行。对流模式将代替超高温蒸汽对流加热。请仔细查看烹调过程。

说明：
1. 如触按开始键后，显示屏显示“水槽加水”往水槽加入2刻度（最大值）的水。放好推到至牢固。
2. 触按停止/取消键时，延长模式将取消。
3. 可根据烹调模式增加时间，如下。增加烹调时间可重复使用直到食物生熟程度如您所需。

		增加的时长
超高温对流加热	自动	0-30分钟
	手动	0-30分钟
对流加热	手动	0-30分钟
蒸煮	自动	0-10分钟
	手动	0-10分钟
微波烹调	自动解冻	0-10分钟
	智能翻热	无
	手动	无

温度调整

手动模式下使用超高温对流加热烘焙/烘烤、超高温对流加热蛋糕、超高温对流加热面包及对流加热烤箱烹调过程中，如需更改温度，只需旋转按钮以10℃增加或减少温度，再按输入。

如在5秒内未触按输入键，温度将恢复到初始温度。

烹调结束提醒

烹调结束时，微波炉将发出信号并重复2次及4次，除非炉门打开或触按了停止/取消键。

其他便捷功能

多模式烹调

超高温对流加热及对流加热

超高温对流加热及对流加热的2种烹调方式可运行多模式烹调。

- 1 预热+对流加热（微波）+对流加热（微波）
- 2 预热+超高温对流加热）超高温烘焙/烘烤）+对流加热（微波）

预热程序可忽略。

*如需使用预热混合模式2烹调。

第1步为超高温对流烘焙/烘烤，160℃，用时1小时10分钟。

第2步为对流加热微波烹调，230℃，用时10分钟。

步骤

- 1 第1步，参照超高温蒸汽烘焙/烘烤第1-5步，见C-15页。

- 2 触按对流加热键运行第2部。

Convection

- 3 旋转按钮输入所需温度230℃再按输入。



Enter

- 4 旋转按钮输入所需烹调时间10分钟。



- 5 触按开始键。

START

微波烹调

此款烤炉具有4种烹调顺序，可从1个火力大小等级自动切换到另一等级。烹调指示指出开始运行一个等级再切换到不同火力大小。

*如需用30%微波火力大小烹调5分钟，再切换到50%火力大小烹调30分钟。

步骤

- 1 第1步，参照手动微波烹调第1-3步，见C-20页。

- 2 触按微波开始第2步。

Microwave

- 3 旋转按钮输入烹调时间30分钟再按输入开始程序。



Enter

- 4 旋转按钮旋转微波火力大小50%。



- 5 触按开始键。

START

其他便捷功能

信息

返回/信息键提供7个功能及特殊功能的每一步说明。

保养	设置
控干水分 除垢 蒸汽清洁	对比度 儿童锁 演示模式 水的硬度

此类功能可通过触按主菜单（已显示节能模式）的返回/信息按键选择。再旋转按钮触按输入按键。

控干水分

蒸汽的残留凝结的水分可用控干水分功能使其蒸发。
见C-8页。

除垢

见C-8页。

蒸汽清洁

见C-24页。

对比度

对比度按钮可调整显示亮度。

步骤

1 触按返回/信息按键，旋转按钮旋转对比度再按输入。

2 旋转按钮调整对比度再按输入保存所选亮度。
即使切段烤炉电源，所选亮度仍将保存。

儿童安全锁

儿童安全锁可防止幼龄儿童操作烤炉。可通过停止及锁定控制板设置烤炉。

步骤

1 触按返回/信息按钮，旋转按钮选择儿童安全锁再按输入。

2 触按输入键。

说明：

- 取消儿童锁，触按输入3秒钟。
- 如设置了儿童安全锁，节能模式将被取消。
- 取出烤炉电源后，设置也随之取消。

演示模式

烹调程序及特殊功能可在烤炉无电源的情况下演示。

步骤

1 触按返回/信息按键，旋转按钮旋转演示模式，再按输入。

2 旋转按钮选择开启演示模式，再按输入键。

说明：

- 如需取消演示模式，再第2步选择关闭演示模式或从插座上取下插头再重新插入。显示屏将显示“节能模式”。
- 如设置了演示模式，节能模式将取消。

水的硬度

烤炉水的硬度出厂设置为3（非常硬）。可设置烤炉水的硬度等级。

可用附带的测试条检测水的硬度。

如何使用测试纸：

- 将测试纸放入水中1秒钟后取出。
- 甩掉多余的水分。
- 待15秒后，对比改变后的试纸颜色及下列表格中的颜色图表。

如使用其他试纸，参照包装说明。

硬度	硬度范围	设置
1	<120 ppm <120 mg/l <6.7 ° dH	柔软
2	120 - 250 ppm 120 - 250 mg/l 6.7 - 14.0 ° dH	硬
3	>250 ppm >250 mg/l >14.0 ° dH	非常硬

步骤

1 触按返回/信息按钮，旋转按钮选择水的硬度，再按。

2 旋转按钮选择所需水的硬度，再按输入键。
即使取下烤炉电源，水的硬度设置仍将保存。

清洁及保养

每隔一段时间，清洁微波炉，移除所有食物-保持微波炉清洁，否则将导致微波炉表面退化，直接影响微波炉的使用寿命甚至引发危害。

重要须知：

- * 清洁前，切断电源，打开炉门，禁止启动微波炉控制板。
- * 清洁前，确保炉腔、炉门、外箱及配件已完全冷却。
- * 请勿使用含氢氧化钠或钢丝刷的市面上出售的微波炉清洁剂、蒸汽清洁剂、磨蚀剂、刺激性的清洁剂清洁微波炉及其部件。
- * 请勿使用喷雾式清洁剂。

微波炉外部

微波炉外部可用温和的肥皂和水清洗。肥皂须用湿布包住，再用软毛巾擦干外箱。

炉门

为去除灰尘，经常用柔软的湿布清洁炉门的2面、门封及相邻部件。切勿使用刺激性的清洁剂或尖锐的金属刮刀来清洁炉门玻璃，因其将划伤表面而导致玻璃破碎。

控制板

清洁前，打开炉门，禁止启动微波炉控制板。清洁此部件时须谨慎。用水浸湿抹布，轻轻将控制板擦拭干净。请勿使用大量的水、化学物或磨蚀剂。

烤炉清洁-内部

蒸汽清洁

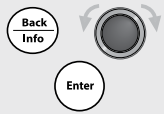
蒸汽清洁功能可以减少油渍及食物残留。蒸汽将使烤炉清洁更简便。然后，蒸汽清洁并非自动清洁。清洁过程大约20分钟。

准备过程

1. 确保水槽中已装满室内温度的水。（见C-6）
2. 确保烤炉内已安装空的积油盘。（见C-6）

步骤

1 触按返回/信息按键，旋转按钮选择蒸汽清洁，再按输入。



2 触按开始键。



待烤炉冷却后再清洁，以免烫伤。打开炉门，用柔软湿布小心将残留物取出。最后取出并清空水槽。待几分钟之后，清空积油盘。

用干布及温水清洁烤炉内部表面。

1. 清洁微波炉内部，每次使用后，用湿布或海绵擦拭溅出或溢出的液体。污渍多的地方可使用温和的肥皂盒湿布擦拭几次直到残留全都去除。
2. 确保肥皂或水未渗入微波炉炉壁的小孔中，否则将损害微波炉。
3. 请勿使用喷雾式清洁剂清洁微波炉内部。
4. 任何食物残留或油脂都可能发出难闻的气味。可使用超高温蒸汽对流烧烤手动无预热无食物烹调20分钟，去除炉腔内部 的油渍、残留及气味。见C-9首次使用前清洁烤炉。

清洁与护理

门封

保持门封清洁，以免损坏烤炉。如果水分凝结在门封上，用柔软的干布擦干后再用另一块布擦亮。切勿使用含化学成分或摩擦性清洁剂。避免摩擦、损坏、推动或移动封边。烹调前，检查门封是否平整。如不平整，蒸汽将从炉门泄露出来。如门封损坏，切勿使用微波炉。请联系夏普公司授权的服务中心。

烤盘/烤架

烹调后，用温和香皂及洗涤液清洗烤盘及烤架，冲洗后擦干。为防止损坏易清洁的表面，切勿使用刺激性清洁剂、尖锐的金属刮刀或硬刷子。所有的配件可用洗碗机清洗。

水槽及水槽盖

烹调结束后，用温和香皂或洗涤液清洗水槽及水槽盖，再用柔软的湿布或海绵擦干。切勿使用洗碗机清洗，水槽背部的过滤器需用柔软的刷子去除堆积物。切勿取出或更换过滤器。清洗时需注意没有过滤网的部分。为防止损坏易清洁的表面，切勿使用刺激性清洁剂、尖锐的金属刮刀或硬刷子清洁过滤器。切勿使用破漏的过滤器。如需更换过滤器，请联系夏普公司授权的服务中心。

积油盘及积油盘盖子

烹调结束后，清空积油盘，用温和的香皂或洗涤液冲洗，再用柔软干布或海绵擦干。再从烤炉前方取出。切勿使用洗碗机清洗。

烤炉蒸煮配件除垢

蒸汽烹调模式下，污垢将堆积。如需清除污垢，显示器显示“需除垢”时运行除垢功能。见C-8完整说明。

故障检测图表

如烤炉无法正常运行时显示器显示EE，查看以下图表后再联系夏普授权的服务中心，避免拨打不必要的维修服务热线。

警告：
切勿擅自调整、维修或修改烤炉，请联系经夏普培训合格的技术人员进行维修，避免人身伤害。此步骤涉及拆除避免电击的元件。至关重要。

- 维修机更改：烤炉发生故障时，切勿运行。
- 外箱及烘烤灯：为避免电击及烫伤，切勿移除烤炉外箱。

故障检测图表

错误信息/信息

显示屏信息		解决方法
错误信息	EE	技术故障，请联系夏普授权的服务中心。
INFORMATION MESSAGE	等候 微波炉温度过高	烤炉我呢度过热无法使用微波模式解冻或蒸汽手动发酵。取出烤炉内的食物，放置冷却直至显示信息消失。
	水结冰 请参照手动烹调说明	烤炉将无方法正常运行。 用对流加热烧烤无食物预热5分钟。 见C-17
	冷却中	烹调结束后，烤炉及配件将变热。显示屏将显示“冷却中”，直到炉腔完全冷却。 冷却风扇将运行13分钟。 显示屏将显示冷却中。如需使用热温烤炉，只需触按停止/取消键。
	取出积油盘	正确取出并更换积油盘。 见C-6页。 如积油盘未正确安装，显示器将显示“更换积油盘。”
	清空积更换积油盘	如积油盘内有水，显示器将显示清空并更换积油盘。使用超高温蒸汽对流加热或蒸汽烹调前必须清空并更换积油盘。见C-6页。
	需除垢	参照C-8页除垢步骤说明。
	水槽加水	取出水槽，加水至第2刻度（最大值）。取出再推动至牢固。 说明：切勿使用蒸馏水、R.O水及矿泉水等其他液体。
	移除水槽	如水槽内有水，控干水分功能将无法运行。运行控干水分程序前取出水槽。
	热	烤炉外箱及炉腔将变热。 应避免烫伤。

故障检测图表

以下属正常情况，烤炉并没有发生故障。

问题/情况		解决方法
控制板/电源	显示屏黑屏或无信息显示	打开炉门再关闭 检查电源是否连接到适用的插座。 检查插座及保险丝是否正常。 取出插头，过几分钟后再插入。
	显示屏正常但开始键无效	* 打开炉门再关闭。查看烘烤灯是否熄灭。再按开始键。 * 如显示屏显示“稍等，微波炉温度过高“，待此显示信息消失后再运行烤炉。
	烹调过程中电源切段	所设烹调时间及模式将被取消。 继续用手动模式烹调。
	发酵模式下烘烤灯不亮	普通模式将避免面团外皮干化。
	除垢后烘烤灯不亮	属于正常情况，见C-8页。
	打开炉门后烘烤灯不亮	如炉门打开5分钟以上，烘烤灯将熄灭。

故障检测图表

以下属正常情况，烤炉并没有发生故障。

问题/情况		解决方法
蒸汽	打开炉门时，炉腔内有水分	蒸汽在炉腔内凝结。带冷却后，用柔软的干部或海绵擦干。
	烤炉顶部的通风口释放出蒸汽	烤炉顶部的通风口释放出蒸汽属于正常情况。
	炉腔内有凝结的水分	属于正常情况。 蒸汽在炉腔内凝结。带冷却后，用柔软的干部或海绵擦干。
	烹调时，蒸汽从炉门释放出来	查看门封是否平整。
噪音/响声	微波烹调时发出噪音	使用微波烹调时，磁控管将根据微波火力大小转动或停止。
	烹调结束后发出噪音	冷却风扇将持续运行直到烤炉冷却。 根据烤炉及配件的温度，风扇可运行长达13分钟。
	高温烹调时发出噪音	高温或将引起烤炉部件扩张，此属于正常情况。
烟/气味	首次使用烤炉时，将产生烟及气味。	见C-9页首次使用烤炉前清洁步骤说明。
	烹调结束后，炉腔内有气味。	见C-9页首次使用烤炉前清洁步骤说明去除气味。
其他	显示屏的时间显示快速减少	见C-23页示范模式及取消。

SERVICE CALL CHECK

1. 电源

检查电源插头正确连接到适用的插座。

检查保险丝或断路器正常工作。
2. 炉门打开时，烘烤灯亮吗？

是 _____ 否 _____
3. 放一杯水（约150毫升）在烤箱和安全地关上了门。

将烹调模式设置为微波烹调方式。

微波炉100P运行1分钟，再启动微波炉。

烘烤灯是否亮着？

转盘是否旋转？

注意：转盘顺时针或逆时针旋转。

通风系统是否正常运行？

（将手放在通风口检查是否有气流。）

1分钟后微波炉是否发出响声？

烹调过程指示是否关闭？

上述操作后水是否变热？

是 _____ 否 _____

是 _____ 否 _____

是 _____ 否 _____

是 _____ 否 _____

是 _____ 否 _____

是 _____ 否 _____
4. 取出杯子关上炉门。

微波炉用烧烤烹调模式 运行3分钟。

3分钟后，烧烤加热元件是否变红？

是 _____ 否 _____
5. 微波炉用对流加热模式 250℃运行3分钟。

3分钟后，微波炉内部是否变热？

是 _____ 否 _____

如上述问题的任何一项为“否”，请联系夏普指定的维修技术人员，说明维修前检查的结果。见后壳上的详细地址。

须知：如电源正常连接，但显示屏无任何显示，节能模式须继续运行。欲停止运行，请打开炉门再将其关上。见E-9页。

说明：

1. 如烹调时间快速倒计时，检查示范模式。（详情请见E-23）

2. 如微波烹调设置为100%微波火力大小烹调4分钟以上，输出大小将减少以免温度过高。6分钟后输出火力大小将为70%。

SPECIFICATIONS

AC Line Voltage	: Refer to the rating label.
AC Power Required	:
Microwave	1.16 kW
Convection	1.55 kW
Output Power	:
Microwave	800 W* (IEC test procedure)
Convection	1.45 kW
Microwave Frequency	: 2450 MHz** (Class B/Group 2)
Outside Dimensions	: 553 mm(W) x 438 mm(H) x 483 mm(D)***
Cavity Dimensions	: 359 mm(W) x 256 mm(H) x 339 mm(D)
Oven Capacity	: 31 litre****
Weight	: Approx. 24 kg

* This measurement is based on the International Electrotechnical Commission’s standardised method for measuring output power.

** This is the classification of ISM (Industrial, Scientific and Medical) equipment described in the International Standard CISPR11.

*** The depth does not include the door opening handle.

****Internal capacity is calculated by measuring maximum width, depth and height. Actual capacity for holding food is less.

烹调说明

关于烤炉

此操作手册包含重要信息，使用前请仔细阅读并保存作为参考。此烤炉仅限烹调使用，不可用于烘干衣服或报纸。

与微波烤炉不同，超高温蒸汽烤炉在超高温蒸汽对流加热、对流加热机蒸煮模式下将变热。

烹调选项

此款烤炉可分为自动及手动烹调等多个模式。超高温蒸汽对流加热、蒸煮及微波烹调均可使用手动及自动烹调。对流加热仅限手动烹调。

超高温蒸汽对流加热

超高温蒸汽对流加热与可烘烤、烘焙、去除多余脂肪的对流加热功能相结合。可保持食物水分。肉类及家禽肉将焦黄、多汁且保持香味。

蒸煮

蒸煮烹调保持食物的水分、自然香味剂营养。可用蒸汽翻热加热金属容器盛装的食物。

对流加热

对流加热模式可烘烤、烘焙、烤炙、烘脆多种类食物。曲奇、蛋糕、面包、松饼、饼干机蛋卷可用1级或2级微波火力烹调。对流加热无自动烹调。

微波烹调

微波烹调可快速烹调及解冻食物。

烹调说明

烹调用具及盖子

此图表说明如何选择烹调用具及盖子。

Utensils - Cooking Mode Coverings	超高温蒸汽对流加热/ 加热	蒸汽	微波
锡纸、铝箔容器	是	是	是
			小张平整的锡纸盖住食物可避免过快烹调或解冻。锡纸需与炉壁保持至少2厘米距离。
金属容器	是	是	否
陶瓷、瓷器	是	是	是
	微波炉专用瓷器、陶器、上光陶器及骨灰瓷均适用。切勿使用有瑕疵的容器。		查看生产商微波炉安全建议。切勿使用有瑕疵的容器。
耐热玻璃容器 如：耐热玻璃®	是	是	是
	使用玻璃器皿烹调时须注意，因其在突然受热时有可能破碎或裂开。		
塑料/聚苯乙烯 耐 热 温 度 超 过 140℃	否	是	是
		某些容器在高温下会变形、熔化或变色，应注意。	翻热及解冻时，使用微波炉专用塑料器皿。某些微波炉专用塑料器皿不舍和用于含糖食物烹调及高温烹调。参照生产商说明。
保鲜膜 耐 热 温 度 超 过 140℃	否	是	是
纸巾 纸盘	否	否	是
			纸巾：用于覆盖需翻热或烹调的食物。因其可能含有金属切勿使用循环纸巾。 纸盘：用于翻热
合成材料制成的 容器	否	否	否
	高温下可能熔化。		
烘焙纸	是	是	否
	切勿触碰炉壁，以免烫伤。保持耐热温度。		
Roasting Bags	是	否	是
	烤袋仅适用于对流加热烤炉。		参照生产商说明。
银制餐盘及烹调用具或容器有可能生锈	否	否	否
烤架、烤盘	是	是	否

须查看烹调用具是否适合烹调模式。用塑料容器加热食物时需特别注意，避免高温熔化。切勿使温度高于容器熔点。监看烤炉以免容器熔化或着火。

烹調指南

附件 有許多微波專用附件或耐熱附件可供選購。在購買之前應認真評估，以確定其能夠滿足您的需求。在使用單一微波功能進行烹調時，可安全用於微波環境的溫度計能幫助確定恰當的煮熟程度，確保食物已經被烹調至安全的溫度。當使用配件時，對於可能由此造成的爐損害，夏普公司不承擔任何責任。

對於自動烹調操作，應使用本使用說明書或附帶的食譜中相關烹調指南表列舉的推薦容器。

超級蒸氣熱風模式和蒸模式烹調建議

蒸烹調需要有一定的技巧。為了確保獲得滿意的效果，必需按照這些技巧操作。許多技巧與常規烹調使用的相似，因此，您可能已經習慣使用這類烹調技巧。然而，對於採用SUPERSTEAM CONVECTION(超級蒸氣熱風)和STEAM(蒸)模式的烹調，請遵循以下的建議。

注意：

- 使用時，務必密切關注烤箱。
- 本烤箱不是微波爐。請確保烹調器具適用於每個烹調模式。(有關適用的烹調器具，請參考第C-31頁)
- 加強室內通風，使蒸汽消散。
- 在烹調結束、烤爐冷卻後，移除並倒空水箱，用柔軟的布或海綿拭乾烤爐爐腔。稍等幾分鐘，然後倒空滴水托盤。

警告：

請務必經常遵循聲寶使用說明書上的操作說明。如果超出建議的烹調時間或者使用的烤箱溫度太高，食品可能會過度受熱、燒焦，嚴重情況下還會起火和損壞烤箱。

– STEAM(蒸)烹調模式的特別建議 –

烹調技巧	
容器	建議將食物/盤碟放在烤架上。這樣便能夠使蒸汽從各個方面接觸到食物，從而使食物均勻地烹調。請確保食物均勻地放置。如果食物之間的空隙較小或沒有空隙，需要的烹調時間將會加長，請確保放置的食物之間留有足夠的空隙，以便使蒸汽能夠在食物周圍得以循環。有關容器方面，最好使用較淺的盤。建議不要使用較厚的盤，因為這類盤將會延長建議的烹調時間。 為了有效地減少鹽份和油脂，請將食物直接放在烤架上。如果將食物放在盤碟中，請在烹調完成後丟棄盤碟上殘留的滴汁。
覆蓋	多數情況下不需要覆蓋食物。如果需要覆蓋，建議使用箔紙來防止箱腔內的冷凝水弄濕食物。覆蓋著的食物需要的烹調時間將會加長。
烤箱門	為了確保精確的烹調時間，請保持箱門關閉。
攪拌	有時，在沒有蓋的蒸鍋中翻熱湯或菜類時，烹調後會顯得非常稀。充分攪拌後，效果將會更好。
擱置	烹調後，建議把食物擱置一段時間，這樣便能使熱量在食物中均勻分散。切勿擱置太長時間，否則殘餘的蒸汽會過度烹調或弄濕食物。

烹調提示	
灼熱	STEAM(蒸)模式可以用於在蔬菜冷凍前把它灼熱。灼熱時，可將準備好的蔬菜放到子中，然後採用STEAM, MANUAL, STEAM HIGH(蒸，自選烹調，大火蒸)模式烹調4至5分鐘。之後，迅速將蔬菜放入冷水中冷卻。待蔬菜變乾後冷凍。
鹽醃食品	對於鹹魚或鹹肉之類的鹹食物，烹調前可採用蒸汽來淡化鹹味。可將食物直接放在架上，採用STEAM, MANUAL, STEAM HIGH(蒸，自選烹調，大火蒸)模式烹調4至5分鐘。

烹調指南

– SUPERSTEAM CONVECTION(超級蒸氣熱風)和STEAM(蒸)烹調模式的特別建議 –

食物特徵	
密度	食物的密度將會影響所需的烹調時間長短。如果可以的話，請將食物切成薄片，並以單層放置。
數量	隨著☐箱內烹調食物數量的增多，烹調時間也定會加長。
大小	小塊食物的烹調速度要比大塊食物快，因為熱量能☐很快地從各個方向穿透到小塊食物的中央。為了達到均☐烹調，請將食物分成大小相等的小塊。
形狀	對於形狀不規則的食物，例如雞胸或雞腿，較厚的部分所需的烹調時間將會較長。食用之前，請檢☐確保這些部分徹底烹調。
食物溫度	食物開始時的溫度會影響所需的烹調時間。冷藏食物所需的烹調時間要比室溫下儲存的食物長。容器的溫度不是食物或飲品的實際溫度。
佐料和調味品	佐料或調味品最好在烹調後才添加。如果在☐泡或調拌時添加，採用蒸汽烹調後的味道可能會變淡。請在烹調後根據需要重新添加佐料或調味品。

注意：

- 食用之前，請確保食物已徹底煮熟/翻熟。
- 烹調時間將會受到食物形狀、厚度、數量和溫度以及容器大小、形狀和材料影響。
- 切勿加熱食油或油炸食物，否則可能會導致過度加熱和起火。烹調多油或多糖的食物(例如，聖誕布丁)時應特別小心，否則過度加熱可能會導致起火。

臉和手：請務必戴上烤箱專用厚手套，將食物或烹調器具從烤箱中取出。在打開烤爐門使蒸汽消散時應特別小心。切勿徒手將食物從烤箱中取出。

食用前應檢查食物和飲料的溫度，並加以攪拌。尤其是在讓嬰兒、兒童或老人食用之前，務必特別注意進行上述操作。

微波模式烹調建議

– Microwave (微波) 模式特別注意事項和警告資訊 –

	可	不可
蛋類, 水果, 果仁, 種子, 蔬菜, 香腸和牡蠣(蠔)	* 烹調蛋類, 蠔等食品時, 需於蛋黃, 蛋白或蠔表面刺數孔, 以免烹調加熱時爆裂。 * 烹調馬鈴薯, 蘋果, 美國南瓜, 熱狗, 香腸及蠔等時, 戳其皮數孔, 讓烹調加熱時, 部水蒸氣能溢出。	* 烹調或加熱帶殼蛋類。(若「爆裂」, 可能損壞微波爐。) * 為帶殼熟蛋類加熱。 * 過度加熱牡蠣(蠔)。 * 為帶殼果仁或種子類加熱。
爆玉米花	* 用微波爐爆玉米花時, 必須使用微波爐爆玉米花專用袋。 * 聽到爆玉米花聲已減慢到1-2秒時, 應停止繼續烹調, 以免過火。	* 用普通的爆玉米花袋或玻璃器皿來爆玉米花。 * 用微波爐爆玉米花專用袋爆玉米花時, 設定的烹調時間過於所需時間。
嬰兒食品	* 轉盛嬰兒食品於微波爐烹調容器中, 小心加熱之。必要時, 均攪拌數次, 直至加熱至適當的溫度為免傷。 * 加溫嬰兒瓶之前請移除螺旋蓋和嘴。加熱後, 套上嘴, 充份搖, 達至適當溫度後, 才嬰兒食用。	* 加熱即棄式瓶罐。 * 對瓶加熱過度, 或只加熱至微溫的程度。 * 把帶有嘴的瓶加熱。 * 直接把盛載嬰兒食品的瓶罐加熱。
一般食品	* 烹調有餡料的食品後, 請分斷切開, 讓蒸氣溢出, 避免灼傷。 * 加熱湯類飲料時, 須用深底容器, 以防湯類飲料濺出。	* 盛載食品於玻璃瓶或密封容器來加熱烹調。 * 以微波爐來煎炸食品。 * 用微波爐烘乾木頭, 草類或沾濕紙的張, 衣服或花類。
液體(飲料)	* 如要煮沸或烹調液體, 請參照C-1-2頁之警告, 以免引起爆炸或爆濺。	* 超過建議的烹調時間。
罐頭食品	* 把罐頭食品取出及放於容器內。	* 加熱或烹調罐裝食物。
香腸卷, 餡餅, 聖誕布丁	* 因此必須按“烹調指南”中的設定時間加以烹調。(屬高糖份或高脂肪含量的食品。)	* 烹調過份, 以致冒煙起火。
肉類	* 燒時使用金屬架及子以盛載。	* 將肉類直接放置在爐的陶瓷底板上進行烹調。
容器	* 請檢查在MICROWAVE (微波) 烹調適用之容器。	* 請在MICROWAVE (微波) 烹調中使用適用之金屬容器。金屬反射微波能引起火花現象。
鋁箔紙(錫紙)	* 用箔紙來包裹食品薄細部份, 以免烹調過度。 * 注意火花產生。所以儘可能減少使用箔紙, 及應與爐之內壁保持距離。	* 使用箔紙過多。 * 用箔紙包裹的食品過於靠近爐箱內壁。產生的火花會對爐造成損害。

烹調指南

– MICROWAVE (微波) 模式操作建議 –

烹調技巧	
食品的放置	較厚向外，較薄向內(中央)。
決定烹調時間	開始時先用較短之烹調時間，然後再根據烹調後的情況而追加時間。 若烹調時間過長，會引起食物燒焦，起火。
食品的覆蓋	參考食譜的指南用耐微波保鮮紙，蓋或紙巾把食品覆蓋好。這樣可以防止汁液飛濺，以及幫助食物均勻烹調。
食品的局部遮蓋	以防止肉塊細薄部份烹調過度，解凍時應用鋁箔紙(錫紙)把這些部份包好。
食品的攪拌	必要時於烹調過程中由外至內攪拌食物一至兩次。
食品的翻轉	烹調雞腿，漢堡或圓類時，時間過半翻轉之，以達均勻的烹調效果。
食品的重新放置	在烹調中途置換食品的位置，如外圍及中部食品的交換，以及上層和下層的交換，以達均勻的烹調效果。
食品的擱置	烹調之後，應擱置一段適當時間。若有可能，應將食物由爐中取出並攪拌。擱置時加蓋，可讓食物完全地完成烹調。
熟度檢查	烹調後食品之顏色及軟硬，可作為測試其生熟程度，方法如下： – 整個食品是否都有蒸氣溢出，而非只是局部或邊緣； – 家禽關節部是否容易撕開； – 肉塊或家禽已無血可見； – 魚肉已煮熟(非透明)，且可用刀叉輕易切開。
濕氣的凝聚	濕氣凝聚是微波爐烹調的正常現象。烹調中，食物內部的水份和濕氣受熱蒸發，使爐箱內的含水量增加。一般來說，加蓋的食物比不加蓋的食物所凝聚的濕氣較少。故應經常保持微波爐通風口暢通無阻。
微波適用保鮮紙	烹調多油的食物時，由於保鮮紙有溶化之可能，故不可讓保鮮紙和食物表面接觸。
微波適用塑膠廚具	有些微波爐用的塑膠廚具不宜用來烹調多油或多糖的食物。
蛋糕/烘肉捲	要製作蛋糕或烘肉捲，請將容器放在開口向上的抗熱的淺盤上。

– 解模式操作建議 –

解凍技巧	
放置	在較淺的盤上將食物排列成均勻的單層。這樣將會確保食物的所有部分都能均勻解凍。
分開	食物從冷凍箱中取出時可能會黏在一起。解凍過程中，應儘快將食物分開，這一點非常重要。 例如，牛、豬等。
擱置	食物解凍後，需要擱置一段時間，以便確保徹底解凍。擱置食物時必須將其覆蓋住，這樣才能確保食物中央完全解凍。

注意：

．解凍之前，請去除所有包裝和包皮。

自動烹調食譜

超級蒸氣熱風模式功能表指南

BALANCED MEALS (均衡飲食) 食譜

糙米釀紅椒

[器具]

耐熱玻璃乳酪盤 (約26x5厘米)
2個 烤盤

[釀紅椒配料]

4個 辣椒，沿縱向切成兩半
100克 洋蔥，切成方塊
200克 蘑菇，切片
2個 雞蛋 (中等大小)
100克 低脂荷蘭Gouda (高達) 乳酪
25克 新鮮麵包屑
1湯匙 新鮮的歐芹，切碎
食鹽和胡椒粉

[沙司 (調味料) 配料]

500克 番茄，去皮，剁碎
150毫升 蔬菜原汁
75克 低脂鮮奶
1湯匙 新鮮的香草，剁碎

[糙米配料]

200克 糙米，煮半熟
400毫升 熱水

[烹調方法]

1. 將雞蛋打入一隻碗中，並加入乳酪、麵包屑、洋蔥、蘑菇和歐芹。以食鹽和胡椒粉調味。
2. 將混合物填塞進辣椒內，直接放入烤盤待用。
3. 將剁碎的番茄與蔬菜原汁混合，均勻倒在烤盤內的釀紅椒上。將乳酪盤放置在上部的位置。
4. 將米放入乳酪盤。加入熱水並充分攪動。
5. 將乳酪盤放置在另一個烤盤之上，並將烤盤放置在下方位置。
6. 使用SuperSteam Convection (超級蒸氣熱風) - AUTO (自動烹調) - BALANCED MEALS (均衡飲食) - STUFFED PEPPER WITH BROWN RICE (糙米釀紅椒) 功能進行烹調。
7. 烹調結束後，攪動米飯並放置2分鐘。
8. 將鮮奶油和剁碎的香草混合放入番茄調味料中並充分攪動。

義大利菠菜乾酪麵包卷

[器具]

圓形耐熱玻璃盤 (約20x20x6厘米)
2個 烤盤

[麵包捲配料]

20克 鮮酵母 (或乾酵母10克)
125毫升 溫水
50毫升 酪乳
1/2茶匙 食鹽
1/2茶匙 食糖
125克 不含酵母粉的麵粉
100克 小麥麵粉
25克 麥麩
黃油
1湯匙 酪乳，用於塗抹麵團

[義大利麵包捲配料]

200克 解凍菠菜，充分瀝干
375克 低脂義大利乳清乾酪
蒜瓣，碾碎
食鹽和胡椒粉
搓碎的肉豆蔻香料
1茶匙 橄欖油，用於塗抹餐盤
12個 義大利空心麵包捲
650克 新鮮番茄，去皮
1茶匙 新鮮羅勒，切碎
25克 義大利乾酪，搓碎

[烹調方法]

1. 將酵母溶於溫水中，並加入酪乳。
2. 在一隻大碗中將麵粉、麥麩、食鹽和食糖混合均勻。
3. 在中間控制一個洞並倒入酵母混合液。
4. 充分揉捏所有配料。
5. 將大碗放置在烤架上，等待麵團漲起。(發酵麵包需要30分鐘)
6. 再次揉捏麵團，然後將其切為2捲。均勻切成8塊，並造成麵包捲的形狀。
7. 在烤盤內鋪上防油紙，並將麵捲放置於其上。
8. 待麵團發起，於烘焙前在麵團上塗抹酪乳。
9. 將烤盤放置在上層。
10. 在耐熱玻璃盤上塗抹橄欖油。
11. 將菠菜、義大利乳清乾酪和大蒜混合均勻。以肉豆蔻香料、食鹽和胡椒粉調味。
12. 將混合物填塞入義大利麵包捲內，並將其放在乳酪盤上排列成單層。
13. 將番茄切碎並與切碎的新鮮羅勒混合均勻，以食鹽和胡椒粉調味。
14. 將混合好的番茄醬均勻淋在義大利麵包捲上。
15. 將盛放義大利麵包捲的餐盤放在另一個烤盤之上，並將烤盤放在下層。
16. 使用SuperSteam Convection (超級蒸氣熱風) - AUTO (自動烹調) - BALANCED MEALS (均衡飲食) - CANNELLONI WITH BREAD ROLLS (義大利麵包捲) 功能進行烹調。
17. 烹調結束後，從烤爐內移除麵包捲，放置並冷卻5分鐘；而將義大利麵包捲在烤爐內放置5分鐘。
18. 最後，將剛碾碎的義大利乾酪撒在義大利麵包捲上。

菠菜馬鈴薯三文魚排

[器具]

耐熱玻璃果餡餅盤(約28厘米)

2個 烤盤

☒架

[三文魚排配料]

800克 三文魚排

(4塊, 每塊重約200克)

1只 檸檬的☒汁

黑胡椒

[菠菜乳酪配料]

500克 煮熟的馬鈴薯, 切片

400克 解凍菠菜, 充分瀝干水分

150克 低脂鮮奶油

100毫升 牛奶

食鹽和胡椒粉

肉豆蔻香料

橄欖油, 用於塗抹餐盤

[烹調方法]

1. 清洗三文魚排並乾燥。可按個人喜好, 撒上檸檬汁和食鹽。以黑胡椒調味。
2. 將三文魚排放置在烤盤的烤架上。將烤盤放置在上層。
3. 在果餡餅盤上塗抹少許油脂。將菠菜葉以食鹽、胡椒粉和肉豆☒香料調味, 並充分混合。
4. 在果餡餅盤中垂直分層擺放馬鈴薯和菠菜, 擺成條狀圖案。
5. 將鮮☒油與牛☒進行混合, 調味後倒在蔬菜上面。以肉豆☒調味。
6. 將果餡餅盤放置在另一個烤盤之上。將烤盤放置在下層。
7. 使用SuperSteam Convection(超級蒸氣熱風)-AUTO(自動烹調)-BALANCED MEALS(均衡飲食)-SALMON STEAKS WITH GRATIN(乳酪三文魚排)功能進行烹調。

香脆薯角烤雞蔬菜雜燴

[器具]

2個 烤盤

☒架

[配料]

1.2-1.3公斤 全雞

食鹽和胡椒粉

辣椒粉

400克

馬鈴薯, 去皮

切成楔形

200克 蘑菇, 切成兩半

200克 辣椒, 切片

150克 西蘭花

2湯匙 冷水

新鮮歐芹, 剁碎

[烹調方法]

1. 將雞洗淨并瀝干水分。將雞切成5-6塊, 並以食鹽、胡椒粉和辣椒粉調味。
2. 將雞塊直接放置在烤盤內的烤架上。將烤盤放置在上層。
3. 將蔬菜混合在一起, 並放入另一個☒盤中。噴灑適量冷水。以食鹽和胡椒粉調味。將☒盤放置在下層。
4. 使用SuperSteam Convection(超級蒸氣熱風)-AUTO(自動烹調)-BALANCED MEALS(均衡飲食)-ROAST CHICKEN WITH VEG(蔬菜烤雞)功能進行烹調。
5. 烹調完成後, 將剁碎的歐芹撒於蔬菜之上(將歐芹和混合蔬菜粒撒於雞上)。

香辣雞羊肉串番茄幹拌飯

[器具]

耐熱玻璃乳酪盤(約26x5厘米)

2個 烤盤

☒架

[雞肉串配料]

350克 雞胸肉, 切成方塊

100克 洋蔥, 切成2厘米厚片

75克 青椒, 一分為四

8個 櫻桃番茄

4支 肉串木叉

1湯匙 橄欖油

1湯匙 Worcester(伍斯特)沙司

1湯匙 塔巴斯哥辣醬油

2茶匙 辣椒粉

少量食糖

[米飯配料]

200克 煮10分鐘半熟糙米

50克 洋蔥, 切成方塊

50克 番茄干, 剁碎

400毫升 熱水

[烹調方法]

1. 將雞肉和蔬菜交替穿插到木叉上。
2. 將油與調味料混合, 並刷抹於肉串之上。在冰箱內醃泡1小時。
3. 將雞肉串直接放置在烤盤內的烤架上。將烤盤放置在上層。
4. 將糙米、洋蔥和曬乾的番茄放入乳酪盤。
5. 將熱水傾倒於米飯之上, 並充分混勻。
6. 將乳酪盤直接放置於另一個烤盤內。將烤盤放置在下層。
7. 使用SuperSteam Convection(超級蒸氣熱風)-AUTO(自動烹調)-BALANCED MEALS(均衡飲食)-CHICKEN KEBABS WITH TOMATO RICE(肉串番茄乾拌飯)功能進行烹調。
8. 烹調結束後, 攪動米飯並放置2分鐘。

自动烹调图表

菠菜丽可塔通心粉

[用具]

大的浅砂锅

烤盘1个

[材料]

250克 已解冻的袋装冷冻菠菜

500克 低脂丽可塔奶酪

少量豆蔻粉

12 卷通心粉

500克 番茄酱罗勒意大利面酱

2汤匙 切碎的切达奶酪

4人份

[烹调方法]

1. 菠菜控干水分，拧干多余的水分。

2. 在大碗中加入菠菜、丽可塔奶酪、豆蔻粉、食盐及胡椒粉。混合搅拌均匀。

3. 将混合食材放入PIPING BAG中，轻轻挤压PIPING BAG将馅料加入通心粉中。再将通心粉单层放在砂锅中。

4. 将意大利面酱汁倒在通心粉上，用汤匙背部将酱汁均匀摊开。再撒上切达奶酪。

5. 将砂锅放在烤盘上，放上层烤盘烹调。

6. 使用“超高温蒸汽对流加热、自动、COMPLETE MEALS、菠菜丽可塔通心粉。

8. 烹调结束后放置5分钟。

鲜虾蔬菜

[用具]

1个烤盘

[材料]

1 个胡萝卜，切碎

100克 青豆，切片

半根韭葱，切成4份

125克 罐装玉米粒

2杯半 水

1茶匙蔬菜粉

2杯茉莉香米，洗净

150克 ，煮熟去壳鲜虾，切小块

适量食盐及胡椒粉

4人份

烹调方法

1. 用大碗将胡萝卜、青豆、韭葱及玉米粒混合。加入水及蔬菜汤混合搅匀。

2. 接着加入大米、虾、食盐及胡椒粉，混合搅拌均匀。

3. 将混合食材慢慢倒入烤盘中，均匀摊开，将烤盘放在上层烹调。

4. 使用“超高温蒸汽对流加热”、自动烹调、COMPELTE MEALS及蔬菜鲜虾米饭。

5. 烹调结束后放置5分钟。

欧防风土豆烤鸡

[用具]

1个烤盘

烤架

[材料]

1汤匙油

半茶匙鸡汤

半茶匙干牛至

适量食盐及胡椒粉

1千 克鸡肉

500克 小土豆

300克 欧防风

4人份

[烹调方式]

1. 先设置预热程序。选择菜单、所需生熟程度，再按开始键运行预热。

2. 用小碗将油、鸡汤、牛至、食盐及胡椒粉混合搅拌均匀。

3. 将混合酱汁均匀刷在鸡肉上。将鸡腿绑在一起，先放一边。

4. 将小土豆及欧防风洗净。土豆切半，再将欧防风切成四半。

5. 鸡胸一侧朝下放在烤盘中，将土豆及欧防风均匀放在鸡肉周围。

6. 预热结束后，将烤盘放在上层烹调。

7. 使用“超高温蒸汽对流加热”、自动、烤土豆鸡肉。

8. 烹调结束后，用锡纸盖好放置10分钟。

自动烹调图表

超高温蒸汽烧烤

菜单名称	重量范围（增加的重量）	步骤	烤盘位置
鸡腿 （初始温度 3℃）	0.2-1.0千克 （100克）	* 加食盐、胡椒粉、辣椒粉调味。 * 在鸡腿皮上扎孔。 * 将鸡腿放在ia上，带皮一侧朝下，放入烤盘中。 * 烹调结束后，盛入盘子方可食用。	上层
鸡肉肉片 （初始温度 3℃）	0.25-1.0千克 （50克）	* 加食盐、胡椒粉及辣椒粉调味。 * 将鸡肉肉片放入烤盘的烤架上。 * 烹调结束后放置5分钟。	上层
烤鱼 （初始温度 3℃）	0.2-1.0千克 （100克） 全鱼/肉片	* 在鱼皮上划几道开口。刷一层油， * 将鱼放在烤盘的烤架上，再放入微波炉烹调。 * 烹调结束后，盛入盘子方可食用。	上层
烤肉串 （初始温度 3℃）	0.20-0.80千克 （50克）	* 根据下列食谱准备肉串。 * 将肉串放在烤盘的烤架上。 * 烹调结束后，取出肉串放入盘子方可食用。	上层

烤肉串食谱

烤肉串

[材料]

400克 肉片
100克 Smoked belly of meat
2个洋葱（100克），切四半
4个番茄（250克），切四半
半个 青椒（100克），切八份
4汤匙 油
2茶匙甜辣酱
食盐
半茶匙辣椒粉
1茶匙伍斯特辣酱油

烹调方法

1. 肉片切开，带皮的肉块切成2-3厘米的方块。
2. 用4根木棍将肉片及蔬菜轮流串入。（约25厘米长）
3. 将油与香料混合后刷在肉串上。将肉串放在烤盘的烤架上。
4. 使用“超高温蒸汽对流加热”自动、烧烤、烤肉串烹调。

自动烹调图表

超高温烧烤

菜单名称	重量范围 (增加的重量)	过程说明	烤盘位置
烤鸡 (初始温度3℃)	0.9-2.0千克 (100克)	* 加食盐、胡椒粉及辣椒粉调味 * 放在烤盘的烤架上, 无需盖上盖子烹调 * 烹调结束后, 用锡纸包住放置10分钟	下层
烤肉 初始温度3℃)	0.9-1.5千克 (100克)	* 将肉片串好 (仅腰肉) * 加食盐、胡椒粉及辣椒粉调味 * 放在烤盘的烤架上, 无需盖上盖子烹调 * 烹调结束后, 用锡纸包住放置10分钟	下层
烤牛肉 五分熟 初始温度3℃)	1.0-2.0千克 (100克)	* 加食盐、胡椒粉及辣椒粉调味 * 放在烤盘的烤架上, 无需盖上盖子烹调 * 烹调结束后, 用锡纸包住放置5-10分钟	下层
烤羊腿 初始温度3℃)	1.0-2.0千克 (100克)	* 加食盐、胡椒粉及迷迭香调味 * 放在烤盘的烤架上, 无需盖上盖子烹调 * 烹调结束后, 用锡纸包住放置10分钟	下层

超高温烘焙

菜单名称	重量范围 (增加的重量)	过程说明	烤盘位置
冷冻披萨 (薄、厚类) (初始温度-18℃)	单层烹调: 0.2-1.0千克 (100克) 双层烹调: 0.2-1.0千克 (100克)	* 预先设置预热程序, 选择菜单、层数、数量及生熟程度, 再按开始键开始预热。 * 去掉包装, 将比萨放在烤盘中。 * 烹调结束即可食用。	单层烹调: 上层 双层烹调: 上、下层
蛋糕 如胡萝卜档案、黄油蛋糕、巧克力蛋糕 (初始温度-18℃)	单层 (蛋糕烤盘: 约 20厘米)	* 使用自制食谱或混合包装。 * 预先设置预热程序, 选择菜单、烹调时间, 按开始键开始预热。 * 预热后将蛋糕放在烤盘中。 * 将烤盘放入微波炉烘焙, 烘焙结束后, 蛋糕放置5分钟。	下层
面包 (初始温度20℃) 如白面包、杂粮面包	单层 (面包烤盘: 约 13*20厘米)	* 使用自制食谱或混合包装。 * 预先设置预热程序, 选择菜单、烹调时间, 按开始键开始预热。 * 预热后将面包房如烤盘中。 * 将烤盘放入微波炉烘焙, 烘焙结束后, 面包放一边冷却5分钟。	下层
烤土豆 (初始温度20℃)	1-4个 (1个: 250克)	* 使用自制食谱或混合包装。 * 预先设置预热程序, 选择菜单、烹调时间, 按开始键开始预热。在土豆多处刺破后将面包房如烤盘中。 * 将烤盘放入微波炉烘焙, 烘焙结束后, 面包放一边冷却2-3分钟。	下层

自动烹调图表

蒸煮食谱指南

菜单名称	重量范围 (增加的重量)	过程说明	烤盘位置															
新鲜蔬菜1 (初始温度3℃) 柔软蔬菜: 西葫芦、柿子椒 西兰花, 蘑菇, 芦笋	0.2-1.0千克 (100克)	•青菜洗净, 去掉多余水分 •将蔬菜放入蒸盘 •将蒸盘放在烤盘的烤架上, 无需盖盖子。 •烹调结束后放置1-5分钟。	上层															
新鲜蔬菜2 (初始温度3℃) 硬蔬菜: 胡萝卜、花椰菜、豆类、豆芽	0.2-1.0千克 (100克)																	
冷冻蔬菜 (初始温度-18℃) 混合蔬菜、	0.2-1.0千克 (100克)																	
新鲜鱼类、虾 (初始温度3℃) Whole Snapper, Barramundi Fillet, Large Green Prawns	0.1-1.0千克 (100克)		上层															
冷冻速食饺子 (初始温度-18℃) 蔬菜、猪肉、鸡肉	0.1 - 0.5 kg (100g)	•将食物放在蒸盘中。 •将蒸盘放在烤盘的烤架上, 无需盖盖子。 •烹调结束后放置1-3分钟。	上层															
米饭 (初始温度 20℃) 冷自来水 白米	1-4人份 (1份)	•大米洗净直到水透明为止。 装入2升容量的砂锅中, 加入自来水 将砂锅放在烤盘中, 无需盖盖子。 •烹调结束后放置1-5分钟。 <table><tr><td>分量</td><td>1人份</td><td>2人份</td><td>3人份</td><td>4人份</td></tr><tr><td>大米</td><td>半杯</td><td>1杯</td><td>1.5杯</td><td>2杯</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	分量	1人份	2人份	3人份	4人份	大米	半杯	1杯	1.5杯	2杯						Upper
分量	1人份	2人份	3人份	4人份														
大米	半杯	1杯	1.5杯	2杯														

自动烹调图表

微波菜单说明

自动解冻

菜单名称	重量范围 (增加的重量)	步骤
肉排/肉块 (初始温度-18℃)	0.1-1.0千克 (100克)	用锡纸将肉块或肉排薄的部分包住 将薄的部分单层放在微波炉专用解冻架上。将解冻架放在微波炉底部。如肉块粘在一起，尽快分开。 微波炉停止运行时，取出已解冻部分再将剩余的肉块翻面。 解冻结束后，用锡纸盖好放置5-15分钟。 见以下说明。
家禽肉 (初始温度-18℃)	0.9-2.0千克 (100克)	拆除原包装。用锡纸包住翅膀及腿部。 胸部一侧朝下放在微波炉专用解冻架上。 将解冻架直接放在微波炉炉底。 微波炉停止运行时，将肉块翻面。 解冻结束后，用锡纸盖好放置15-30分钟。 如有需要，放置后用冷水冲洗，去除杂碎。
烤肉(牛肉/猪肉/羊肉) (初始温度-18℃)	1.0-2.0千克 (100克)	用锡纸包住骨头及边缘部分。宽约2.5厘米。 将带骨及脂肪较少的一侧朝下(如有可能)放在微波炉专用解冻架上 将解冻架直接放在微波炉炉底。 微波炉停止运行时，将肉块翻面并用锡纸包住已解冻部分。 解冻结束后，用锡纸盖好放置15-30分钟。
碎肉/香肠 (初始温度-18℃)	0.1-1.0千克 (100克)	将冷冻碎肉放在微波炉专用解冻架上，用锡纸包住边缘。 将解冻架直接放在微波炉炉底。 微波炉停止运行时，取出已解冻的部分，翻面并将用锡纸包住边缘部分。 解冻结束后，用锡纸盖好放置5-20分钟。 见以下说明

智能加热

菜单名称	重量范围 (增加的重量)	步骤									
餐盘 (初始温度3℃)	1人份 (约400克)	用保鲜膜盖好，再用竹签扎5次孔。 将餐盘直接放在炉底。 烹调结束后，盖好放置2分钟。 <table><tr><td>肉类</td><td>土豆</td><td>蔬菜</td></tr><tr><td>175-180克</td><td>125克</td><td>100克</td></tr><tr><td>牛肉、羊肉、鸡肉(切片)，T-骨</td><td>切片</td><td>土豆、西葫芦、花椰菜、西兰花</td></tr></table>	肉类	土豆	蔬菜	175-180克	125克	100克	牛肉、羊肉、鸡肉(切片)，T-骨	切片	土豆、西葫芦、花椰菜、西兰花
肉类	土豆	蔬菜									
175-180克	125克	100克									
牛肉、羊肉、鸡肉(切片)，T-骨	切片	土豆、西葫芦、花椰菜、西兰花									
砂锅 砂锅(初始温度3℃)：	1-4杯 (1杯：250毫升)	将食物放在砂锅中。 用保鲜膜盖好，并用竹签扎5次孔。 将砂锅直接放在微波炉炉底。 烹调结束后，搅拌一次，用保鲜膜盖好放置1-5分钟。									
汤 (初始温度20℃) 南瓜、番茄、鸡肉	1-4杯 (1杯：250毫升)	将汤倒入微波炉专用玻璃碗中。 无需覆盖。 将碗直接放在微波炉炉底。 烹调结束后进行搅拌。									
披萨 (初始温度3℃)	1-4 块 (1块：约90克)	披萨放在厨房用纸，再放在微波炉炉底。									

AMARAN

ARAHAN-ARAHAN KESELAMATAN YANG PENTING : BACA DENGAN TELITI DAN SIMPAN UNTUK RUJUKAN MASA DEPAN.

1. Untuk mengurangkan risiko kebakaran di ruang ketuhar :

- a. Tiada cecair yang lain melainkan air minuman bersuhu bilik yang telah ditapis boleh dimasukkan ke dalam bekas air yang disertakan.
- b. Jangan membiarkan ketuhar dalam keadaan operasi tanpa diawasi. Suhu ketuhar yang terlalu tinggi atau masa memasak yang terlalu panjang akan menyebabkan makanan terlebih masak atau mengakibatkan kebakaran.
- c. Jangan melampaui masak.
- d. Tanggalkan sebarang pengikat daripada kertas atau plastik sebelum memasukkan masakan ke dalam ketuhar.
- e. Jangan memanaskan minyak atau lemak yang akan digunakan untuk menggoreng. Suhu minyak tersebut tidak dapat dikawal.
- f. Perhatikan ketuhar dari semasa ke semasa apabila makanan dipanaskan di dalam bekas pakai buang yang diperbuat daripada plastik, kertas atau lain-lain bahan yang mudah terbakar untuk tanda-tanda asap atau terbakar.
- g. Jika bahan-bahan di dalam ketuhar tercucuh, atau asap dikesan, pastikan pintu ketuhar ditutup, matikan ketuhar tersebut dengan mencabut palam kuasa, atau matikan kuasa di fius atau panel pemutus litar.
- h. Jangan gunakan bekas yang diperbuat daripada bahan sintetik untuk memasak. Bahan tersebut boleh cair pada suhu yang tinggi.
- i. Jangan gunakan bekas plastik jika ketuhar masih panas kerana bahan tersebut mungkin cair. Bekas plastik tidak boleh digunakan dalam mod SuperSteam Convection atau Convection melainkan pengeluar bekas mendakwa bahawa ia adalah sesuai.
- j. Jangan menyimpan sebarang barangan atau makanan di dalam ketuhar.
- k. Apabila bahan beralkohol ditambah semasa memanggang atau memasak kek dan gula-gula, terdapat risiko dimana wap yang dihasilkan oleh alkohol boleh terbakar apabila bersentuhan dengan elemen pemanasan elektrik. Awasi keadaan ketuhar secara rapat semasa memasak.

2. Untuk mengurangkan risiko letupan atau didihan letusan tertangguh semasa mengendalikan bekas. Ketuhar anda mampu memanaskan makanan dan minuman dengan cepat dengan gelombang mikro, ia adalah sangat penting bahawa anda memilih masa memasak yang sesuai dan tahap kuasa untuk jenis dan kuantiti makanan yang akan dipanaskan. Jika anda tidak pasti masa memasak dan tahap kuasa yang diperlukan, sila mulakan dengan masa memasak dan tahap kuasa yang rendah sehingga makanan cukup dipanaskan secara merata

Di samping itu :

- a. Jangan letakkan sebarang bekas tertutup di dalam ketuhar. Botol bayi dilengkapi dengan penutup berskru atau puting susu adalah dianggap sebagai bekas bertutup.
- b. Jangan gunakan perkakas ini melebihi jumlah masa.
- c. Semasa mendidihkan cecair di dalam ketuhar, gunakan bekas yang mempunyai bukaan mulut yang luas.
- d. Biarkan perkakas tersebut sekurang-kurangnya 20 saat selepas siap memasak bagi mengelakkan letusan didihan cecair terkemudian.
- e. Kacau cecair sebelum dan semasa memasak. Berwaspada semasa memegang bekas atau memasukkan sudu atau perkakas lain ke dalam bekas.

3. Ketuhar ini hanya untuk kegunaan di rumah sahaja dan digunakan untuk memanaskan, memasak dan mencairkan makanan dan minuman. Ketuhar ini tidak sesuai untuk penggunaan komevsil, di makmal, atau untuk memanaskan peranti-peranti terapi pemanasan, seperti wheat bag.

4. Jangan gunakan ketuhar sekiranya sebarang alat tersekat di antara pintu ketuhar dengan ketuhar.

5. Jangan cuba untuk mengubah atau membaiki pulih ketuhar dengan sendiri. Ianya merbahaya kepada sesiapa juga melainkan juruteknik bertauliah yang telah dilatih oleh SHARP bagi melaksanakan sebarang operasi servis atau baik pulih. Terutamanya dengan hal-hal yang melibatkan penanggalan penutup yang memberi perlindungan daripada pendedahan kepada tenaga gelombang mikro adalah amat berbahaya.

6. Jangan gunakan ketuhar sekiranya ia tidak berfungsi atau rosak sehingga dibaiki oleh juruteknik bertauliah yang telah dilatih oleh SHARP. Pintu ketuhar harus sentiasa boleh ditutup dengan rapi dan pastikan tiada sebarang kerosakan pada : (1) Pintu (menggeleding), (2) Engsel dan selak (samada pecah atau longgar), (3) Pendedap pintu, permukaan pendedap dan ruang dalam ketuhar (menggeleding atau berubah bentuk), (4) Tanda-tanda lecur pada permukaan pendedap pintu.

7. Berwaspada dan berhati-hati semasa mengeluarkan makanan daripada ketuhar, pastikan tiada sebarang peralatan dapur, pakaian dan aksesori anda tersangkut pada kancing keselamatan pintu.

8. Jangan sekali-kali menjolok objek, terutamanya objek logam, samada melalui gril atau di antara pintu dan ketuhar semasa ketuhar tersebut sedang beroperasi.

9. Jangan sekali-kali mengubah atau menyahaktifkan kancing keselamatan pintu.

10. Sentiasa gunakan sarung tangan ketuhar untuk mengelakkan daripada melecur semasa memegang alat-alat yang bersentuhan dengan makanan yang panas. Haba daripada makanan yang panas boleh berpindah melalui alat-alat itu dan menyebabkan kulit anda melecur.

11. Sekiranya kord bekalan kuasa rosak, kord tersebut mestilah digantikan dengan kord istimewa yang dibekalkan oleh PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP. Dan kord tersebut mestilah digantikan oleh juruteknik bertauliah yang dilatih oleh SHARP untuk mengelakkan daripada bahaya.

12. Sekiranya lampu ketuhar rosak, sila hubungi wakil jurujual anda atau juruteknik bertauliah yang dilatih oleh SHARP.

13. Elakkan kelecuman yang diakibatkan oleh stim dengan menghalakan stim jauh daripada muka dan tangan. Dengan secara perlahan, angkat penjuru terjauh penutup bekas termasuk pembalut plastik gelombang mikro dll., dan membuka beg popcorn dan beg pemasak ketuhar dengan berhati-hati menjauhi daripada muka anda.
14. Pastikan wayar elektrik tidak mengalami sebarang kerosakan dan tidak berada di bawah ketuhar atau di atas sebarang permukaan yang panas atau penjuru yang tajam.
15. Berhati-hati semasa membuka pintu. Bagi mengelakkan daripada melecur disebabkan oleh pelepasan haba dan wap, biarkan udara panas atau stim keluar sebelum mengeluarkan atau menggantikan makanan.
16. Jangan letakkan apa-apa di atas kabinet luar kerana ketuhar akan menjadi sangat panas semasa beroperasi.
17. Untuk mengelakkan daripada melecur atau terbakar, sentiasa merasa makanan dan memeriksa suhu dan bekas makanan serta kacau sebelum dihidang dan memberi perhatian khas kepada suhu bekas, makanan dan minuman yang diberikan kepada bayi, kanak-kanak atau warga tua. Terutamanya, bekas menjadi sangat panas. Jangan minum minuman atau sup tanpa memeriksa suhu bekas.
18. Pastikan tiada perkakas lain yang menyentuh dinding dalaman semasa memasak.
19. Perkakas ini bukan untuk penggunaan oleh orang (termasuk kanak-kanak) dengan keupayaan fizikal, deria atau mental yang kurang, atau kurang berpengalaman dan pengetahuan, kecuali mereka diawasi atau diberi arahan berkenaan penggunaan perkakas ini oleh orang yang bertanggungjawab atas keselamatan mereka.
20. Kanak-kanak hendaklah sentiasa diawasi untuk memastikan mereka tidak bermain dengan perkakas ini.
21. Bahagian - bahagian yang boleh diakses (contohnya pintu ketuhar, ketuhar rongga, hidangan dan aksesori) mungkin menjadi panas semasa digunakan. Jauhi daripada kanak-kanak bagi mengelakkan daripada risiko kelecuman. Sentiasa gunakan sarung tangan ketuhar tebal untuk mengelakkan diri anda daripada kelecuman.
22. Disebabkan suhu yang dijana, kanak-kanak hanya boleh menggunakan ketuhar di bawah pengawasan orang dewasa apabila perkakas sedang beroperasi di dalam olakan SuperSteam Convection, Convection atau Steam.
23. Jangan sentuh pintu ketuhar, luar kabinet, kabinet belakang, rongga ketuhar, bukaan liang udara, aksesori dan hidangan dan wap yang terlepas dari perlindungan pengudaraan semasa operasi kerana ia menjadi panas.
24. Jangan sentuh sekitar lampu ketuhar secara langsung. Bahagian ini akan menjadi panas apabila lampu ketuhar dihidupkan.
25. Pasangkan pengedar udara pada bilik dimana ketuhar dipasangkan, contohnya membuka tingkap atau menghidupkan pengudaraan dapur. Wap daripada liang pengedaran pengudaraan mungkin membasahi dinding atau perabot yang berdekatan.
26. Jangan gunakan ketuhar jika dapati retakan pada tangki air dan kebocoran air. Sila hubungi PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.
27. Untuk mencegah pemeluwapan yang boleh mengakis perkakas, jangan biarkan makanan yang telah dimasak di dalam ketuhar untuk tempoh yang panjang. Kerap membersihkan ketuhar dan mengeluarkan apa-apa sisa makanan di dalam ketuhar atau pada pintu ketuhar.
28. Jangan masukkan jari atau objek di dalam lubang-lubang (liang pelepasan wap atau liangbukaan udara) kerana ini boleh merosakkan ketuhar dan menyebabkan kejutan elektrik atau bahaya.
29. Jangan letakkan apa-apa benda yang berat lebih daripada 5 kg pada pintu untuk mengelakkan kemungkinan daripada ketuhar jatuh atau boleh merosakkan pintu dan engsel. Jangan menggantung objek berat pada pemegang pintu.
30. Jangan sentuh palam elektrik dengan tangan yang basah. Palamkan ke dalam soket dinding elektrik dengan selamat. Sentiasa mencengkam palam apabila mengeluarkan palam tersebut daripada soket, dan bukan tarik kord bekalan kuasa kerana ini boleh merosakkan saraf bekalan kuasa dan sambungan di dalam palam.
31. Jangan mengerak ketuhar dalam keadaan operasi. Jika ketuhar perlu dipindahkan, salirkan semua air di dalam ketuhar menggunakan fungsi DRAIN WATER. Selepas penyaliran, kosongkan dulang titisan.
32. Jangan basahkan pintu atau panel kawalan secara sengaja.
33. Jangan gunakan ketuhar jika ketuhar tersebut terjatuh di atas lantai. Tanggalkan palam dan hubungi PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.

ARAHAN UTUK MEMASANG KETUHAR

1. Keluarkan semua bahan pembungkusan daripada ruang ketuhar, dan pelekat ciri dari luar pintu, jika ada. Periksa ketuhar ini untuk sebarang kerosakan, seperti pintu ketuhar yang tidak sejajar, pengedap pintu yang rosak disekeliling pintu ketuhar atau kebengkokan di dalam ruang ketuhar atau pada pintu. Jika terdapat sebarang kerosakan, jangan gunakan ketuhar sehingga ia telah diperiksa oleh PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP dan diperbaiki jika perlu.

2. Aksesori yang disertakan:

- 1) Rak 2) Dulang pembakar 3) Dulang kukus 4) Panduan menanggalkan kerak 5) Buku panduan operasi 6) Buku masakan 7) Panduan Sesentuh 8) Jalur ujian

3. Pintu akan menjadi panas semasa memasak, dan dalam usaha untuk mengelakkan sentuhan yang tidak sengaja, ketuhar perlu diletakkan sekurang-kurangnya 85 cm atau lebih di atas lantai. Anda juga perlu memastikan kanak-kanak jauh daripada pintu untuk mengelakkan daripada kecederaan.

4. Ketuhar ini direka untuk digunakan pada countertop sahaja. Ia tidak harus dipasang di mana-mana kawasan di mana haba yang berlebihan dan wap dijana, contohnya, dipasang bersebelahan dengan unit ketuhar konvensional. Ia tidak harus dipasang berhampiran dengan bahan yang mudah terbakar, misalnya, langsir. Ketuhar harus dipasang supaya tidak menyekat bukaan pengudaraan. Kebakaran mungkin berlaku jika perkakas ini dilindungi atau menyentuh bahan yang mudah terbakar, termasuk tirai, langsir, dinding, dll. Benarkan ruang sekurang-kurangnya 10cm dari atas ketuhar untuk pengudaraan. Ketuhar ini tidak direka untuk terbina-dalam pada dinding atau kabinet.

AMARAN: Wap pengudaraan akan terlepas dari bahagian belakang atas ketuhar. Pastikan wap yang terlepas tidak membasahi outlet elektrik atau lain-lain peralatan elektrik.

5. Jauhkan jarak melebihi 20 cm di antara liang pengudaraan dengan tingkap jika ketuhar ini dipasang menghampiri tingkap. Tingkap boleh dipecahkan oleh haba daripada pengudaraan.

AWAS: Wap pengudaraan dari oven mungkin membasahkan perabot, mengotorkan perabot atau dinding yang berhampiran. Pastikan ruang yang mencukupi di antara ketuhar dan dinding atau perabot. Wap datang dari penutup pengudaraan (untuk pengedaran udara) atau pintu semasa memasak atau selepas memasak. Wap boleh memeluwap pada dinding atau perabot yang berhampiran dengan ketuhar. Pasangkan ketuhar pada tempat dimana ia mempunyai pengudaraan yang baik.

Untuk mengelakkan dari basah, kami mengesyorkan untuk meliputi dinding atau perabot dengan kerajang aluminium.

6. Jangan sambungkan peralatan lain ke soket yang sama dengan menggunakan palam penyesuai.

7. Pengeluar atau mahupun pengedar ketuhar tidak bertanggungjawab ke atas sebarang kerosakan ataupun kecederaan yang diakibatkan oleh pengguna yang gagal mematuhi aturcara pemasangan elektrik yang betul.

8. Ketuhar ini mesti disambungkan kepada wayar bumi.

PENTING

Warna pada wayar di dalam saluran bekalan elektrik adalah berdasarkan pada kod seperti berikut:

Hijau-dan-kuning	: Bumi
Biru	: Neutral
Coklat	: Hidup

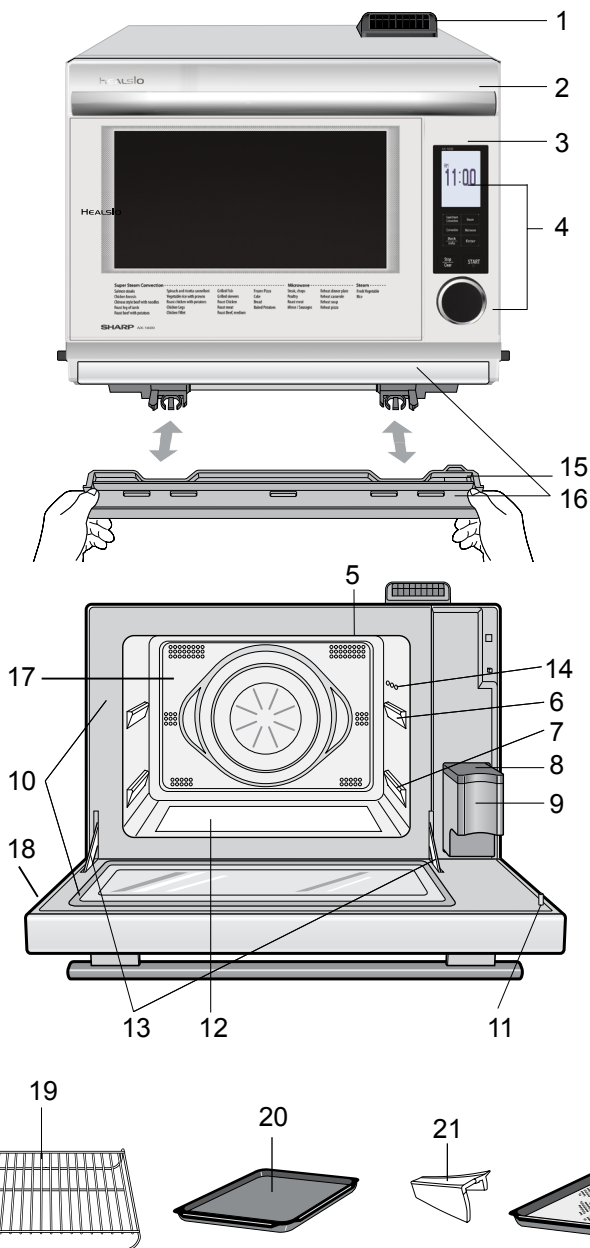
Sekiranya warna pada wayar di dalam saluran bekalan elektrik pada ketuhar adalah tidak sepadan dengan warna yang ditandakan pada palam, buat seperti berikut:

Wayar yang berwarna hijau-dan-kuning harus disambungkan kepada terminal pada palam yang bertanda huruf "E" ataupun bertanda bumi " ⏏ " ataupun berwarna hijau atau hijau-dan-kuning.

Wayar yang berwarna biru harus disambung kepada terminal yang bertanda huruf "N" atau berwarna biru.

Wayar yang berwarna coklat harus disambungkan kepada terminal yang bertanda huruf "L" atau berwarna coklat.

Gambaraajah Ketuhar



1. Bukaan pengudaraan
2. Pemegang bukaan pintu
3. Paparan LCD
4. Panel kawalan
5. Lampu ketuhar
6. Kedudukan atas
7. Kedudukan bawah
8. Tudung tangki air (lihat mukasurat M-6)
9. Tangki air (lihat mukasurat M-6)
10. Kedap pintu dan permukaan pengedapan
11. Selak
12. Lantai seramik ketuhar
13. Engsel pintu
14. Bukaan liang wap
15. Tudung dulang titisan (lihat mukasurat M-6)
16. Dulang titisan (lihat mukasurat M-6)
17. Ruang ketuhar
18. Pintu lutsinar

Aksesori

19. Rak
Untuk penggunaan SuperSteam Convection, Convection dan Steam.
Jangan gunakan untuk memasak dengan gelombang mikro.
Sentiasa letakkan di atas dulang pembakar
20. Dulang pembakar
Untuk penggunaan SuperSteam Convection, Convection, Steam dan fungsi Descale. Jangan gunakan untuk memasak dengan gelombang mikro.
21. Panduan hapuskapuram
22. Dulang kukus
Untuk mengukus. Anda juga boleh menggunakannya untuk SuperSteam Convection dan Convection. Jangan gunakan untuk memasak dengan gelombang mikro. Letakkan pada rak dalam dulang pembakar

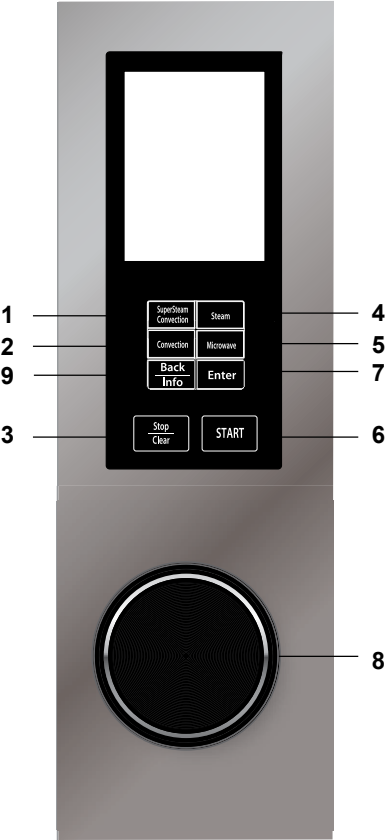
AMARAN:

Ruang ketuhar, pintu, cabinet luaran, aksesori dan masakan akan menjadi sangat panas, gunakan sarung tangan kering dan tebal untuk mengeluarkan masakan atau aksesori daripada ketuhar untuk mengelakkan daripada kecederaan.

KENDALIAN PANEL KAWALAN

Kendalian ketuhar adalah dikawal dengan menekan pad yang bersesuaian di atas permukaan panel kawalan. Setiap kali anda menekan panel kawalan untuk membuat pilihan, satu isyarat bunyi harus dapat didengari. Selain daripada itu, satu nada juga dapat didengari selama lebih kurang 2 saat di akhir jangkamasa masakan atau selama 4 saat apabila turutan masakan diperlukan.

Gambaraajah Panel Kawalan Dengan Sentuhan



1. Pad SuperSteam Convection (Perolakan SuperSteam)

Tekan untuk pilih masakan SuperSteam Convection. SuperSteam Convection mengandungi 2 pilihan; “memasak secara automatik” dan “memasak secara manual”.

2. Pad Convection (Perolakan)

Tekan untuk memilih masakan Convection secara manual. Tiada mod automatik untuk Convection.

3. Pad Stop/Clear (Berhenti/Padam)

Tekan untuk memadamkan sewaktu melakukan program. Tekan sekali untuk memberhentikan ketika memasak dan tekan dua kali jika ingin memadamkan program.

4. Pad Steam (Kukus)

Tekan untuk memilih masakan dengan cara mengukus. Mengukus mengandungi 2 pilihan; “memasak secara automatik” dan “memasak secara manual”.

5. Pad Microwave (Gelombang Mikro)

Tekan untuk memasak dengan menggunakan gelombang mikro. Gelombang mikro mengandungi 3 pilihan; “pencairan secara auto”, “pengesan panas semula” dan “memasak secara manual”

6. Pad Start (Mula)

Tekan untuk mula memasak selepas merekodkan program.

7. Pad Enter (Masukkan)

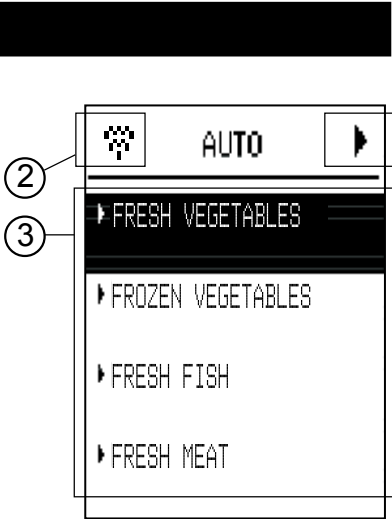
Tekan untuk pastikan pemilihan anda.

8. Tombol

Putarkan untuk memilih pilihan yang dikehendaki.

9. Pad Back/Info (Balik semula/maklumat)

Tekan untuk balik semula kepada halaman yang sebelumnya semasa melakukan program sebelum menekan pad START. Tekan untuk melakukan penyelenggaraan ketuhar anda, atau menyesuaikan.



① Anak panah menunjukkan lebih daripada satu halaman; apabila anda melihat anak panah, anda boleh memutar-tombol untuk bergerak ke belakang dan sebagainya di antara muka surat. Apabila terdapat tiada anak panah, anda boleh kembali ke halaman sebelumnya dengan menyentuh pad Back/Info.

② Ilustrasi di bahagian atas paparan menunjukkan mod memasak yang dipilih.



SuperSteam Convection telah dipilih.



Steam (mengukus) telah dipilih.



Gelombang mikro telah dipilih.



Convection (perolakan) telah dipilih.

③ Perkataan akan menyala di paparan untuk menunjukkan ciri-ciri dan arahan memasak.

ARAHAN PENTING

Baca Dengan Teliti Sebelum Memasak Dalam Olakan SuperSteam & Mengukus

TANGKI AIR

Mengisi tangki air dengan air suhu bilik yang sesuai untuk diminum (ditapis) adalah satu kemestian bagi Olakan SuperSteam dan Stim dalam Masakan Automatik dan Manual. Pastikan ikuti arahan di bawah.

1. Tarik tangki air ke arah anda untuk mengeluarkannya.
2. Cuci tangki air dan penutup bagi kali pertama. (Gambarajah 1)
3. Isikan tangki air dengan air suhu bilik yang sesuai untuk diminum (ditapis) melalui tudung bertanda 2 (tanda MAX) setiap kali anda mula memasak. (Gambarajah 2) Jangan isikan tangki air melebihi tahap tanda 2 (tanda MAX).
4. Pastikan penutup ditutup dengan rapi.
5. Pasangkan tangki air tersebut dengan rapi. (Gambarajah 3)
6. Kosong dan bersihkan tangki air dan penutupnya selepas memasak.

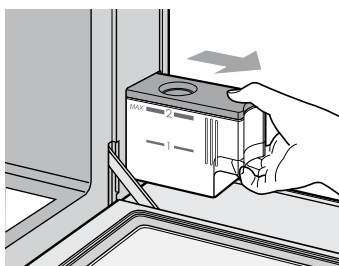


Figure 1

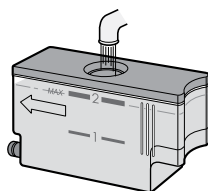


Figure 2

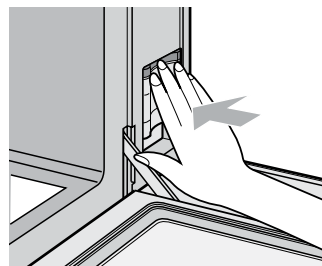


Figure 3

DULANG TITISAN

Pastikan dulang titisan berada ditempatnya semasa memasak dan patuhi arahan-arahan berikut:

Dulang titisan dan penutupnya disertakan dengan ketuhar. Letakkan dulang titisan dan penutupnya di bawah pintu ketuhar seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 4. Dulang titisan berfungsi untuk mengumpul pemeluwapan dari pintu ketuhar. Untuk mengalihkan dulang titisan: Tarik dulang tersebut ke arah anda dengan dua belah tangan.

*Pastikan air tidak menitis keluar sebelum mengalihkan dulang tersebut.

Untuk pengantian dulang titisan : Letakan dulang tersebut pada penyangkut pada sebelah kiri dan kanan di bawah ketuhar dan tolak dengan rapi seperti Gambarajah 4. Masukkan dulang tersebut secara mendatar apabila anda melampirinya. Penggunaan yang tidak wajar akan merosakkan penyangkut tersebut.

Jika "Replace drip tray" atau "Empty drip tray and replace" dipaparkan pada paparan, alihkan dulang tersebut dan masukkan semula dengan betul.

Kosongkan dulang titisan setiap kali selepas anda memasak. Kosongkan, bilaskan sehingga bersih, keringkan dan masukkan semula dulang tersebut. Kegagalan mengosongkan dulang akan mengakibatkan limpahan. Kerap memasak tanpa mengosongkan dulang akan menyebabkan limpahan.

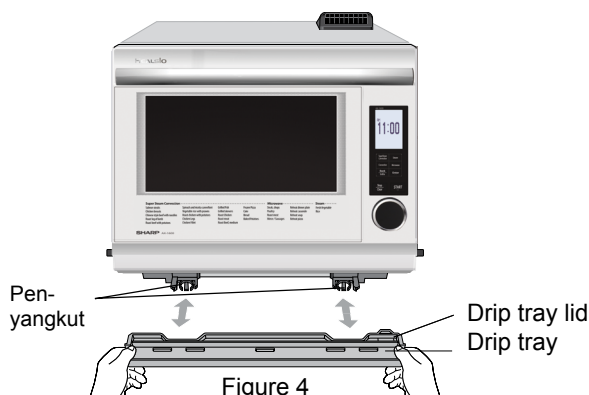


Figure 4

AMARAN:

1. Ketuhar akan menjadi sangat panas selepas memasak dan penyaliran fungsi air.
2. Jangan membuka ketuhar dengan muka anda berdekatan dengan ketuhar. Wap yang terlepas dari ketuhar boleh menyebabkan luka terbakar.
3. Pastikan bahawa ketuhar telah sejuk sebelum mengosongkan tangki air dan dulang titisan serta mengelap ruang ketuhar.
4. Jangan menyentuh secara langsung air yang bertakung di dalam dulang titisan dimana ia mungkin dalam keadaan panas.

Perolakan SuperSteam & Mengukus Dalam Mod Masakan Automatik Dan Manual

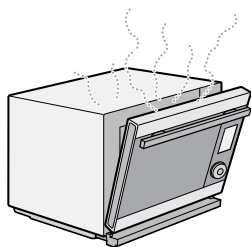
Sebelum Memasak

1. Pastikan tangki air diisi dengan air suhu bilik yang sesuai untuk diminum (ditapis) dan dipasang dengan rapi. (Sila rujuk kepada halaman M-6)
2. Pastikan dulang titisan kosong dipasang. (Sila rujuk kepada halaman M-6)
3. Letakkan makanan di dalam oven melainkan prapemanasan diperlukan. (Rujuk kepada setiap carta untuk memeriksa jika prapemanasan diperlukan dalam operasi automatik.)

Selepas Memasak

1. Setelah ketuhar menjadi sejuk, keluarkan dan mengosongkan tangki air, lap ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit, kemudian mengosongkan dulang titisan.
2. Lakukan fungsi Drain Water (pelepasan air) sekurang-kurangnya sekali sehari selepas menggunakan mod SuperSteam Convection (olakan) atau Steam (mengukus).
3. Periksa bahawa air tidak menitis sebelum mengeluarkan dulang titisan, sejumlah kecil air akan disalurkan ke dalam dulang titisan apabila tangki air dikeluarkan .

Membuka Pintu Ketuhar



Hinh 1

Anda boleh membuka pintu pada bahagian atas ketuhar untuk melepaskan wap panas, untuk menyejukkan atau mengeringkan ruang ketuhar seketika selepas memasak.

(Lihat Gambarajah 1)

AMARAN: Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda yang sangat mendekati ketuhar tersebut. Wap panas mungkin mengakibatkan kecederaan.

Nota: Elakkan daripada membuka dan menutup pintu ketuhar semasa memasak dimana suhu di dalam ruang ketuhar akan menurun secara mendadak, dan menjejaskan keputusan masakan.

ARAHAN PENTING

Fungsi Drain Water (Pelepasan Air)

Lakukan fungsi Drain Water (pelepasan air) sekurang-kurangnya sekali sehari selepas menggunakan mod SuperSteam Convection (olakan) atau Steam (mengukus). Ia mengambil masa lebih kurang 8 minit.

Fungsi pelepasan air ini agak berguna untuk mencegah daripada pembentukan skala dan penggunaan air basi. Ia menyebabkan penyejatan sistem stim dalaman.

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih DRAIN WATER dan tekan Enter



2 Pastikan tangki air telah dialihkan dan tekan START

START

3 Setelah ketuhar menjadi sejuk, lapkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titis

NOTA:

Tangki air mesti dialihkan sebelum melakukan atur-

Fungsi Descale (Penanggalan Kerak/Hapuskapuran)

Bijirin putih atau kelabu, juga dikenali sebagai kerak, boleh terbentuk dalam litar air di dalam ketuhar semasa penjaan wap, yang boleh menyebabkan ketuhar mengalami kerosakan.

Apabila DESCALING IS NECESSARY (penanggalan kerak atau hapuskapuran diperlukan) dipaparkan pada paparan, pastikan fungsi Descale (penanggalan kerak) dilaksanakan dengan segera. Ia mengambil masa kira-kira 1 jam.

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih DESCAL dan tekan Enter



2 Asid sitrik tulen, yang boleh didapati di sebahagian kedai-kedai ubat, atau 100% jus lemon yang dibotolkan tanpa pulpa boleh digunakan untuk menanggalkan kerak. Pilih antara satu dan menyediakan penyelesaian hapuskapuran. Bagi menggunakan asid sitrik tulen, cairkan 1 sudu besar hablur asid sitrik tulen dengan 500ml air di dalam bekas yang tidak berliang. Kacau dengan sekatanya dan tuangkan ke dalam tangki air ketuhar.

Bagi menggunakan 100% jus lemon yang dibotolkan, periksa samada mengandungi pulpa ataupun tidak. Jika terdapat pulpa atau anda tidak dapat memastikannya, tapis dengan penapis yang halus. Ukur 70ml jus yang tertapis itu dan dicampurkan dengan air 500ml. Kacau dengan sekatanya dan tuangkan ke dalam tangki air ketuhar.

Letakkan tangki air pada ketuhar dengan betul dan menolaknya tegas ke tempatnya.

3 Letakkan dulang pembakar di peringkat atasan.

Letakan panduan hapuskapuran di pinggir sebelah kanan dulang pembakar seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 1. Tekan ke bawah tepi sebelah kanan panduan hapuskapuran untuk memasukkan unjuran antara dinding dan dulang pembakar seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 2. Periksa bahawa tepi pinggir panduan hapuskapuran adalah di bawah semua liang pelepasan wap / kepala skru seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 3.

4 Jangan meletakkan sebarang makanan di dalam ketuhar. Tekan START untuk mulakan hapuskapuran.

START

5 Apabila oven telah berhenti dan menjadisejuk, keluarkan tangki air, kosong, bilas dan isi semula dengan air suhu bilik yang sesuai untuk minum (ditapis). Letak balik tangki air. Keluarkan panduan hapuskapuran seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 4. Keluarkan dulang pembakar, kosong, bilas dan keringkan. Ikut langkah 3 untuk menggantikan dulang pembakar dan panduan hapuskapuran. Tekan START. Proses membilas akan bermula.

START

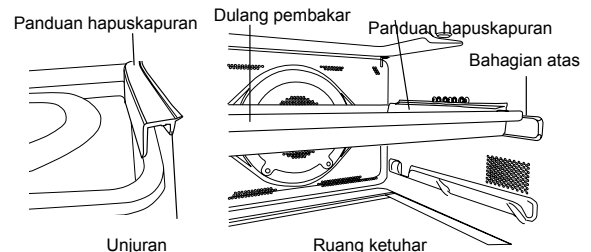
6 Selepas proses membilas tamat dan ketuhar menjadi sejuk, alihkan tangki air dan kosongkannya. Kemudiannya alihkan panduan hapuskapuran seperti yang ditunjukkan dalam Gambarajah 4. Alihkan dulang pembakar dan kosongkannya. Lapkan ruang ketuhar sehingga kering. Tunggu beberapa minit kemudian dan kosongkan dulang titisan.

AMARAN:

Kawasan sekeliling liang pelepasan wap akan menjadi panas. Berwaspada dan berhati-hati apabila pasang atau buka panduan hapuskapuran.

NOTA :

Lampu ketuhar akan padam selepas tekan ENTER pada langkah 1.

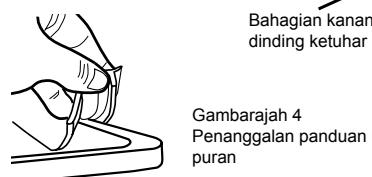


Gambarajah 1

Gambarajah 2



Gambarajah 3



Gambarajah 4
Penanggalan panduan hapuskapuran

Sebelum Kendalian

- Sebelum mengendalikan ketuhar Superheated Steam anda, pastikan anda telah membaca dan faham panduan operasi ini dengan sepenuhnya.
- Sebelum menggunakan ketuhar ini, sila patuhi aturcara berikut:
 1. Letakan dulang titisan dengan betul. Lihat halaman M-6.
 2. Rujuk yang tersebut dibawah untuk memulakannya.
 3. Ikut arahan seperti di sebelah kanan untuk membersihkan ketuhar untuk penggunaan buat kali pertama.

Memulakan Kendalian

Ketuhar anda mempunyai mod penjimatan tenaga. Kemudahan ini menjimatkan penggunaan elektrik jika ketuhar tidak beroperasi.

ATURCARA

- 1** Palamkan ketuhar pada soket bekalan elektrik. Tiada sebarang paparan buat masa ini.
- 2** Buka pintu ketuhar. Paparan menunjukkan ENERGY SAVE MODE (mod penjimatan tenaga).
- 3** Tutup pintu ketuhar. Sekarang anda boleh sedia menggunakannya.

AWAS:

Dalam Energy Save Mode (mod penjimatan tenaga), sekiranya anda tidak mengendalikan ketuhar dalam masa 3 minit atau lebih (seperti, selepas menutup pintu ketuhar, atau selepas memasak), anda tidak dapat mengendalikan ketuhar tersebut sehingga anda buka dan tutup pintu ketuhar.

NOTA:

Apabila anda menetapkan Child Lock atau Demonstration Mode (mod demonstrasi), mod penjimatan tenaga akan dibatalkan buat seketika.

Berhenti/Padam

1. Tekan Stop/Clear jika anda membuat pengaturcaraan yang silap.
2. Memberhentikan operasi ketuhar seketika semasa memasak.
3. Balik kepada halaman utama (paparan ENERGY SAFE MODE).
4. Tekan dua kali untuk membatalkan program

Balik Semula

1. Tekan Back/Info jika anda ingin kemdali ke halaman yang sebelumnya semasa pengaturcaraan sebelum menekan START.
2. Selepas menekan START, ia sudah tidak boleh kembali ke halaman yang sebelumnya.

BERSIHKAN KETUHAR SEBELUM PENGGUNAAN KALI PERTAMA.

Penjana wap memanaskan air dimana ia digunakan dalam masakan. Ia seharusnya dibersihkan sebelum penggunaan buat kali pertama untuk menghilangkan bau di dalam ruang ketuhar. Bersihkan ketuhar dengan SuperSteam Convection Grill dalam operasi manual selama 20 minit tanpa prapanas dan makanan. Anda mungkin dapati sedikit asap atau bau semasa proses ini. Ini adalah keadaan biasa. Ketuhar ini tidak mengalami sebarang kerosakkan.

PERSEDIAAN

1. Pengudaran bilik.
2. Pastikan tangki air diisi dengan air yang sesuai diminum (ditapis) dan dipasang dengan betul.
3. Pastikan dulang titisan yang kosong dipasangkan.

ATURCARA

- 1** Tekan SuperSteam Convection, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.

- 2** Putarkan tombol untuk memilih SUPER STEAM GRILL dan tekan ENTER.

- 3** Putarkan tombol untuk memilih WITHOUT PREHEAT dan tekan ENTER.

- 4** Putarkan tombol dan masukkan jangka masa masak (20 minit) dan tekan ENTER.


AMARAN:

1. Pintu ketuhar, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas.
2. Jangan membuka pintu ketuhar semasa muka anda mendekatnya. Wap yang terlepas daripada ketuhar mungkin menyebabkan kecederaan.

MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Operasi automatik disediakan pada SuperStem Convection (perolakan SuperSteam), Steam (mengukus) dan Microwave (gelombang mikro). Rujuk kepada setiap fungsi dengan selanjutnya.

Perolakan SuperSteam

SuperSteam Convection mempunyai 4 pilihan : Complete Meal (Hidangan Lengkap), Grill (Grill), Roast (Memanggang) dan Bake (Membakar).

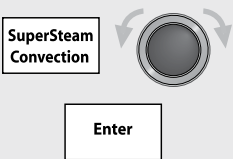
Sila rujuk kepada Carta SuperSteam Convection untuk keterangan lanjut pada halaman M-32-42.

MAKANAN SEIMBANG

*Andai anda ingin memasak makanan seimbang yang disumbat dengan lada merah dengan beras perang dengan masa standard.

ATURCARA

- 1 Tekan SuperSteam Convection, putarkan tombol untuk memilih AUTO dan tekan ENTER.



- 2 Putarkan tombol untuk memilih Complete MEALS dan tekan ENTER.



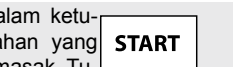
- 3 Putarkan tombol untuk memilih SALMON STEAKS WITH POTATO BAKE dan tekan ENTER.



- 4 Pastikan STANDARD dipilih dan kemudian tekan ENTER.



- 5 Masukkan makanan ke dalam ketuhar dengan mengikut arahan yang dipaparkan pada carta memasak. Tutup pintu ketuhar. Tekan START.



- 6 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.

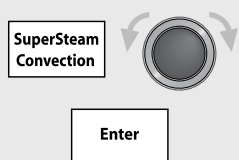


GRILL : ROAST : BAKE

*Andai anda ingin memasak 4 ketul kentang bakar dengan masa yang Standard.

ATURCARA

- 1 Tekan SuperSteam Convection, putarkan tombol untuk memilih AUTO dan tekan ENTER.



- 2 Putarkan tombol untuk memilih BAKE dan tekan ENTER.



- 3 Putarkan tombol untuk memilih BAKE POTATOES dan tekan ENTER.



- 4 Putarkan tombol untuk bilangan (4 ketul) dan tekan ENTER.



- 5 Pastikan STANDARD dipilih dan kemudiannya tekan ENTER.



- 6 Tekan START untuk prapanas. Tiada makanan di dalam ketuhar.

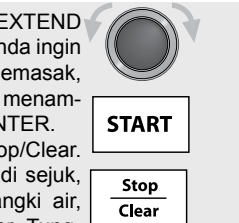


- 7 Selepas prapanas, letakkan makanan ke dalam ketuhar dengan arahan yang dipaparkan di dalam carta memasak. Tutup pintu ketuhar.

- 8 Tekan STRAT.



- 8 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.



MEMASAK SECARA AUTOMATIK

NOTA:

1. Masukkan berat atau bilangan makanan sahaja (melainkan Makanan Seimbang, Kek dan Roti pada BAKE). Jangan sertakan berat bekas.
2. Untuk makanan yang berkeberatan lebih atau kurang daripada keberatan yang dinyatakan dalam carta memasak, masak secara manual.
3. Jika pintu ketuhar tidak dibuka selepas proses prapanas, ketuhar akan menggekal suhu prapanas selama 30 minit dan kemudiannya akan paparkan "ENERGY SAVE MODE".
4. Sentiasa mematuhi arahan yang dipaparkan.
5. Masa untuk aturcara memasak adalah masa purata. Untuk melanjutkan masa memasak yang telah diprogramkan dalam memasak secara automatik, sila rujuk kepada LANJUTAN MASA SETELAH MEMASAK pada halaman M-21.
6. Kesemua pilihan boleh diaturcarakan dengan Pelarasan Masa Lebih atau Kurang. Lihat halaman M-21.
7. Tutupkan pintu. Sekiranya pintu terbuka sewaktu memasak, wap panas akan terlepas dan memerlukan masa yang lebih panjang diperlukan dalam SuperSteam Convection(olakan SuperSteam) dan Steam (mengukus).

8. Jumlah air di dalam tangki cukup untuk satu masakan. Tidak perlu menambahkan air semasa memasak.
9. Semasa atau selepas memasak, kondensasi mungkin wujud pada pintu, dinding dan lantai ketuhar. Keringkan dengan kain yang lembut.
10. Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda mendengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.

AMARAN:

1. Pintu, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas. Gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal semasa menambah atau mengalihkan makanan untuk mencegah daripada kecederaan.
2. Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda berdekatan. Wap panas akan menyebabkan kecederaan.

MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Steam (Mengukus)

Steam (mengukus) mempunyai 6 pilihan : Fresh Veg 1 (sayuran segar 1), Fresh Veg 2 (sayuran segar 2), Fresh Fish/Prawns (ikan/udang segar), Frozen Convenience (kemudahan beku) dan Rice (beras).

Rujuk kepada carta mengukus untuk maklumat selanjutnya pada halaman M-43.

*Andai anda ingin memasak 0.3 kg untuk Fresh Veg 1 dengan masa yang STANDARD.

ATURCARA

1 Tekan Steam, putarkan tombol untuk memilih AUTO dan tekan ENTER.



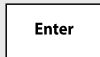
2 Putarkan tombol untuk memilih FRESH VEGETABLE dan tekan ENTER.



3 Putarkan tombol untuk memilih jumlah atau kuantiti berat (0.3 kg) dan tekan ENTER.



4 Pastikan STANDARD dipilih dan kemudian tekan ENTER.



5 Masukkan makanan ke dalam ketuhar. Tutup pintu ketuhar. Tekan START.



6 Selepas memasak, EXTEND akan muncul. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.



NOTA:

1. Masukkan berat atau bilangan makanan sahaja (melainkan Makanan Seimbang, Kek dan Roti pada BAKE). Jangan sertakan berat bekas.
2. Untuk makanan yang berkeberatan lebih atau kurang daripada keberatan yang dinyatakan dalam carta memasak, masak secara manual.
3. Masa untuk aturcara memasak adalah masa purata. Untuk melanjutkan masa memasak yang telah diprogramkan dalam memasak secara automatik, sila rujuk kepada LANJUTAN MASA SETELAH MEMASAK pada halaman M-21.
4. Kesemua pilihan boleh diaturcarakan dengan Pelarasan Masa Lebih atau Kurang. Lihat halaman M-21.
5. Tutupkan pintu. Sekiranya pintu terbuka sewaktu memasak, wap panas akan terlepas dan memerlukan masa yang lebih panjang diperlukan.
6. Jumlah air di dalam tangki cukup untuk satu masakan. Tidak perlu menambahkan air semasa memasak.
7. Semasa atau selepas memasak, kondensasi mungkin wujud pada pintu, dinding dan lantai ketuhar. Keringkan dengan kain yang lembut.
8. Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda mendengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.

AMARAN:

1. Pintu, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas. Gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal semasa menanam atau mengalihkan makanan untuk mencegah daripada kecederaan.
2. Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda berdekatan. Wap panas akan menyebabkan kecederaan.

MEMASAK SECARA AUTOMATIK

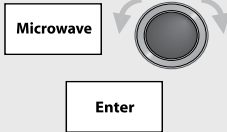
Microwave (Gelombang Mik

AUTO DEFROST (Penyahbeku Automatik)

Auto Defrost (penyahbeku automatik) menyahbeku kesemua jenis makanan yang tersenarai pada carta Auto Defrost pada halaman M-44.

*Andai anda ingin menyahbeku steak 0.5 kg dengan masa yang STANDARD.

ATURCARA

- 1 Tekan Microwave, putarkan tombol untuk memilih AUTO DEFROST dan tekan ENTER.

- 2 Putarkan tombol untuk memilih makanan yang dikehendaki STEAKS, CHOPS dan tekan ENTER.

- 3 Putarkan tombol untuk memilih jumlah kuantiti yang dikehendaki (0.5 kg) dan tekan ENTER.

- 4 Pastikan STANDARD dipilih dan kemudian tekan ENTER.

- 5 Tekan START

- 6 Ketuhar akan berhenti dan arahan akan dipaparkan. Ikut arahan yang dipaparkan. Tutup pintu ketuhar. Tekan START.

- 7 Selepas memasak, EXTEND akan muncul. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear.


NOTA:

1. Masukkan berat atau bilangan makanan sahaja. Jangan sertakan berat bekas.
2. Sebarang pilihan Auto Defrost boleh diaturcarakan dengan penyelarasan masa lebih atau kurang. Sila rujuk halaman M-21.
3. Untuk menyahbeku makanan lain atau berat makanan lebih atau kurang dari yang dibenarkan pada Panduan Menu Auto Defrost, gunakan masa dan 30% kuasa gelombang mikro. Sila rujuk Microwave (gelombang mikro) pada halaman M-21.
4. Jangkamasa pengaturcaraan penyahbekuan adalah masa purata. Untuk melanjutkan masa penyahbekuan yang telah diaturcarakan, sila rujuk pada halaman M-21.
5. Jangan gunakan dulang membakar, dulang mengukus atau sebarang rak besi.

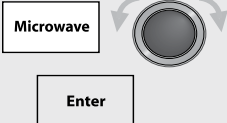
SENSOR REHEAT (Pengesan Panas Semula)

Sensor Reheat (pengesan panas semula) memanaskan kesemua jenis makanan yang tersenarai pada carta Sensor Reheat pada halaman M-42.

NOTA KHAS untuk SENSOR REHEAT:

1. Lapkan sebarang kelembapan dari bekas luaran makanan dan ruang dalaman ketuhar dengan kain kering atau tuala kertas untuk panas semula.
 2. Selepas ketuhar dipalamkan, tunggu dalam masa 2 minit sebelum menggunakannya.
 3. SENSOR ERROR (kegagalan pengesan) akan dipaparkan jika:
(a) Alat pengesan tersebut tidak dapat mengesan sebarang wap.
(b) Pintu terbuka atau pad Stop/Clear ditekan sebelum masa memasak dipaparkan.
- Untuk padamkan, tekan pad Stop/Clear dan panas semula dengan secara manual.
- *Andai anda ingin memanaskan semula 4 cawan sup dengan masa yang STANDARD.

ATURCARA

- 1 Tekan Microwave, putarkan tombol untuk memilih SENSOR REHEAT dan tekan ENTER.

- 2 Putarkan tombol untuk memilih makanan yang dikehendaki Soup dan tekan ENTER.

- 3 Pastikan STANDARD dipilih dan kemudian tekan ENTER.

- 4 Tekan START.
Apabila pengesan mengesan wap daripada makanan, baki masa panas semula akan dipaparkan.

- 5 Selepas memasak, ikut mesej yang ditunjukkan.

NOTA:

1. Ia tidak semestinya memasukkan berat makanan.
2. Sebarang pemilihan Sensor Reheat boleh diaturcarakan dengan Penyelarasan Masa Lebih atau Kurang. Sila rujuk halaman M-21.
3. Untuk memanaskan semula makanan yang tidak tersenarai dalam carta Sensor Reheat, panaskan secara manual. Rujuk pada halaman M-20.
4. Apabila memanaskan semula dengan kuantiti makanan yang sedikit, makanan tersebut mungkin dipanaskan tanpa memaparkan baki masa semasa proses panas semula.
5. Jangan gunakan dulang membakar, dulang mengukus atau sebarang rak besi.

MEMASAK SECARA MANUAL

Memasak secara manual merupakan antara pilihan di dalam Super Steam Convection (Perolakan SuperSteam) , Convection (Perolakan), Stem (Mengukus) dan Microwave (Gelombang Mikro) .

Sila rujuk kepada Carta Memasak Secara Manual. Carta tersebut memberi maklumat pada setiap tetapan.

Carta Memasak Secara Manual (Manual Cooking Chart)

		Prapanas	Julat Suhu	Penyelarasan suhu semasa memasak	Julat masa	Memasak 2 lapis
Perolakan SuperSteam	Membakar	Ya atau Tidak	100 - 250°C	YA	0 - 2h30m	YA
	Grill	Ya atau Tidak	-	-	0 - 2h30m	Tidak
	Kek	Ya atau Tidak	100 - 250°C	YA	0 - 2h30m	YA
	Roti	Ya atau Tidak	100 - 250°C	YA	0 - 2h30m	YA
Perolakan	Oven	Ya atau Tidak	100 - 250°C	YA	0 - 2h30m	YA
	Grill	Ya atau Tidak	-	-	0 - 2h30m	Tidak
Mengukus	High	Tidak	-	-	0 - 35m	Tidak
	Low	Tidak	-	-	0 - 45m	Tidak
	Reheat	Tidak	-	-	0 - 35m	Tidak
	Proof	Tidak	40°C	-	0 - 2h30m	Tidak
Gelombang Mikro	Manual	-	10 - 100% kuasa	-	0 - 1h30m	Tidak

*Suhu prapanas adalah dalam masa 30 minit.

Input Masa Untuk Memasak

Jangkamasa ketuhar anda boleh diaturcarakan sehingga 2 jam 30 minit bergantung kepada mod memasak. Rujuk kepada CARTA MEMASAK SECARA MANUAL. Unit input dinaikan dari 5 saat sehingga 5 minit, bergantung kepada jumlah jangkamasa dan mod masakan yang ditunjukkan seperti di bawah.

Input Suhu

Suhu ketuhar anda boleh diaturcarakan dari 100 °C hingga 250 °C, dimana ia boleh dilaras setiap 10 °C dengan penetapan pada 180 °C.

ITEM	LANGKAH INPUT
Suhu	10 °C setiap langkah (penetapan pada 180 °C)
Jangkamasa memasak selain daripada Gelombang Mikro	0 – 15 min : 30 saat setiap langkah 15 minit – 1 jam : 1 minit setiap langkah 1 jam – Max : 5 minit setiap langkah
Jangkamasa memasak Gelombang mikro	0 – 2 minit : 5 saat setiap langkah 2 – 5 minit : 10 saat setiap langkah 5 – 10 minit : 30 saat setiap langkah 10 – 30 minit : 1 minit setiap langkah 30 – 90 minit : 5 minit setiap langkah

MEMASAK SECARA MANUAL

Perolakan SuperSteam

Manual Perolakan SuperSteam mempunyai 4 pilihan:

SuperSteam Bake/Roast (SuperSteam membakar), SuperSteam Grill (grill SuperSteam), SuperSteam Bread (roti SuperSteam), dan setiap pilihan mengandungi 2 pilihan, dengan prapanas atau tidak.

Gunakan Perolakan SuperSteam untuk mengekalkan kelembapan dan luaran yang ranggup perang. Rujuk kepada buku masakan yang berasingan, memastikan menu yang sesuai dan ikuti arahan-arahan daripada SHARP.

SUPERSTEAM BAKE/ROAST – SUPERSTEAM KEK – SUPERSTEAM BREAD

Gunakan mod-mod ini untuk memanggang daging dan ayam dan membakar kek/roti dengan wap lampau panas. Dengan kawalan secara automatik wap lampau panas ini, makanan akan mengekalkan kelembapan disamping luaran yang ranggup perang.

Mod-mod ini boleh diaturcarakan sehingga 2 jam 30 minit (2H30). Suhu ketuhar boleh ditetapkan diantara 100°C dan 250°C dalam 10°C setiap langkah.

*Andai anda ingin memasak selama 1 jam dan 10 minit dengan SuperSteam Bake/Roast (dengan prapanas) pada 160°C.

8 Tekan START.

START

9 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER.

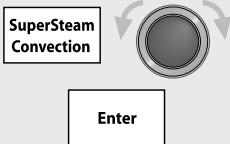
Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.

START

Stop
Clear

ATURCARA

- 1 Tekan SuperSteam Convection, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



- 2 Putarkan tombol untuk memilih SUPER STEAM BAKE/ROAST dan tekan ENTER.



- 3 Putarkan tombol untuk memilih WITH PREHEAT dan tekan ENTER.



- 4 Putarkan tombol sehingga suhu yang dikehendaki 160°C dan tekan Enter



- 5 Putarkan tombol untuk jangka-masa memasak yang dikehendaki iaitu 1 jam 10 minit.



- 6 Tekan START untuk prapanas. Tiada makanan di dalam ketuhar.

START

- 7 Selepas prapanas tamat, masukan makanan ke dalam ketuhar. Tutup pintu.

MEMASAK SECARA MANUAL

SUPER STEAM GRILL (MEMANGGANG DENGAN WAP LAMPAU PANAS)

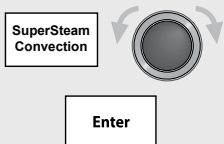
Gunakan mod ini untuk memanggang daging / ayam / snak siap-sedia dengan wap lampau panas. Dengan kawalan secara automatik, masakan wap lampau panas ini dapat mengekalkan kelembapan dengan luaran yang ranggup perang.

Mod ini boleh diaturcarakan sehingga 2 jam 30 minit (2H30).

*Andai anda ingin memasak dengan jangka masa 15 minit pada Super Steam Grill (dengan prapanas)

ATURCARA

- 1** Tekan SuperSteam Convection, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



- 2** Putarkan tombol untuk memilih SUPER STEAM GRILL dan tekan ENTER.



- 3** Putarkan tombol untuk memilih WITH PREHEAT dan tekan ENTER.



- 4** Putarkan tombol untuk jangka masa memasak yang dikehendaki iaitu 15 minit.



- 5** Tekan START untuk prapanas. Tiada makanan di dalam ketuhar.



- 6** Selepas prapanas tamat, masukan makanan ke dalam ketuhar. Tutup pintu.

- 7** Tekan START.



- 8** Selepas memasak, EXTEND akan muncul. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titis.



NOTA:

1. Jika pintu ketuhar tidak dibuka selepas prapanas, ketuhar akan mengekalkan suhu prapanas untuk 30 minit dan kemudiannya "ENERGY SAVE MODE" (mod penjimatan tenaga) akan dipaparkan.
2. Untuk pengaturcaraan prapanas sahaja, tekan STAR selepas memasukkan suhu prapanas yang dikehendaki. Untuk Super Steam Grill, tekan START selepas memilih WITH PREHEAT. Prapanas akan bermula. Apabila ketuhar mencapai suhu yang telah diaturcarakan, ikuti mesej yang dipaparkan.
3. Untuk melanjutkan jangka masa memasak, sila rujuk kepada LANJUTAN MASA SETELAH MEMASAK pada halaman m-21.
4. Sentiasa tutupkan pintu. Sekiranya pintu terbuka sewaktu memasak, wap panas akan terlepas dan masa yang lebih panjang diperlukan.
5. Jumlah air di dalam tangki cukup untuk satu masakan. Tidak perlu menambahkan air semasa memasak.
6. Semasa atau selepas memasak, kondensasi mungkin wujud pada pintu, dinding dan lantai ketuhar. Keringkan dengan kain yang lembut.
7. Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda akan dengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.

AMARAN:

1. Pintu, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas. Gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal semasa menambah atau mengalihkan makanan untuk mencegah daripada kecederaan.
2. Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda berdekatan. Wap panas akan menyebabkan kecederaan.

MEMASAK SECARA MANUAL

Perolakan

Perolakan secara manual (Manual Convection) mempunyai 2 fungsi, Oven dan Grill, setiap fungsi mempunyai 2 pilihan, With Preheat (dengan prapanas) atau Without Preheat (tanpa prapanas).

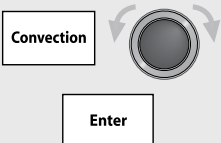
Penggunaan perolakan (Convection) seperti mana anda menggunakan ketuhar biasa. Ia tidak perlu untuk menukar jangka-masa memasak. Mod ini boleh diaturcarakan sehingga 2 jam 30 minit (2H30). Suhu ketuhar boleh juga ditetapkan diantara 100°C dan 250°C dengan 10°C setiap langkah. Memanggang (Grill) merupakan suhu pra-tetapan, dimana suhu ketuhar tidak boleh diubah.

OVEN

*Andai anda ingin memasak dengan jangka-masa 10 minit pada Oven (dengan prapanas) 250°C.

ATURCARA

- 1** Tekan Convection, putarkan tombol untuk memilih OVEN dan tekan ENTER.



- 2** Putarkan tombol untuk memilih WITH PREHEAT dan tekan ENTER.



- 3** Putarkan tombol untuk memilih suhu yang dikehendaki 250°C. Tekan Enter.



- 4** Putarkan tombol untuk jangka-masa memasak yang dikehendaki iaitu 10 minit.



- 5** Tekan START untuk prapanas. Tiada makanan di dalam ketuhar.

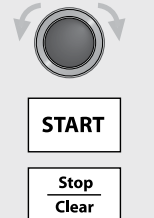


- 6** Selepas prapanas tamat, masukkan makanan ke dalam ketuhar. Tutup pintu.

- 7** Tekan START.



- 8** Selepas memasak, EXTEND akan muncul. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan START. Jika tidak, tekan Stop/Clear.



GRILL (Memanggang)

* Andai anda ingin memasak dengan jangka-masa 20 minit pada Grill (dengan prapanas) 250°C.

ATURCARA

- 1** Tekan Convection, putarkan tombol untuk memilih GRILL dan tekan ENTER.



- 2** Putarkan tombol untuk memilih WITH PREHEAT dan tekan ENTER.



- 3** Putarkan tombol untuk jangka-masa memasak yang dikehendaki iaitu 20 minit



- 4** Tekan START untuk prapanas. Tiada makanan di dalam ketuhar.

START

- 5** Selepas prapanas tamat, masukkan makanan ke dalam ketuhar. Tutup pintu.

- 6** Tekan START.

START

- 7** Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan START. Jika tidak, tekan Stop/Clear.



AMARAN:

1. Pintu, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas. Gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal semasa menambah atau mengalihkan makanan untuk mencegah daripada kecederaan.
2. Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda berdekatan. Wap panas akan menyebabkan kecederaan.

NOTA:

1. Jika pintu ketuhar tidak dibuka selepas prapanas, ketuhar akan mengekalkan suhu prapanas untuk 30 minit dan kemudiannya "ENERGY SAVE MODE" (mod penjimatan tenaga) akan dipaparkan.
2. Untuk pengaturcaraan prapanas sahaja, tekan STAR selepas memasukkan suhu prapanas yang dikehendaki. Untuk Grill, tekan START selepas memilih WITH PREHEAT . Prapanas akan bermula. Apabila ketuhar mencapai suhu yang telah diaturcarakan, ikuti mesej yang dipaparkan.
3. Untuk melanjutkan jangka-masa memasak, sila rujuk kepada LANJUTAN MASA SETELAH MEMASAK pada halaman M-21.
4. Sentiasa tutupkan pintu. Sekiranya pintu terbuka sewaktu memasak, wap panas akan terlepas dan masa yang lebih panjang diperlukan.
5. Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda akan dengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.

MEMASAK SECARA MANUAL

Steam (Mengukus)

STEAM (mengukus) terdapat 4 fungsi : Steam High, Steam Low, Steam Reheat dan Proof.

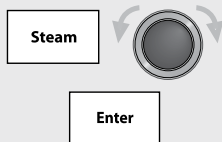
STEAM HIGH – STEAM LOW

Guna Steam High untuk mengukus makanan seperti ayam atau sayuran. Guna Steam Low untuk mengukus ikan atau kastard telur. Dengan mod Steam Low, jangkamasa memasak adalah panjang sedikit dibandingkan dengan mod Steam High. Mengukus memasak makanan dengan lembut tanpa merosakkan rupabentuk, warna atau baunya. Steam High boleh diaturcarakan sehingga 35 minit (35.00). Steam Low boleh diaturcarakan sehingga 45 minit (45.00).

*Andai anda ingin memasak 20 minit dengan Steam High.

ATURCARA

1 Tekan Steam, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



2 Putarkan tombol untuk memilih STEAM HIGH dan tekan ENTER.



3 Putarkan tombol untuk memilih jangkamasa memasak yang dikehendaki iaitu 20 minit.



4 Masukkan hidangan ke dalam ketuhar. Tekan START.



5 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.



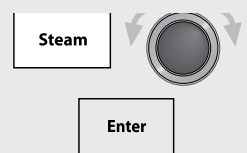
STEAM REHEAT

Guna Steam Reheat (panas semula dengan mengukus) untuk memanaskan hidangan makanan tanpa mengeringkannya. Gunakan bekas logam untuk memanaskan semula makanan dengan Steam Reheat. Jangkamasa memasak adalah lebih panjang berbanding dengan ketuhar gelombang mikro. Steam Reheat boleh diaturcarakan sehingga 35 minit (35.00).

*Andai anda ingin memasak 20 minit dengan Steam Reheat.

ATURCARA

1 Tekan Steam, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



2 Putarkan tombol untuk memilih STEAM REHEAT dan tekan ENTER.



3 Putarkan tombol untuk memilih jangkamasa memasak yang dikehendaki iaitu 20 minit.



4 Masukkan hidangan ke dalam ketuhar. Tekan START.



5 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.



MEMASAK SECARA MANUAL

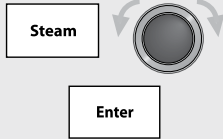
PROOF

Gunakan Proof untuk mempercepat proses menaikkan adonan roti biasa atau roti yis manis. Proof boleh diatur-carakan sehingga 2 jam 30 minit (2H30).

*Andai anda ingin melakukan proof untuk 20 minit.

ATURCARA

1 Tekan Steam, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



2 Putarkan tombol untuk memilih PROOF dan tekan ENTER.



3 Putarkan tombol untuk memilih jangkamasa memasak yang dikehendaki iaitu 20 minit.



4 Tekan START.



5 Selepas memasak, EXTEND akan dipaparkan. Jika anda ingin melanjutkan masa memasak, putarkan tombol untuk menambah masa dan tekan ENTER. Jika tidak, tekan Stop/Clear. Selepas ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, bersihkan ruang ketuhar. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan



NOTA:

1. Untuk melanjutkan jangkamasa mengukus, sila rujuk kepada LANJUTAN MASA SETELAH MEMASAK pada halaman M-21.
2. Tutupkan pintu. Sekiranya pintu terbuka sewaktu memasak, wap panas akan terlepas dan masa yang lebih panjang diperlukan.
3. Jumlah air di dalam tangki cukup untuk satu masakan. Tidak perlu menambahkan air semasa memasak.
4. Semasa atau selepas memasak, kondensasi mungkin wujud pada pintu, dinding dan lantai ketuhar. Keringkan dengan kain yang lembut.
5. Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda akan dengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.

AMARAN:

1. Pintu, kabinet luar dan ruang ketuhar akan menjadi panas. Gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal semasa menambah atau mengalihkan makanan untuk mencegah daripada kecederaan.
2. Jangan membuka pintu ketuhar dengan muka anda berdekatan. Wap panas akan menyebabkan kecederaan.

MEMASAK SECARA MANUAL

Microwave (Gelombang Mikro)

Gelombang Mikro merupakan kaedah senang dan pantas untuk memasak, memanaskan hidangan dan penyahbekuan.

Ia mempunyai 6 tahap kuasa yang berbeza.

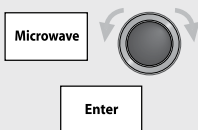
Tahap Kuasa	Contoh
100%	Daging mentah, Sayuran, Beras atau Pasta
70%	Makanan lembut seperti Telur atau Makanan Laut
50%	
30%	Penyahbekuan, Melembutkan majerin.
10%	Kekalkan kepanasan makanan
0%	

Tahap kawalan yang berbeza ini membenarkan anda memasak mengikut kadar tenaga gelombang mikro yang dikehendaki.

*Andai anda ingin memasak dengan tahap kuasa 100% dalam masa 5 minit.

ATURCARA

1 Tekan Microwave, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



2 Putarkan tombol untuk memilih jangka masa memasak yang dikehendaki iaitu 5 minit. Tekan START.



Untuk menukar tahap kuasa, putarkan tombol. Untuk merendahkan tahap kuasa, putarkan tombol ke arah kiri.

*Andai anda ingin menyahbeku dengan tahap kuasa 30% dalam jangka masa 5 minit.

ATURCARA

1 Tekan Microwave, putarkan tombol untuk memilih MANUAL dan tekan ENTER.



2 Putarkan tombol untuk memilih penyahbekuan (defrosting) selama 5 minit.



3 Putarkan tombol untuk memilih tahap kuasa 30%



4 Tekan START.

START

NOTA:

- Selepas memasak, mungkin "Now Cooling" akan dipaparkan. Ketuhar akan sejuk secara automatik dan anda akan dengar bunyi kipas penyejuk. Kipas penyejuk akan berfungsi selama 13 minit bergantung kepada suhu dan bahagian ketuhar.
- Jangan gunakan dulang membakar, dulang mengukus dan rak-rak besi.

Petunjuk:

Untuk memasak kek atau daging cincang gulung, letakan bekas pusing-atas yang cetek kalis-haba.

CIRI-CIRI KEMUDAHAN YANG LAIN

Penyelarasan Jangkamasa Memasak Secara Automatik (Penyelarasan Masa Lebih atau Kurang)

Anda boleh menyelaras keputusan hidangan mengikut citarasa. Jika anda menemui sebarang penetapan automatik yang perlu dilebih atau ditambahkan, pilih MORE pada halaman jangkamasa memasak sebelum tekan START. Paparan akan menunjukkan MORE.

Jika anda menemui sebarang penetapan automatik yang perlu dikurang atau diturunkan, pilih LESS pada halaman jangkamasa memasak sebelum tekan START. Paparan akan menunjukkan LESS.

Lanjutan Masa Setelah Memasak

Keputusan masakan akan berbeza bergantung kepada suhu bilik, suhu makanan semasa dan faktor-faktor yang lain. Anda boleh menyelaras keputusan masakan dengan menambah jangkamasa memasak pada akhirnya. Setelah tamatnya proses memasak, paparan “EXTEND”. Lanjutan masa hanya boleh dilakukan dalam masa 5 minit apabila “EXTEND” dipaparkan. Jangkamasa boleh dilanjutkan sehingga 10-30 minit bergantung kepada mod memasak. Putarkan tombol sehingga ke masa yang dikehendaki dan tekan START. Mod masakan yang sama akan diteruskan kecuali SuperSteam Convection. Mod Convection (perolakan) akan disambung terus untuk SuperSteam. Periksa proses memasak dengan berhati-hati.

NOTA:

- 1. Jika “Fill water tank with water” (isikan air ke dalam tangki air) dipaparkan semasa START ditekan, isikan air ke dalam tangki air tersebut sehingga 2 tanda (tanda MAX). Letak balik tangki air tersebut.
- 2. Mod Lanjutan akan dibatalkan apabila Stop/Clear ditekan.
- 3. EXTEND hanya diperolehi bergantung kepada mod masakan yang dipilih. Rujuk dibawah. Fungsi Lanjutan Masa Memasak boleh diulangi sehingga hidangan dimasak mengikut kehendak anda.

Penyelarasan Suhu

Anda boleh mengubah suhu semasa memasak pada Operasi Manual dengan SuperSteamConvection Bake/ Roast, SuperSteam Convection Cake, SuperSteam Convection Bread dan Convection Oven, hanya dengan memutar tombol untuk menaik atau menurunkan suhu dalam 10°C setiap langkah, dan tekan Enter.

Jika Enter tidak ditekan dalam masa 5 minit, suhu tersebut akan dikembalikan kepada suhu semasa yang telah anda pilih.

Peringatan Penamatan Memasak

Pada penghujung memasak, ketuhar akan member isyarat selepas 2 dan 4 minit kecuali pintu ketuhar telah dibuka atau Stop/Clear ditekan.

		Penghujung Lanjutan masa
Perolakan SuperSteam	Auto	0 -30 minit
	Manual	0 -30 minit
Perolakan	Manual	0 -30 minit
Mengukus	Auto	0 -10 minit
	Manual	0 -10 minit
Gelombang Mikro	Auto	0 -10 minit
	Penyahbekuan	
	Pengesan Panas Semula	No
	Manual	No

CIRI-CIRI KEMUDAHAN YANG LAIN

Pelbagai Turutan Mema-

SUPER STEAM CONVECTION (PEROLAKAN WAP LAMPAU PANAS) DAN CONVECTION (PEROLAKAN).

Terdapat 2 corak di dalam Perolakan Wap Lampau Panas dan Perolakan dimana ia boleh diaturcarakan ke dalam Pelbagai Turutan Memasak.

1. Prapanas + Perolakan (Oven) + Perolakan (Oven)
 2. Prapanas + Perolakan Wap Lampau Panas (SuperSteam Bake/Roast) + Perolakan (Oven)
- Prapanas boleh dikecualikan

*Andai anda ingin memasak Turutan Memasak dengan Prapanas dalam corak 2.

Peringkat pertama ialah SuperSteam Bake/Roast, pada 160°C selama 1 jam 10 minit.

Peringkat kedua ialah Perolakan Oven, pada 230°C selama 10 minit.

ATURCARA

- 1 Untuk peringkat pertama, ikuti langkah 1 hingga 5 pada SuperSteam Bake/Roast. Sila rujuk halaman M-5

- 2 Tekan Convection untuk mengaturcarakan peringkat kedua.

Convection

- 3 Putarkan tombol untuk memilih suhu yang dikehendaki iaitu 230°C dan tekan Enter.



Enter

- 4 Putarkan tombol untuk memilih jangka masa memasak yang dikehendaki iaitu 10 minit.



- 5 Tekan START.

START

MICROWAVE (GELOMBANG MIKRO)

Ketuhar anda boleh diaturcarakan sehingga 4 turutan memasak secara automatik, pemindahan tahap kuasa yang berbeza antara satu sama lain secara automatik. Adakalanya arahan memasak memberitahu anda bermula dari satu tahap kuasa dan kemudiannya berubah ke tahap kuasa yang berbeza.

*Andai anda ingin memasak dengan tahap kuasa 30% untuk masa 5 minit dan disambung ke tahap kuasa 50% untuk 30

ATURCARA

- 1 Untuk peringkat pertama, ikuti langkah 1 hingga 3 manual memasak gelombang mikro. Sila rujuk halaman M-20.

- 2 Tekan Microwave untuk mengaturcarakan peringkat kedua.

Microwave

- 3 Putarkan tombol untuk memilih jangka masa memasak iaitu 30 minit dan tekan Enter untuk seterusnya.



Enter

- 4 Putarkan tombol untuk memilih tahap kuasa 50%



- 5 Tekan START.

START

CIRI-CIRI KEMUDAHAN YANG LAIN

Info

Back/Info memberi 7 ciri-ciri dan arahan langkah-demi-langkah untuk fungsi yang khas.

Penyelenggaraan	Penetapan
DRAIN WATER DESCALE STEAM CLEAN	CONTRAST CHILD LOCK DEMO MODE WATER HARDNESS

Kesemua ciri-ciri ini boleh dipilih dengan menekan Back/Info pada halaman utama (paparan ENERGY SAVE MODE) dan kemudiannya putarkan tombol dan tekan Enter.

DRAIN WATER (Pengaliran air)

Air yang terbaki di dalam penjana wap boleh disejat dengan menggunakan fungsi DRAIN WATER. Sila rujuk M-8.

DESCALE (Penanggalan Kerak/Hapuskapuran)

Rujuk halaman M-8.

STEAM CLEAN (Pembersihan Dengan Wap Panas)

Rujuk halaman M-24.

CONTRAST (Kontras)

Kontras boleh melaras gelap atau terang skrin paparan.

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih CONTRAST dan tekan Enter.

2 Putarkan tombol untuk menyelaras kontras dan tekan Enter untuk mengekalkan penyelarasan. Penetapan kontras akan disimpan dalam memori walaupun ketuhar telah dimatikan.

CHILD LOCK

Fungsi Child Lock digunakan untuk mengelak ketuhar dioperasikan yang tidak diingini oleh kanak-kanak. Ketuhar ini boleh ditetapkan supaya panel kawalan dinyahaktifkan dan dikunci.

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih CHILD LOCK dan tekan Enter.

2 Tekan Enter.

NOTA:

1. Untuk membatalkan Child Lock, tekan Enter selama 3 saat.
2. Jika anda telah tetapkan Child Lock, mod penjimatan tenaga akan dibatalkan.
3. Apabila ketuhar dimatikan, penetapan ini akan kembali pada keadaan OFF.

DEMONSTRATION MODE (Mod Demonstrasi)

Operasi memasak dan ciri-ciri khas boleh didemonstrasikan tanpa bekalan kuasa pada ketuhar.

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih DEMO dan tekan Enter.

2 Putarkan tombol untuk memilih DEMO ON dan tekan Enter.

NOTA:

1. Untuk membatalkan Mod Demonstrasi ini, pilih DEMO OFF pada langkah 2 atau cabut palam ketuhar dari bekalan tenaga dan dipalamkan semula. "ENERGY SAVE MODE" akan dipaparkan.
2. Jika anda menetapkan Mod Demo, mod penjimatan tenaga akan dibatalkan.

WATER HARDNESS (Kekerasan Air)

Ketuhar anda ditetapkan pada kilang dengan kekerasan air tahap 3 (sangat keras). Anda boleh menyelaras tetapan tersebut. Anda boleh menggunakan jalur ujian untuk menguji tahap kekerasan air.

BAGAIMANA MENGGUNAKAN JALUR UJIAN YANG DISERTAKAN:

1. Letakkan jalur ujian ke dalam air yang anda akan gunakan selama 1 saat, kemudiannya alihkan.
2. Renjiskan air yang berlebihan.
3. Tunggu selama 15 minit, dan bandingkan penukaran warna pada jalur ujian dengan carta warna dan jadual dibawah. Apabila anda menggunakan salur ujian yang lain, ikuti arah-arahnya.

Tahap Kekerasan	Julat Kekerasan	Penetapan
1	<120 ppm <120 mg/l <6.7 °dH	Lembut
2	120 - 250 ppm 120 - 250 mg/l 6.7 - 14.0 °dH	Keras
3	>250 ppm >250 mg/l >14.0 °dH	Sangat Keras

ATURCARA

1 Tekan Back/Info, putarkan tombol untuk memilih WATER HARDNESS dan tekan Enter.

2 Putarkan tombol untuk memilih tahap kekerasan yang dikehendaki dan tekan Enter. Tetapan tahap kekerasan air akan disimpan dalam memori walaupun ketuhar dimatikan.

PEMBERSIHAN DAN PENJAGAAN

BERSIHKAN KETUHAR DENGAN KERAP –

Pastikan ketuhar sentiasa bersih dan buang sebarang sisa makanan, dimana ia mungkin menyebabkan kemerosotan pada permukaan. Ini akan memendekkan jangka hayat ketuhar dan kemungkinan mengakibatkan keadaan berbahaya.

PEMERHATIAN MUSTAHAK:

- CABUT WAYAR SEBELUM MEMBERSIHKAN ATAU MEMBIARKAN PINTU KETUHAR TERBUKA BAGI MENYAHAKTIFKAN KETUHAR SEMASA PEMBERSIHAN.
- PASTIKAN KETUHAR TERSEBUT DALAM KEADAAN SEJUK SEBELUM MENJALANKAN KERJA-KERJA PEMBERSIHAN.
- JANGAN GUNAKAN PEMBERSIH OVEN, PENG-GOSOK, PEMBERSIH HARSH ATAU PAD PENYENTAL PADA MANA-MANA BAHAGIAN KETUHAR ANDA.
- JANGAN GUNAKAN PEMBERSIH STEAM.

MEMBERSIHKAN KETUHAR – LUARAN

Luaran ketuhar boleh dibersihkan dengan sabun dan air suam, lap bersih dengan kain lembap. Elakkan dari menggunakan pembersih harsh atau penggosok. Pastikan bukaan pengudaraan bebas dari habuk.

PINTU

Kerap lapkan pintu dan tingkap pada kedua-dua bahagian, kedap pintu dan bahagian bersebelahan dengan kain lembap untuk alihkan sebarang tumpahan atau merecik. Jangan gunakan pembersih harsh penggosok atau penyental yang tajam untuk membersihkan pintu kaca dimana ia mungkin mengakibatkan calar pada permukaan, dan menyebabkan kaca tersebut pecah.

PANEL KAWALAN

Berhati-hati semasa membersihkan panel kawalan. Jika panel kawalan menjadi kotor, bukakan pintu ketuhar sebelum dibersihkan. Lapkan panel kawalan dengan kain yang basah sedikit. Keringkan dengan kain yang lembut. Jangan scrab atau mengguna sebarang pembersih kimia. Tutup pintu dan tekan Stop/Clear.

MEMBERSIHKAN KETUHAR – DALAMAN

Steam Clean (Pembersihan dengan wap panas)

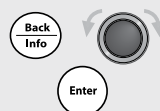
Fungsi pembersihan dengan wap panas menolong menanggalkan sebarang gris, minyak atau sisa makanan. Wap panas akan membersihkan ketuhar dengan mudah; akan tetapi, ia bukan fungsi pembersihan diri. Ia mengambil masa lebih kurang 20 minit untuk kitar pembersihan.

PERSEDIAAN

1. Pastikan tangki air diisi dengan air yang bersuhu bilik yang diminum (ditapis) dan dipasang. (Rujuk halaman M-6)
2. Pastikan dulang titisan yang kosong dipasang. (Rujuk halaman M-6)

ATURCARA

- 1 Tekan Back/Info , putarkan tombol untuk memilih STEAM CLEAN dan tekan Enter.**



- 2 Tekan STRAT.**

START

Biarkan ketuhar sejuk untuk mengelakkan daripada kecederaan. Pintu dibuka dan alihkan sebarang sisa makanan dengan cermat dengan kain lembap bersabun. Akhirnya, alih dan kosongkan tangki air. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.

Untuk membersihkan permukaan dalaman, lapkan dengan kain lembut dengan air suam.

1. Ketuhar masih dalam keadaan panas selepas setiap penggunaan, lapkan tumpahan atau merecik dengan kain basah bersabun atau sponge. **JANGAN GUNAKAN PENGgosok ATAU PEMBERSIH HARSH ATAU PAD PENYENTAL.** Untuk kotoran yang lebih degil, gunakan sabun yang lembut, bilas sepenuhnya dengan air panas. Jalankan fungsi pembersihan wap panas untuk membersihkan sepenuhnya.
2. Kain pembersih atau sponge mesti diperah kering bagi mengelakkan kelembapan atau sisa termasuk pada pengudaraan ketuhar.
3. Jangan gunakan pembersih jenis semburan pada permukaan dalaman.
4. Sebarang sisa atau lemak makanan mungkin akan menyebabkan asap atau bau yang tidak menyenangkan. Idea yang bagus dengan SuperSteam Grill dalam operasi manual selama 20 minit tanpa prapanas dan makanan untuk menanggalkan sisa dan lemak makanan daripada saluran dalaman dan elemen pemanas dan bau busuk. Rujuk **MEMBERSIH KETUHAR SEBELUM PENGGUNAAN KALI PERTAMA** pada halaman M-9.

PEMBERSIHAN DAN PENJAGAAN

Kedap Pintu

Sentiasa memastikan kedap pintu dalam keadaan bersih untuk mencegah daripada kerosakkan. Jika terdapat air memeluap dalam kedap pintu, keringkan dengan kain lembut. Kilatkan dengan kain lembut yang lain. Jangan gunakan pembersih kimia atau pembersih yang mengikis. Jangan gosok, rosakkan, tarik atau alihkan kedap tersebut. Pastikan kedap pintu sentiasa diletakkan dalam keadaan licin dan rata. Jika tidak, wap akan terlepas dari pintu. Jangan gunakan ketuhar jika kedap pintu mengalami kerosakkan. Sila berunding dengan PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.

Dulang / Rak Pembakar

Basuhkan dulang dan rak pembakar selepas memasak dengan sabun lembut atau detergen, bilas dan kering berkilat. Jangan gunakan pembersih harsh, penyental logam yang tajam, atau berus sengit untuk mengelakkan kerosakkan pada permukaan yang senang dibersihkan. Kesemua aksesori boleh dibasuh dengan mesin pinggang mangkuk

Tangki Air dan Penutup

Selepas memasak, bersihkan dengan sabun lembut atau detergen dengan kain yang lembut atau sponge, bilas dan keringkan. Jangan bersihkan dengan mesin. Perhatikan penapis yang berada pada bahagian bawah belakang tangki air. Gunakan berus yang lembut untuk membersihkan penapis tersebut. Penapis tersebut tidak boleh dialihk atau digant, dan harus berhati-hati untuk elakkan daripada lusuh jejaring semasa pembersihan. Jangan gunakan pembersih harsh, penyental logam yang tajam atau berus sengit pada tangki air, penutup dan penapis. Jangan gunakan penapis yang haus. Untuk menggantikannya, hubungi PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.

Dulang Titisan dan Penutup

Kosongkan dulang titisan selepas memasak, bersihkan dengan sabun lembut atau detergen dengan kain lembap atau sponge, bilas, keringkan dan letak pada bahagian bawah ketuhar. Jangan bersihkan dengan mesin.

Hapuskapuran dalam Bahagian Wap

Semasa penjaan wap, kerak mungkin terbentuk di dalam penjana. Untuk mengalihkan kerak, jalankan fungsi hapuskapuran apabila DESCALING IS NECESSARY. Dipaparkan pada skrin paparan. Rujuk halaman M-8 untuk arahan yang lengkap.

CARTA PENYELESAIAN MASALAH

Jika EE dipaparkan atau anda terasa ketuhar tidak berfungsi dengan sempurna, periksa carta dibawah sebelum berunding dengan PUSAT SERVIS YANG DILULUKAN OLEH SHARP. Ia untuk mengelakkan daripada panggilan yang tidak perlu.

AMARAN:

Jangan menyelaraskan, membaikpulih, atau modifikasi ketuhar dengan sendiri. Ia berbahaya kepada semua orang kecuali juruteknik yang bertauliah yang dilatih oleh SHARP untuk menjalankan sebarang servis atau baikpulih. Ini adalah mustahak sebab mungkin melibatkan pembukaan penutup dimana terlindungnya bahagian elektronik.

- Membaikpulih dan Modifikasi : Jangan gunakan ketuhar tersebut jika ia tidak beroperasi dalam keadaan yang sempurna.
- Kabinet luar dan Lampu : Jangan membuka kabinet luar untuk mengelakkan daripada kemungkinan berlakunya renjatan elektrik atau kecederaan.

Carta Penyelesaian Masalah

Carta Penyelesaian Masalah

MAKLUMAT YANG DIPAPARKAN		TINDAKAN
MESEJ RALAT	EE	Disebabkan kesilapan teknikal, sila hubungi PUSAT SERVIS YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.
URUTAN MAKLUMAT	Wait. (Tunggu) Oven is too warm to use. (Ketuhar terlampau panas untuk digunakan).	The oven is too hot to use Microwave for defrosting or Steam Manual Proof. Remove food from oven and allow to cool until the message clears.
	Water is frozen. (Air terbeku). Please refer to instruction in operation manual. (Sila rujuk kepada arahan di dalam manual operasi).	Ketuhar mungkin tidak beroperasi dengan sempurna. Kendalikan ketuhar dengan Convection Grill tanpa makanan dan prapanas selama 5 minit. Sila rujuk halaman M-17.
	Now Cooling. (Sedang Sejuk)	Selepas memasak, ketuhar dan bahagiannya akan menjadi panas. Now Cooling akan dipaparkan sehingga ruang ketuhar menjadi sejuk. Kipas penyejuk mungkin beroperasi berterusan sehingga 13 minit. Now Cooling akan dipadamkan setelah ketuhar menjadi sejuk. Jika anda ingin menggunakan ketuhar yang sedang panas, tekan saja Stop/Clear.
	Replace drip tray. (Gantikan dulang titisan)	Alih dan letakkan dulang tersebut dengan baik dan betul. Sila rujuk halaman M-6. Sekiranya dulang tersebut tidak dipasang dengan sempurna, Replace drip tray akan dipaparkan.
	Empty drip tray and replace. (Kosong dan gantikan dulang titisan)	Empty drip tray and replace akan dipaparkan apabila air tertakung pada dulang tersebut. Anda harus kosong dan pasang balik dulang tersebut sebelum mulanya SuperSteam Convection atau Steam Cooking. Sila rujuk halaman M-6.
	Descaling is necessary. (Hapuskapuran diperlukan).	Ikuti arahan langkah-demi-langkah hapuskapuran. Sila rujuk halaman M-8.
	Fill water tank with water. (Isikan tangki air dengan air).	Alihkan tangki air dan isikan sehingga tanda 2 (tanda MAX). Pasang dan letakkan dengan baik. NOTA: Pastikan anda tidak menggunakan air suling, air RO, air mineral dll.
	Remove water tank. (Alihkan tangki air).	Jika terdapat air di dalam tangki air, fungsi Drain Water (pengaliran air) tidak akan dimulakan. Alihkan tangki air sebelum melaksanakan fungsi tersebut.
	Hot. (Panas)	Kabinet dan ketuhar sangat panas. Sila berhati-hati supaya tidak mencederakan anda.

CARTA PENYELESAIAN MASALAH

Keadaan tersenarai dibawah menunjukkan keadaan biasa dan bukan isyarat yang mengatakan ketuhar tersebut mengalami kerosakkan.

QUESTION / SITUATION		ANSWER
Panel kawalan / bekalan kuasa.	Paparan gelap / kosong	• Buka dan tutup pintu ketuhar • Periksa palam telah disambungkan dengan betul pada soket dinding. • Periksa soket dinding dan pemutus litar samada berada dalam keadaan baik atau tidak. • Cabut palam tersebut , tunggu beberapa minit kemudian, pasang balik.
	Paparan dalam keadaan baik tetapi tiada sebarang fungsi setelah Start ditekan.	• Buka dan tutup pintu ketuhar. Adakah lampu ketuhar padam? Tekan Start sekali lagi. • Jika mesej "Wait. Oven is too warm to use." dipaparkan, sila tunggu mesej tersebut padam.
	Gangguan bekalan elektrik semasa memasak.	Aturcara memasak dan mod yang dipilih akan dipadamkan. Sambungkan masakan secara manual.
	Lampu ketuhar padam apabila mod Proof .	Ia merupakan operasi biasa bagi mengelakkan permukaan doh dikeringkan.
	Lampu ketuhar padam semasa hapuskapan.	Ia merupakan operasi biasa. Sila rujuk halaman M-8.
	Lampu ketuhar padam apabila pintu terbuka.	Lampu ketuhar akan dipadamkan sekiranya pintu tersebut telah dibuka melebihi masa 5 minit.

CARTA PENYELESAIAN MASALAH

Keadaan tersenarai dibawah menunjukkan keadaan biasa dan bukan isyarat yang mengatakan ketuhar tersebut mengalami kerosakkan.

QUESTION / SITUATION		ANSWER
Steam (wap)	Terdapat air di dalam ketuhar apabila pintu dibuka.	Pemeluwapan berlaku di dalam ruang ketuhar. Keringkan dengan kain lembut atau sponge selepas ketuhar menjadi sejuk.
	Steam comes out of the air ventilation openings at the top of the oven.	Ia adalah biasa untuk wap terlepas dari bukaan pengudaraan pada bahagian atas ketuhar.
	Condensed water can be seen in the oven cavity.	Ia adalah operasi biasa. Wap akan kondensasi pada lantai ketuhar. Keringkan dengan kain lembut atau sponge selepas ketuhar menjadi sejuk.
	Steam comes from the door during cooking.	Periksa kedap pintu dan pastikan ia berada di dalam keadaan baik.
Bunyi bising	Bunyi semasa memasak dengan gelombang mikro.	Semasa memasak dengan gelombang mikro, anda akan dengar kitaran magnetron dari masa ke semasa bergantung kepada tahap kuasa yang digunakan.
	Bunyi selepas memasak.	Kipas penyejuk akan beroperasi sehingga ketuhar menjadi sejuk. Kipas penyejuk mungkin akan terus beroperasi sehingga 13 minit bergantung kepada suhu ketuhar dan bahagian-bahagiannya.
	Bunyi semasa memasak dengang suhu yang tinggi.	Suhu yang tinggi mungkin menyebabkan pengembangan komponen-komponen ketuhar. Ia adalah keadaan biasa.
Asap/Bau	Terdapat asap atau bau semasa penggunaan kali pertama.	Rujuk kepada halaman M-9 untuk arahan langkah-demi-langkah bersihkan ketuhar sebelum penggunaan kali pertama.
	Ruang ketuhar berbau.	Rujuk kepada Bersihkan Ketuhar Sebelum Penggunaan Kali Pertam pada halaman M-9 untuk arahan langkah-demi-langkah bagi menghilangkan bau.
Lain-lain	Masa dipaparkan dalam pengiraan undur dengan pantas.	Periksa Mod Demonstrasi pada halaman M-23 dan batalkannya.

PEMERIKSAAN SEBELUM PANGGILAN PERKHIDMATAN

Periksa senarai dibawah sebelum membuat panggilan perkhidmatan.

1. Adakah lampu paparan menyala apabila pintu dibuka atau ditutup? Ya _____ Tidak _____
2. Apabila pintu dibuka, adakah lampu ketuhar menyala? Ya _____ Tidak _____
3. Letakkan satu cawan air (lebih kurang 250ml) di dalam gelas dan tutup pintu dengan selamatnya.

Lampu ketuhar akan padam jika pintu ditutup dengan baik.

Aturcarakan ketuhar beroperasi dalam jangkamasa satu minit dengan tahap kuasa gelombang mikro 100%. Pada kaedah ini:

- A. Adakah lampu ketuhar menyala? Ya _____ Tidak _____
 - B. Adakah kipas penyejuk berfungsi? Ya _____ Tidak _____
- (Letakkan tangan anda lepasi bukaan pengudaraan)
- C. Adakah icon Gelombang  Mikro muncul pada paparan? Ya _____ Tidak _____
 - D. Selepas satu minit, adakah kedengaran bunyi isyarat? Ya _____ Tidak _____
 - E. Adakah air di dalam ketuhar menjadi panas? Ya _____ Tidak _____
4. Alihkan air daripada ketuhar dan aturcarakan ketuhar untuk 5 minit dengan Convection, Oven 250°C
- A. Adakah icon Convection  muncul pada paparan? Ya _____ Tidak _____
 - B. Selepas ketuhar berhenti, adakah ruang ketuhar panas? Ya _____ Tidak _____

5. Isikan air ke dalam tangki air dan letak semula.

Operasikan ketuhar untuk 3 minit pada Manual Steam High.

Setelah ketuhar berhenti, adakah ruang ketuhar dipenuhi wap?

Jika "Tidak" adalah jawapan dimana-mana soalan yang tersenarai diatas, sila periksa soket dinding dan pemutus litar anda. Jika soket dan pemutus litar berfungsi dengan sempurna, HUBUNGI PUSAT SERVIS TERDEKAT YANG DILULUSKAN OLEH SHARP.

PENTING: Jika tiada sebarang paparan walaupun bekalan kuasa dipasangkan dengan sempurna, Mod Penjimatan Tenaga mungkin tengah beroperasi. Buka dan tutup pintu untuk operasikan ketuhar. Rujuk "Memulakan Kendalian" pada halaman M-9.

NOTA:

1. Jika masa dipaparkan dalam pengiraan undur dengan pantas, Periksa Mod Demonstrasi (rujuk pada halaman M-23 untuk keterangan lanjut).
2. Jika ketuhar ditetapkan melebihi 4 mint pada tahap kuasa Gelombang Mikro 100%, kuasa akan dikurangkan bagi mengelakkan daripada terlampau panas. Akhirnya kuasa akan menjadi 70% selepas 6 minit.

SPESIFIKASI

Voltan Arus Ulangalih VAC	:	Rujuk kepada label pengedaran
Kuasa Diperlukan	:	Gelombang Mikro 1.16 kW Perolakan 1.55kW
Kuasa Keluaran	:	Gelombang Mikro 800W *(Aturcara pengujian IEC)
	:	Perolakan 1.45 kW
Frekuensi Gelombang Mikro	:	2450 Mhz **(Kelas B/Group 2)
Dimensi Luaran	:	553mm(W) x 438mm (H) x 483mm (D)***
Dimensi Ruang	:	359mm(W) x 256mm (H) x 339mm(D)
Kapasiti Ketuhar	:	31 liter ****
Berat	:	Lebih kurang 24 kg

“* Pengukuran ini berasaskan piawaian International Electrotechnical Commission untuk mengukur kuasa keluaran.

“** Ia merupakan klasifikasi oleh peralatan ISM (Industrial, Scientific dan Medical) yang diterangkan dalam International Standard CISPR11.

“*** Kedalaman tidak mengira pemegang pintu.

“**** Kapasiti dalaman diukur dengan keluasan maksima, dalaman dan ketinggian. Kapasiti sebenar untuk mengisi makanan adalah lebih kecil.

PANDUAN MEMASAK

Mengenai Ketuhar Anda

Manual operasi ini sangat berguna: baca dengan teliti dan simpan untuk rujukan.

Harus diingat, tidak sama seperti ketuhar gelombang mikro yang biasa, ketuhar Super Steam mencenderongkan lampau panas dengan SuperSteam Convection (Perolakan SuperSteam), Convection (Perolakan) atau Steam (Mengukus).

Ketuhar ini digunakan untuk menyediakan masakan. Jangan menggunakannya untuk mengeringkan kain atau suratkhabar.

Mengenai Pilihan Memasak

Ketuhar anda mempunyai pelbagai pilihan memasak dimana ia dibahagikan kepada secara automatik dan manual. Perolakan SuperSteam, Mengukus dan GelombangMikro mempunyai kedua-dua pilihan samada automatik atau manual. Perolakan hanya mempunyai kaedah manual.

SuperSteam Convection (Perolakan SuperSteam)

SuperSteam merupakan gabungan dengan pemanas perolakan, dimana ia boleh membakar lemak yang berlebihan pada makanan. Makanan tersebut akan mengekalkan kelembapannya. Daging dan ayam kelihatan perang, berair dan berperisa.

Steam (Mengukus)

Mengukus memasak makanan dengan perlahan-lahan disamping mengekalkan kelembapan, perisa semulajadi dan zat-zat. Anda boleh menggunakan Steam Reheat untuk panas semula masakan dalam bekas logam.

Convection (Perolakan)

Perolakan, membakar, broil dan brown. Biskut, kek, roti, muffin, dan gegulung boleh dibakar pada satu atau dua aras. Tiada tetapan automatik untuk perolakan.

Microwave (Gelombang Mikro)

Gelombang mikro adalah cepat dan mudah untuk memasak dan penyahbekuan.

PANDUAN MEMASAK

Mengenai Utensils dan Penutup

Carta tersenarai dibawah akan membantu anda dalam memilih jenis utensil dan penutup yang sesuai digunakan dalam setiap mod masakan.

Utensil / Penutupan	Mod Memasak	Perolakan SuperSteam / Perolakan	Mengukus	Gelombang Mikro
Kerajang Aluminium, Bekas Kerajang		YA	YA	YA
				Kepingan kerajang aluminium yang rata diletakkan lancar pada makanan boleh digunakan untuk melindungi kawasan dari dimasak atau penyahbekuan yang terlalu cepat. Pastikan kerajang sekurang-kurangnya 2 cm dari dinding ketuhar.
Logam		YA	YA	TIDAK
China, Seramik		YA	YA	YA
		Porcelain kalis-oven, tembikar, tembikar berlapis dan bone china biasanya sesuai digunakan. Jangan gunakan bekas itu jika ia mempunyai kecacatan.		Semak saranan pengilang untuk gelombang mikro yang selamat. Jangan gunakan bekas jika ia mempunyai kecacatan.
Glassware Tahan haba cth Pyrex®		YA	YA	YA
		Penjagaan harus diambil jika menggunakan kaca halus kerana ia boleh memecahkan atau retak jika dipanaskan tiba-tiba.		
Plastik / Polistirena tahan haba lebih 140 ° C		TIDAK	YA	YA
			Penjagaan perlu diambil kerana sebahagian bekas akan meleding, meluntur atau meluntuh warna pada suhu tinggi.	Gunakan bekas plastik yang selamat microwave untuk memanaskan dan penyahbekuan. Sebahagian plastik-selamat mikro tidak sesuai untuk memasak makanan dengan kandungan yang tinggi. Ikut arahan pengilang.
Balut plastik tahan haba lebih 140 ° C		TIDAK	YA	YA
Kertas Tuala, Pinggan kertas		TIDAK	TIDAK	YA
				Kertas tuala : Untuk menampung panas semula dan memasak. Jangan gunakan kertas tuala kitar semula yang mungkin mengandungi film logam. Pinggan kertas: Untuk panas semula.
Bekas yang diperbuat daripada bahan sintetik		TIDAK	TIDAK	TIDAK
		Ia boleh cair pada suhu yang tinggi.		
Kertas membakar		YA	YA	TIDAK
		Jangan sentuh dinding ketuhar kerana ia boleh dibakar. Pastikan ianya tahan haba.		
Beg memanggang		YA	TIDAK	YA
		Beg memanggang hanya harus digunakan dengan perolakan.		Ikut arahan pengilang.
Piring perak, perkakas memasak atau bekas yang mungkin berkarat di dalam ketuhar		TIDAK	TIDAK	TIDAK
Rak, Dulang Membakar		YA	YA	TIDAK

Perkakas perlu diperiksa untuk memastikan bahawa ianya adalah sesuai untuk digunakan dalam setiap mod memasak. Apabila memanaskan makanan dalam bekas plastik, sila beri perhatian khusus kepada suhu lebur bekas. Jangan memanaskan bekas plastik melebihi suhu lebur. Pengawasan diperlukan pada oven kerana kemungkinan lebur dan pencucuhan.

PANDUAN MEMASAK

AKSESORI Terdapat banyak jenis aksesori memasak gelombang mikro atau kalis-haba boleh dibeli. Nilaiikan secara berhati-hati sebelum anda membeli aksesori yang bersesuaian dengan penggunaan anda. Termometer microwave-safe dapat menolong anda mengenalpasti kemasakan yang betul dan pastikan masakan yang anda masak dengan tahap suhu yang selamat apabila menggunakan kaedah gelombang mikro-saja. Sharp tidak bertanggungjawab atas penggunaan aksesori-aksesori yang digunakan.

Untuk memasak secara automatik, gunakan bekas yang disyorkan di dalam carta memasak yang terkandung dalam operasi manual ini atau buku masakan yang disertakan.

Perolakan SuperSteam dan Nasihat Semasa Mengukus

Terdapat beberapa teknik untuk memasak dengan cara mengukus. Ia adalah mustahak bagi mematuhi teknik-teknik ini untuk keputusan yang baik. Kebanyakan teknik sama seperti teknik masakan biasa dimana anda selalu melakukannya. Sila ikuti nasihat dibawah untuk kesemua pilihan dimana menggunakan SUPERSTEAM CONVECTION (perolakan supersteam) dan STEAM (mengukus).

NOTA:

- Sentiasa berada pada ketuhar semasa beroperasi.
- Pastikan perkakas yang sesuai digunakan untuk setiap mod memasak. (Sila rujuk Utensil dan Penutup pada halaman M-31)
- Mengadakan pengudaraan yang baik pada bilik untuk melepasi wap.
- Selepas memasak dan ketuhar menjadi sejuk, alih dan kosongkan tangki air, lapkan ruang ketuhar dengan kain kering atau sponge. Tunggu beberapa minit kemudian, kosongkan dulang titisan.

AMARAN:

Ikuti arahan-arahan di dalam manual operasi dari SHARP sepanjang masa. Jika anda memasak dengan jangka masa memasak yang terlampau panjang dan suhu yang tinggi selain daripada yang dicadangkan, makanan akan menjadi terlampau masak, hangus, dan akan mengakibatkan kebakaran dan merosakkan ketuhar dalam keadaan yang ekstrem.

Nasihat Khas untuk STEAM (mengukus)

Teknik Memasak	
Bekas	Pastikan makanan disusun dengan seratnya. Makanan yang disusun dengan ruang yang sempit memerlukan jangka masa memasak yang lebih panjang, pastikan makanan diletakkan pada ruang yang secukupnya untuk membenarkan wap panas diedar disekelilingnya. Bekas yang cetek adalah paling sesuai digunakan. Tidak disyorkan memasak dengan bekas yang tebal sebab jangka masa memasak perlu dilanjutkan. Untuk kecekapan mengurangkan garam dan lemak, sila letakkan makanan secara langsung diatas dulang. Jika makanan tersebut diletakkan pada piring, sila lapkan air yang akan menitis dari piring tersebut.
Penutup	Kebanyakan penutup tidak diperlukan. Jika penutup diperlukan, kepingan aluminium disyorkan untuk mengelakkan makanan daripada dibasahi oleh kondensasi wap di dalam ruang ketuhar. Makanan bertutup memerlukan jangka masa memasak yang lebih panjang.
Pintu	Untuk jangka masa memasak yang lebih tepat, pastikan pintu sentiasa ditutup.
Mengacau	Ada masanya didapati sup atau panas semula dengan kaserol di dalam kaserol tanpa penutupnya nampak berair selepas dimasak. Adalah lebih baik jika dikacau dengan sekata.
Masa Biar	Disyorkan makanan dibiarkan seketika agar kepanasan tersebar dengan sekata. Jangan biarkan makanan terlalu lama; berkemungkinan makanan menjadi terlampau masak atau dibasahi oleh sisa wap.

Petunjuk Memasak	
Celur	Steam(mengukus) boleh digunakan untuk mencelur sayuran dalam persediaan pembekuan. Letakkan sayuran diatas piring dan masak dengan STEAM, MANUAL, STEAM HIGH untuk 4 hingga 5 minit. Selepas itu, siramkan dengan air sejuk bagi penyejukan mendadak. Kering dan membekukannya.
Makanan Masin	Untuk sebahagian makanan yang lebih masin, seperti ikan masin, bacon dll, rasa masin boleh dikurangkan dengan mengukus sebelum memasak. Letakkan makanan masin pada rak secara langsung dan STEAM, MANUAL STEAM HIGH untuk masa 4 hingga 5 minit.

PANDUAN MEMASAK

-Panduan Kepada Perolakan SuperSteam dan Mengukus

Ciri-Ciri Makanan	
Ketumpatan	Kepadatan makanan akan menjejaskan jangkamasa memasak yang diperlukan. Potongkan makanan ke bahagian kecil atau nipis, dan atur dalam lapisan tunggal.
Kuantiti	Jangkamasa memasak yang lebih panjang diperlukan jika kuantiti makanan yang dimasak di dalam ketuhar ditambah.
Saiz	Makanan yang bersaiz kecil memerlukan jangkamasa memasak yang lebih singkat berbanding dengan makanan yang bersaiz besar dimana haba dapat menembusi semua bahagian makanan sehingga ketengah. Untuk masakan yang lebih sekata, sediakan makanan dengan saiz yang sama.
Rupabentuk	Makanan yang tidak teratur dalam bentuk, seperti dada ayam atau drumstick, mungkin mengambil masa yang lama untuk memasak di bahagian tebal. Periksa bahagian-bahagian ini dimasak dengan sempurna sebelum dihidangkan.
Suhu Makanan	Suhu makanan semasa akan mengakibatkan jumlah jangkamasa memasak yang diperlukan. Makanan dalam keadaan beku atau disejukkan memerlukan jangkamasa yang lebih panjang daripada makanan yang bersuhu bilik. Suhu pada bekas tidak mewakili suhu pada makanan atau minuman.
Perasa & perisa	Perasa atau perisa lebih baik ditambah selepas memasak. Jika ia ditambah sebagai perapan, rasa tersebut akan menjadi lebih tawar semasa memasak. Tambahkan perisa atau perasa selepas memasak jika perlu.

NOTA:

- Pastikan hidangan dimasak sepenuhnya atau dipanas semula sebelum dihidangkan.
- Jangkamasa memasak akan dipengaruhi oleh bentuk, kedalaman, kuantiti, dan suhu makanan bersama-sama dengan bentuk, saiz, dan bahan bekas.
- Jangan memanaskan minyak atau lemak untuk menggoreng dimana ia akan mengakibatkan kebakaran. Penjagaan harus diambil untuk makanan yang berlemak atau gula (contohnya pudding Krismas) yang tinggi dimana ia akan mengakibatkan kebakaran yang terlampau dan kebakaran.

Muka & Tangan: Sentiasa gunakan sarung tangan ketuhar yang tebal untuk mengeluarkan makanan atau alat memasak dari ketuhar. Berhati-hati apabila membuka pintu ketuhar untuk membolehkan wap panas terlepas daripada ruang ketuhar. Jangan keluarkan makanan dari ketuhar dengan tangan kosong.

Periksa suhu makanan dan minuman dan kacau sebelum dihidangkan. Berhati-hati apabila makanan dihidangkan kepada bayi, kanak-kanak atau warga tua.

PANDUAN MEMASAK

Panduan Untuk Memasak Dengan Gelombang Mikro

- Nota Khas dan Amaran bagi GELOMBANG MIKRO (MICROWAVE) –

	DO	DON'T
Telur, buah-buahan, kacang, bijian, sayur-sayuran, sosej dan tiram.	- Cucuk telur kuning dan putih dan tiram semasa memasak untuk mengelakkan daripada "letupan". - Cucuk kulit kentang, epal, skuasy, hot dog, sosej dan tiram untuk melepaskan wap panas.	- Jangan memasak telur dalam cengkerang. ini menghalang "letupan", yang boleh merosakkan ketuhar atau mencederakan anda. - Memasak telur rebus keras / lembut. - Terlampau memasak tiram. - Kacang kering atau bijian dalam cengkerang.
Popcorn	- Gunakan beg khas untuk popcorn di dalam microwave. - Mendengar bunyi pop popcorn yang akan berkurangan dalam masa 1-2 saat.	- Popcorn Pop dalam beg coklat biasa atau mangkuk kaca kalis microwave. - Melebihi masa maksimum pada bungkusan popcorn.
Makanan Bayi	- Pindahkan makanan bayi ke hidangan kecil dan panas dengan teliti, sering kacau dengan sekata. Periksa untuk suhu yang sesuai untuk mengelakkan daripada melecur. - Keluarkan penutup skru dan puting sebelum memanaskan botol bayi selepas dipanaskan goncang dengan teliti. Periksa untuk suhu yang sesuai.	- Botol yang hanya boleh dipanaskan sekali. - Lampaupanaskan botol bayi. - Hanya dipanaskan sehingga suam - Panaskan botol dengan puting. - Panaskan makanan dalam bekas asalnya.
Kaedah Am	- Makanan dengan filling harus dipotong selepas dipanaskan, untuk melepaskan wap dan mengelakkan tercedera. - Gunakan mangkuk yang dalam apabila memasak cecair atau bijirin untuk mengelakkan limpahan.	- Memasak dalam balang kaca yang tertutup atau bekas kedap udara. - Mengoreng lemak. - Keringkan kayu kering, herba, kertas basah, pakaian atau bunga.
Cecair (Minuman)	Untuk mendidih atau masak bahan cecair lihat AMARAN pada halaman M-1-2 untuk mencegah letupan dan didihan letusan tertangguh.	Dipanaskan untuk lebih lama daripada yang disyorkan.
Makanan dalam tin	Keluarkan makanan daripada tin.	Panas atau memasak dalam tin.
Sausage rolls, Pies, Christmas pudding	- Memasak mengikut jangka masa yang disyorkan. (Makanan jenis ini mengandungi tahap lemak dan gula yang tinggi)	Terlampau masak akan mengakibatkan kebakaran.
Daging	Gunakan rak kalis-gelombang mikro pinggan untuk mengumpul jus yang disalurkan.	* Letakkan daging secara langsung pada lantai seramik ketuhar untuk memasak.
Utensils (pinggang mangkuk, alat dapur)	Periksa samada utensil atau pinggang mangkuk yang sesuai digunakan untuk memasak dengan gelombang mikro.	Gunakan utensil logam untuk memasak dengan gelombang mikro. Logam akan memantul tenaga gelombang dan menyebabkan discharge yang dikenali sebagai arcing.
Kepingan Aluminium	- Gunakan untuk melindungi makanan untuk mencegah lebih memasak. - Perhatikan cetusan. Kurangkan kepingan tersebut atau menjauhi rongga ketuhar.	- Penggunaan yang berlebihan. - Letakan makanan dengan balutan yang terlampau dekat dengan rongga ketuhar. Cetusan akan merosakkan dinding ketuhar.

PANDUAN MEMASAK

- Panduan Untuk Gelombang Mikro-

Teknik-teknik Memasak	
Aturkan makanan dengan cermat	Letakkan bahagian tebal ke arah luar hidangan.
Mengawasi jangka masa memasak	Memasak untuk jangka masa yang singkat seperti yang dinyatakan dan menambah lebih banyak masa seperti yang diperlukan. Makanan yang terlampaui masak boleh berasap atau terbakar.
Menutup makanan sebelum memasak	Periksa resipi untuk cadangan: tuala kertas, pembalut ketuhar plastik atau tudung. Ia melindungi dan mengelakkan percikan dan membolehkan makanan dimasak secara rata. (Membantu menjaga kebersihan ketuhar).
Melindungi Makanan	Gunakan kepingan aluminium untuk menutup bahagian nipis bagi daging atau ayam untuk mengelakkan daripada terlampaui masak. Dari luar ke pusat hidangan sekali atau dua kali semasa memasak, jika boleh.
Mengacau makanan	Makanan seperti ayam, burger atau stik hendaklah dibalikkan lebih sekali semasa memasak.
Balikan makanan	
Susun semula makanan	Susun semula makanan seperti bebola daging separuh masak dari atas ke bawah dan dari pusat hidangan ke luar.
Masa Biar (Standing Time)	Selepas memasak, pastikan masa biar yang mencukupi. Keluarkan makanan dari ketuhar dan kacau jika boleh. Tutup semasa masa biar boleh membenarkan makanan dimasak sepenuhnya.
Periksa kekemasan	
Kondensasi	Lihatlah tanda-tanda yang menunjukkan bahawa suhu masakan telah dicapai. Masakan yang cukup dimasak mempunyai tanda-tanda termasuk: -Wap terlepas dari seluruh makanan, bukan hanya di pinggir; -Sendi ayam boleh ditanggal dengan mudah; -Daging dan ayam tidak menunjukkan sebarang warna merah; -Ikan menjadi legap dan senang dikepingkan dengan garpu.
Pembalut plastik kalis-gelombang mikro	Ia adalah keadaan biasa dengan menggunakan gelombang mikro. Kelembapan dalam makanan akan mempengaruhi jumlah kelembapan dalam ketuhar. Secara umumnya, makanan yang ditutup tidak akan menyebabkan pemeluwapan yang banyak berbanding dengan makanan yang tidak ditutup. Pastikan bahawa bukaan pengudaraan tidak disekat.
Alat memasak plastik kalis gelombang mikro	Untuk memasak makanan dengan kandungan lemak yang tinggi, jangan menyentuh makanan dengan pembalut tersebut kerana ia boleh dicairkan dalam suhu panas.
Kek / daging cincang gulung	Sesetengah alat plastik kalis gelombang mikro tidak sesuai untuk memasak makanan dengan kandungan lemak dan gula yang tinggi. Untuk memasak kek atau daging cincang gulung, letakkan bekas pada piring cetek dengan bahagian kalis haba diterbalikan.

- Panduan Untuk Penyahbekuan-

Defrosting Techniques	
Aturan	Susun makanan di lapisan tunggal walaupun pada hidangan cetek. Ini akan memastikan bahawa semua bahagian makanan dinyahbekukan dengan rata.
Asingkan	Makanan boleh melekat apabila dikeluarkan dari peti sejuk. Ia adalah penting untuk mengasingkan secepat mungkin semasa penyahbekuan, misalnya. stik, chop.
Masa Biar (STANDING TIME)	Tetap masa adalah perlu untuk memastikan makanan dinyahbekukan dengan sempurna. Makanan mesti dibiarkan, dilindungi, untuk jangka masa untuk memastikan bahagian tengah makanan juga dinyahbekukan dengan sepenuhnya.

Nota:

- Alihkan sebarang pembalut atau bungkusan sebelum penyahbekuan.

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Panduan Menu Perolakan SuperSteam

Resipi Masakan Sempurna

Stik Salmon dengan Bayam dan Kentang Bakar

[Alatan Dapur (utensil)]

Kaserol hidangan besar dan cetek

2 dulang membakar

Rak

[Bahan-bahan untuk Stik Salmon]

4 Stik Salmon (Lebih kurang 200 g setiap satu)

Jus Lemon 1 biji

Serbuk Lada hitam untuk perasa

[Bahan-bahan untuk Spinach Bake]

Minyak zaitun untuk sapuan pinggan

400g Bayam yang dinyahbekukan, keringkan

Garam and serbuk lada untuk perasa

Buah pala untuk perencah

500g Kentang yang telah dimasak, buang kulit

dan potong dalam kepingan yang sekata.

150g Crème Fraîche

100ml Susu

Hidangan untuk 4 orang

[Cara-cara]

1. Bersih dan keringkan stik Salmon Taburkan dengan jus lemon jika dikehendaki. rencah dengan serbuk lada hitam.

2. Letakkan stik Salmon pada dulang membakar. Letakkan pada bahagian atas.

3. Sapukan sedikit minyak zaiton pada kaserol hidangan besar dan cetek. Recahkan daun bayam dengan garam dan serbuk lada dan campurkan dengan sekatanya.

4. Taburkan ½ campuran bayam tadi untuk meliputi dasar kaserol hidangan besar dan cetek, diikuti dengan ½ lapisan kepingan kentang.

5. Campurkan Crème fraîche dengan susu, garam dan lada putih dan tuangkan sekata ke atas sayuran tersebut. Tambah perasa dengan buah pala.

6. Letakkan kaserol hidangan besar dan cetek pada dulang membakar. Letakan pada bahagian bawah.

7. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE, MEALS, SALMON STEAKS WITH POTATO BAKE'.

8. Setelah memasak, dibiarkan dengan penutup kepingan aluminium selama 5 minit.

Dada Ayam dengan Memanggang Sayuran Gaya Mediterranean.

[Alatan Dapur]

1 Dulang membakar

Rak

[Bahan-bahan untuk Ayam]

3 sudu besar Kicap Cair

3 sudu besar White Wine

2 ulas Bawang putih, dihancurkan

Lada hitam untuk perasa

4 Dada Ayam

(Lebih kurang 200g setiap satu)

4 sudu besar tepung jagung

[Bahan-bahan untuk memanggang Sayuran Gaya Mediterranean]

75g Asparagus

1 sudu besar minyak zaiton

Garam dan lada putih untuk perasa

1 sudu besar Rosemary Segar

200g Kentang kuib ke dalam 2cm

1 Bawang Merah, dihiris

100g Tomato, dihiris 1/4

100g Terung, dihiris

1 Kapsikum Kuning, dihiris

Hidangan untuk 4 orang

[Cara-cara]

1. Dalam mangkuk besar, campurkan kicap, wine, bawang putih dan lada hitam.

2. Masukkan ayam dan perapkan untuk 1 jam.

3. Tambahkan tepung jagung dan campurkan sehingga daging ayam diliputi sepenuhnya.

4. Potongkan bahagian bawah Asparagus yang keras, dan potongkan ke dalam 3 bahagian yang sekata lebih kurang dalam 4 sm panjangnya.

5. Dalam mangkuk besar, campurkan minyak zaiton, garam, lada putih dan rosmery. Tambahkan kesemua sayuran dan dicampurkan dengan sekatanya.

6. Letakkan sayuran secara langsung dalam dulang membakar, pada bahagian kanan.

7. Letakkan ayam pada rak, dibahagian kiri letakan rak tersebut ke dalam dulang membakar. Letakan dulang membakar pada bahagian atas.

8. Masak dengan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, CHICKEN BREAST WITH ROASTED VEG'.

9. Setelah dimasak, biarkan dengan penutup kepingan aluminium selama 5 minit.

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Masakan Gaya China Daging Lembu dengan Mi

[Alatan Dapur]

Kaserol hidangan cetek besar

Kaserol hidangan cetek kecil

2 Dulang membakar

[Bahan-bahan]

400g	Stik Punggung Lembu
1 sudu besar	Kicap Soya Cair
1 sudu besar	White Wine
1/2 sudu kecil	Gula
1 sudu kecil	Minyak Bijan
2 sudu kecil	Tepung Jagung
1 sudu besar	Halia, diparut
1 sudu besar	Sos Tiram
1.5 sudu besar	Bawang putih, diketuk
1	Cili Padi, benih dikeluarkan, dicin cang halus
100 ml	Stok Daging Lembu Panas
3 sudu besar	Kacang Hitam (dalam tin), dicincang (Atau kacang buah ping gang dalam tin)
1/2	Kapsikum hijau, dihiris
1 Bawang	besar, dicincang
5 Bawang	merah, dihiris
400g	Mi Telur Segar
11/2	cawan Air Sejuk

Hidangan untuk 4 orang

Memanggang Anak Kaki Kambing dengan Kentang Panggang, Lobak Merah dan Turnips

[Alatan Dapur]

Kaserol hidangan cetek kecil

2 Dulang Membakar

[Bahan - bahan]

1kg	Kaki Anak Kambing den gan tulang
1 sudu besar	Minyak Zaitun Garam dan Lada secukup untuk perisa
1 sudu besar	Rosemary Segar
Kentang Bayi 500g,	dipo tong pada separuh
Carrot 200g,	dipotong dadu
Turnips 200g,	dipotong dadu
8 sudu besar	Air Sejuk

Hidangan untuk 4 orang

Panggang Daging dengan Kentang

[Alat Dapur]

1 Dulang pembakar

Rak

[Bahan - bahan]

1/4 cawan Parsli segar,	dicincang
1 sudu besar	Ketumbar segar dicincang
1 sudu besar	chives segar dicincang
	Sudu 1/4 lada hitam
	Garam dan lada secukup rasa
	Minyak untuk sapu
	Daging lembu panggang
	1kg
	Bayi kentang 800g

Hidangan untuk 4-6

[Cara-cara]

1. Potongkan daging lembu dalam bentuk jejalur.
2. Dalam mangkuk besar, campurkan kicap, wine, gula, minyak bijan, tepung jagung, halia, sos tiram, bawang putih dan cili.
3. Tambahkan stok lembu panas pada campuran tadi.
4. Tambahkan kacang hitam, kapsikum, bawang besar, bawang merah dan stik. Campurkan dengan sekatanya.
5. Tuangkan campuran ke dalam Kaserol hidangan cetek besar. Letakkan hidangan ke dalam dulang membakar. Letakkan dulang pada bahagian atas.
6. Letakkan mi telur segar ke dalam Kaserol hidangan cetek kecil ditutupi dengan air sejuk. Letakkan hidangan ke dalam dulang membakar yang satu lagi. Letakkan dibahagian bawah.
7. Masak dengan menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, CHINESE BEEF WITH NOODLES'.
8. Alirkan mi tersebut, kacaukan daging lembu tersebut dengan segera dan biarkannya selama 5 minit sebelum dihidangkan.

[Cara-cara]

1. Letakkan Kaki Anak Kambing secara langsung dalam dulang pembakar. Sapukan dengan minyak zaitun dengan lada garam, dan rosemary. Letakkan dulang pembakar di atas kedudukan atas.
2. Berus kentang dengan minyak zaitun. Tempatkan di sebelah kiri pada dulang pembakar lain.
3. Letakkan lobak merah dan turnips ke hidangan Kaserol hidangan cetek kecil, tambah air sejuk dan tutup dengan kepingan aluminium. Letakkan hidangan ke dalam dulang pembakar.
4. Letakkan dulang pembakar pada kedudukan dibahagian bawah.
5. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST LEG OF LAMB WITH ROASTED VEG'.
5. Dibiarkan selama 5 minit selepas memasak.

1. Pra-panaskan adalah dipra-diprogramkan. Pilih menu, hasil memasak yang dikehendaki dan tekan START untuk prapanaskan.
2. Dalam mangkuk kecil, menggabungkan pasli, ketumbar dan chives. Campurkan sehingga sebati. Sebarkan campuran herba atas papan pemotong yang bersih.
3. Sekata berus daging dengan minyak. Gulung daging lembu di seluruh lapisan herba campuran, sama rata. Perasakan dengan garam dan lada. Diketepikan.
4. Cuci dan potong kentang bayi dalam separuh.
5. Letakkan daging di atas rak dalam dulang pembakar. Sekata letakkan kentang sekitar daging lembu di atas rak.
6. Selepas prapemanasan, letakkan dulang pembakar pada kedudukan yang lebih rendah.
7. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST BEEF WITH POTATOES'.
7. Selepas memasak, biarkan ditutup dengan kerajang aluminium selama 10-15 minit.

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Bayam dan Ricotta Cannelloni

[Alatan Dapur]

Pinggan kaserol cetek dan besar

1 Dulang pembakar

[Bahan - bahan]

250g	paket Bayam beku, dinyah-bekukan
500g	Keju Ricotta rendah lemak
	Secubit serbuk buah pala
	Garam dan lada secukup rasa
12 tiub	Cannelloni segera
500g	jar sos pasta tomato selasih
2 sudu besar	Keju Cheddar diparut

Hidangan untuk 4 orang

[Cara-cara]

1. Keringkan bayam dan perah untuk mengeluarkan apa-apa cecair yang berlebihan.
2. Dalam mangkuk besar, tambah bayam, keju Ricotta, buah pala, garam dan lada. Campurkan sehingga sebat.
3. Letakkan campuran ke dalam beg paiping. Isikan tiub Cannelloni dengan perlahan-lahan dan menekan beg paiping sehingga setiap tiub dipenuhi. Letakkan tiub dalam satu lapisan dalam hidangan kaserol cetek yang besar.
4. Tuangkan sos pasta meliputi Cannelloni. Ratakan sos ke atas pasta menggunakan belakang sudu untuk memastikan liputan yang sekata.
5. Taburkan keju cheddar ke atas pasta.
6. Letakkan pinggan kaserol di atas dulang pembakar. Letakkan dulang pembakar pada kedudukan atas.
- Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, SPINACH AND RICOTTA CANNELLONI'.
7. Selepas masak dibiarkan selama 5 minit.

Nasi Sayur dengan Udang

[Alatan Dapur]

1 Dulang pembakar

[Bahan - bahan]

1, Lobak merah, diparut	
100g	kacang hijau, dihiris
1/2 bawang, dipotong menjadi suku	
125g	Jagung isirong dalam tin
2 1/2 cawan	Air
1 sudu kecil	Serbuk sayur-sayuran
2 cawan	Beras, dibilas
150g	Udang masak dikupas, dipo-
	tong menjadi kepingan kecil
	Garam dan lada secukup rasa

Hidangan untuk 4 orang

[Cara-cara]

1. Dalam mangkuk besar, campurkan lobak merah, kacang, bawang dan jagung. Tambah air dan stok sayur-sayuran. Campurkan sehingga sebat.
2. Terus tambah beras, udang, garam dan lada. Campurkan sehingga sebat.
3. Berhati-hati tuangkan campuran ini ke dalam dulang pembakar dan disebar serata. Letakkan dulang pembakar pada kedudukan atas.
4. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, VEGETABLE RICE WITH PRAWNS'.
5. Selepas masak, dibiarkan selama 5 minit.

Ayam Panggang dengan Kentang dan Parsnips

[Alatan Dapur]

1 Dulang pembakar

Rak

[Bahan - bahan]

1 sudu besar	Minyak
1/2 sudu kecil	Stok Ayam
1/2 sudu kecil	Oregano
	Garam dan Lada secukup untuk perasa
1 kg	Ayam
	Bayi kentang 500g
	Parsnips 300g

Hidangan untuk 4 orang

[Cara-cara]

1. Prapans telah diaturcarakan terlebih dahulu. Pilih menu, memasak yang dikehendak dan tekan START untuk prapanaskan.
2. Dalam mangkuk kecil, campurkan minyak, stok ayam, oregano, garam dan lada. Campurkan sehingga sebat.
3. Sapukan ayam dengan campuran minyak dengan sekatanya. Ikat kaki ayam bersama-sama. Diketepikan.
4. Basuh kentang bayi dan parsnips. Kentang dipotong pada separuh, dan memotong parsnips ke kuarters.
5. Letakkan dada ayam sebelah di atas rak dalam dulang pembakar. Tabur rata kentang dan parsnips sekitar ayam di atas rak.
6. Selepas prapemanasan, letakkan dulang pembakar di atas kedudukan atas.
7. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, COMPLETE MEALS, ROAST CHICKEN WITH POTATOES'.
8. Selepas memasak, biarkan ditutup dengan kepingan aluminium selama 10 minit.

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

SUPERSTEAM GRILL (MEMBAKAR DENGAN WAP LAMPAU PANAS)

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara	Kedudukan Dulang Mem- bakar
Kaki Ayam (suhu semasa 3°C)	0.2 – 1.0 kg (100g)	• Perasakan dengan garam, lada hitam dan paprika. • Cucuk kulit kaki ayam. • Letakkan kaki ayam atas rak, kulit sebelah bawah, dulang pembakar. • Selepas memasak, hidangkan diatas piring.	Atas
Stik Ayam (suhu semasa 3°C)	0.25 – 1.00 kg (50g)	• Perasakan dengan garam, lada hitam dan paprika. • Letakkan stik ayam di atas rak dalam dulang pembakar. • Selepas masak, dibiarkani selama 5 minit.	Atas
Ikan Panggang (suhu semasa 3°C)	0.2 – 1.0 kg (100g) Ikan penuh	• Buat beberapa belahan pada kulit ikan. • Sapukan dengan minyak. Tempatkan ikan di atas rak dalam dulang pembakar dan letakkan di dalam ketuhar. • Selepas memasak, tempat di atas piring dan hidangkan.	Atas
Rentetan Panggang (suhu semasa 3°C)	0.20 – 0.80 kg (50g)	• Sediakan retetan panggang merujuk kepada resipi bawah. • Letakkan di atas rak dalam dulang pembakar. • Selepas masak, keluarkan dan letakkan di atas pinggan untuk dihidang.	Atas

RECIPI UNTUK KEBAB

Kebab Kambing

[Bahan - bahan]

400g	Hirisan Daging Goreng 400g
100g	Daging Perut Salai
2 Labu Bawang (100 g), dipotong 4	
4 Biji	Tomato (250 g), dipotong 4
1/2 Lada Hijau (100 g), dalam lapan keping	
4 sudu besar	Minyak
2 sudu kecil	Paprika
	garam
1/2 sudu kecil	Lada merah
1 sudu kecil	sos worcester

[Cara-cara]

1. Potong hirisan daging goreng dan perut daging ke kiub 2-3 cm.
2. Cucukkan daging dan sayur-sayuran selang-seli pada empat lidi kayu (lebih kurang 25cm panjang).
3. Campurkan minyak dengan rempah dan sapu menyeluruh pada kebab. Letakkan kebab di atas rak dalam dulang pembakar.
4. Masak menggunakan 'SuperSteam Convection, AUTO, GRILL, GRILLED SKEWERS'.

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

SUPERSTEAM ROAST (MEMANGGANG DENGAN WAP LAMPAU PANAS)

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara	Kedudukan Dulang Mem- bakar
Memanggang Ayam (suhu semasa 3°C)	0.9 – 2.0 kg (100g)	- Gunakan garam, lada dan paprika sebagai perasa. - Letakkan pada rak di dalam dulang membakar tanpa tutup dan masak. - Lepas memasak, tutupkan dengan kepingan aluminium dan dibiarkan selama 10 minit.	Bawah
Memanggang Daging (suhu semasa 3°C)	0.9 – 1.5 kg (100g)	- Ikat daging dengan tali - Gunakan garam, lada dan paprika sebagai perasa. - Letakkan pada rak di dalam dulang membakar tanpa tutup dan masak. - Lepas memasak, tutupkan dengan kepingan aluminium dan dibiarkan selama 10 minit.	Bawah
Memanggang Daging Lembu, Medium (suhu semasa 3°C)	1.0– 2.0 kg (100g)	- Gunakan garam, lada sebagai perasa. - Letakkan daging pada rak di dalam dulang membakar tanpa tutup dan masak. - Lepas memasak, tutupkan dengan kepingan aluminium dan dibiarkan selama 10 minit.	Bawah
Memanggang Kaki Anak Kambing (suhu semasa 3°C)	1.0– 2.0 kg (100g)	- Gunakan garam, lada dan rosmery sebagai perasa. - Letakkan pada rak di dalam dulang membakar tanpa tutup dan masak. - Lepas memasak, tutupkan dengan kepingan aluminium dan dibiarkan selama 10 minit.	Bawah

SUPERSTEAM BAKE (MEMBAKAR DENGAN WAP LAMPAU PANAS)

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara	Kedudukan Dulang Mem- bakar
Bekuan Pizza (Jenis Nipis, Tebal) (suhu semasa -18°C)	1 lapisan: 0.2-1.0 kg (100g) 2 lapisan: 0.2-1.0kg (100g)	- Prapanas diaturcarakan sebelumnya. Pilih menu, lapisan yang dikehendaki, kuantiti dan keputusan hidangan, kemudian tekan START untuk pra panas. - Alihkan bungkusan dan letakkan pada dulang membakar. Lepas prapanas, letakkan dulang ke dalam ketuhar. - Selepas memasak, hidangkan.	Memasak dengan 1 lapisan : Atas Memasak den- gan 2 lapisan : Atas/Bawah
Kek (suhu semasa 20°C) Kek Lobak, Kek Butter, Kek Coklat	1 lapisan (Tin kek : ± 20sm)	- Gunakan resipi tradisi atau siap beli. - Prapanas diaturcarakan sebelumnya. Pilih menu, jangkamasa memasak yang dikehendaki dan tekan START untuk prapanas. - Selepas prapanas, letakkan tin kek di dalam dulang. Letakkan dulang ke dalam ketuhar. - Lepas membakar, benarkan kek tersebut menjadi sejuk dalam tin kek selama 5 minit.	Bawah
Roti (suhu semasa 20°C)	1 lapisan (Tin Roti : ± 13x20 sm)	- Gunakan recepi resipi atau siap beli. - Prapanas diaturcarakan sebelumnya. Pilih menu, jangkamasa memasak yang dikehendaki dan tekan START untuk prapanas. - Selepas prapanas, letakkan tin di dalam dulang. Letakkan du- lang ke dalam ketuhar. - Lepas membakar, benarkan kek tersebut menjadi sejuk dalam tin selama 5 minit.	Bawah
Membakar Kentang (suhu semasa 20°C)	1 – 4 biji (1 biji : 250g)	- Prapanas diaturcarakan sebelumnya. Pilih menu, jangkamasa memasak yang dikehendaki dan tekan START untuk prapanas. - Cucuk beberapa tempat pada kentang dan letakkan pada rak di dalam dulang membakar. Lepas prapanas, letakkan dulang tersebut ke dalam ketuhar. - Lepas masak, dibiarkan dengan balutan kepingan aluminium selama 2-3 minit.	Bawah

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Panduan Menu Mengukus

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara	Kedudukan Dulang Mem- bakar															
Fresh Vegetable 1 Sayuran Segar 1 (suhu semasa 3°C) Sayuran Lembut : Zucchini, Capsicum, Broccoli, Cendawan, Asparagus	0.2-1.0 kg (100g)	• Bersihkan sayuran, keringkan air yang berlebihan. • Letakkan sayuran di dalam dulang mengukus. • Letakkan dulang mengukus pada rak di dalam dulang membakar, tanpa tutup. • Lepas masak, dibiarkan selama 1 – 5 minit.	Atas															
Fresh Vegetable 2 Sayuran Segar 2 (suhu semasa 3°C) Sayuran Keras : Lobak, Cauliflower, Keka-cang, Brussel Sprout.	0.2-1.0 kg (100g)																	
Frozen Vegetable Bekuan Sayuran (suhu semasa -18°C) Campuran sayuran, Broccoli, Peas, Lobak, Cauliflower.	0.2-1.0 kg (100g)	• Letakkan sayur-sayuran beku di dalam dulang kukus. • Letakkan dulang kukus di atas rak dalam dulang pembakar, tanpa tutup. • Selepas masak, dibiarkan selama 1-5 minit.	Atas															
Ikan Segar /Udang Segar (suhu semasa 3°C) Snapper Seluruh, Kepingan Siakap, Udang Hijau Besar	0.1-1.0 kg (100g)	• Cuci ikan dengan teliti dan membuang sisik. • Buat belahan beberapa pada kulit ikan, cucuk mata ikan. • Letakkan ikan / udang dalam dulang kukus. • Letakkan dulang kukus di atas rak dalam dulang pembakar, ditutup. • Selepas masak, dibiarkan selama 1 - 3 minit.	Atas															
Kemudahan Bekuan (Ladu) (suhu semasa -18°C)	0.1-0.5 kg (100g)	• Letakkan makanan di dalam dulang kukus. • Letakkan dulang kukus di atas rak dalam dulang pembakar tanpa tutup. • Selepas masak, dibiarkan selama 1 - 3 minit.	Atas															
Beras (suhu semasa 20°C dengan air paip) Beras Putih	Untuk hidangan 1-4 (1 hidangan)	• Basuh beras dengan teliti sehingga air mengalir bersih. • Letakkan ke dalam kaserol 2 liter dan tutup dengan air. • Letakkan hidangan di atas dulang pembakar tanpa tutup. • Selepas masak, dibiarkan selama 1-5 minit. <table><tr><td>Hidangan</td><td>1 Hidangan</td><td>2 Hidangan</td><td>3 Hidangan</td><td>4 Hidangan</td></tr><tr><td>Beras</td><td>½ cawan</td><td>1 cawan</td><td>1 ½ cawan</td><td>2 cawan</td></tr><tr><td>Air</td><td>½ cawan</td><td>1 ½ cawan</td><td>2 cawan</td><td>2 ½ cawan</td></tr></table>	Hidangan	1 Hidangan	2 Hidangan	3 Hidangan	4 Hidangan	Beras	½ cawan	1 cawan	1 ½ cawan	2 cawan	Air	½ cawan	1 ½ cawan	2 cawan	2 ½ cawan	Atas
Hidangan	1 Hidangan	2 Hidangan	3 Hidangan	4 Hidangan														
Beras	½ cawan	1 cawan	1 ½ cawan	2 cawan														
Air	½ cawan	1 ½ cawan	2 cawan	2 ½ cawan														

CARTA MEMASAK SECARA AUTOMATIK

Panduan Menu Gelombang Mikro (Microwave)

Penyahbekuan Automatik

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara
Stik / Chops (suhu semasa -18°C)	0.1-1.0 kg (100g)	- Balutkan bahagian nipis stik atau chops dengan kepingan aluminium. - Letakkan bahagian nipis makanan pada bahagian tengah dengan lapisan tunggal atas rak kalis gelombang mikro penyahbekuan. Jika ketulan tersebut melekat, asingkan dengan segera. - Selepas ketuhar berhenti, alihkan ketulan yang sudah dinyahbekukan, terbalikan dan lindungi bahagian yang telah dipanaskan. - Selepas masa penyahbekuan, bertutup menutup dengan kepingan aluminium selama 5 – 15 minit. - Rujuk NOTA dibawah.
Ayam (suhu semasa -18°C)	0.9-2.0 kg (100g)	- Alihkan bungkus. Balutkan kepek dan kaki dengan kepingan aluminium. - Letakkan dada pada bahagian bawah pad arak penyahbekuan kalis gelombang mikro. - Letakkan rak penyahbekuan secara langsung pada dasar ketuhar. - Selepas ketuhar berhenti, terbalikkan dan lindungi bahagian yang telah dipanaskan. - Selepas masa penyahbekuan, dibiarkan bertutup dengan kepingan aluminium selama 15 – 30 minit. - N.B. Selepas dibiarkan seketika, bilas dengan air.
Daging Panggang (Daging Lembu/ Babi/Anak Kambing) (suhu semasa -18°C)	1.0-2.0 kg (100g)	- Lindungi tulang dan tepi dengan jalur kerajang berlebar 2.5cm. - Halakan ke atas permukaan daging (jika boleh) pada rak penyahbekuan kalis gelombang mikro. - Letakkan rak tersebut secara langsung pada dasar ketuhar. - Apabila ketuhar telah berhenti, balikkan dan balutkan bahagian yang telah dipanaskan. - Selepas masa penyahbekuan, dibiarkan bertutup dengan kepingan aluminium selama 15 – 30 minit.
Daging Cincang / Sosej (suhu semasa -18°C)	0.1-1.0 kg (100g)	- Letakkan daging cincang yang beku di rak penyahbekuan kalis gelombang mikro. Balutkan bahagian tepi. - Letakkan rak tersebut secara langsung pada dasar ketuhar. - Apabila ketuhar telah berhenti, keluarkan bahagian yang telah dinyahbekukan, terbalikkan dan balutkan bahagian tepi dengan kertas aluminium. - Selepas masa penyahbekuan, dibiarkan bertutup dengan kepingan aluminium selama 5 – 20 minit. - Lihat NOTA dibawah.

Makanan yang tidak tersenarai dalam Panduan ini boleh dinyahbekukan secara manual dengan menggunakan penetapan 30% tahap kuasa.

NOTA : Untuk stik / chops, bekukan secara berasingan pada lapisan tunggal yang rata dan asingkan dengan bungkus bekuan plastik perlu. Ini untuk memastikan penyahbekuan yang sekata. Apabila membekukan daging cincang, ben tukkan dengan rata dengan saiz yang sama. Ia juga merupakan idea yang baik untuk melabel pek dengan berat yang betul.

Pengesan Memanas Semula

Nama Menu	Julat Berat (Unit meningkat)	Aturcara									
Hidangan Malam (suhu semasa 3°C)	1 hidangan (lebih kurang 400g)	- Balut dengan plastik dan cucuk 5 kali. - Letakkan pinggan tersebut pada dasar ketuhar. - Selepas masak, dibiarkan bertutup selama 2 minit. <table border="1"> <tr> <td>Daging</td><td>Kentang</td><td>Sayuran</td></tr> <tr> <td>175 – 180 g</td><td>125 g</td><td>100 g</td></tr> <tr> <td>Daging lembu, daging anak kambing, ayam (dihiris), Tulang-T</td><td>Dihiris</td><td>Lobak, Zucchini, Broccoli, Cauliflower</td></tr> </table>	Daging	Kentang	Sayuran	175 – 180 g	125 g	100 g	Daging lembu, daging anak kambing, ayam (dihiris), Tulang-T	Dihiris	Lobak, Zucchini, Broccoli, Cauliflower
Daging	Kentang	Sayuran									
175 – 180 g	125 g	100 g									
Daging lembu, daging anak kambing, ayam (dihiris), Tulang-T	Dihiris	Lobak, Zucchini, Broccoli, Cauliflower									
Kaserol Kaserol (suhu semasa 3°C): Beef Stroganoff, Springtime Lamb, Chicken Fricassee Dalam tin (suhu semasa 20°C): Kacang Pang- gang dalam tin, Spaghetti	1-4 cawan (1 cawan = 250ml)	- Letakkan pada kaserol. - Balutkan dengan plastik dan cucuk 5 kali. - Selepas masak, kacau dan dibiarkan dengan dibalut dengan pembalut plastik untuk 1 – 5 minit.									
Sup (Suhu semasa 20°C) Labu, Tomato, Ayam	1-4 cawan (1 cawan = 250ml)	- Letakkan di dalam mangkuk kalis gelombang mikro. - Jangan tutup. - Letakkan secara langsung pada dasar ketuhar. - Lepas masak, dikacau.									
Pizza (suhu semasa 3°C) Pepperoni, Supreme	1 – 4 Keping (1 ketul ± 90g)	Letakkan pizza pada sehelai tuala kertas secara langsung pada dasar ketuhar.									

