

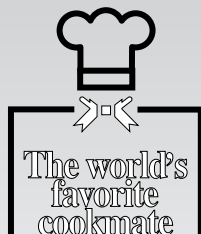


SHARP

คู่มือการใช้ OPERATION MANUAL



รุ่น R-299
R-299(BL)
R-299(GR)
R-299(PK)



สารบัญ	หน้า
คำเตือน	1
คำเตือนและข้อสังเกตพิเศษ	2
ข้อแนะนำในการติดตั้ง	3
ส่วนประกอบของเตา	3
การทำงานของแผงควบคุม	4
คำแนะนำในการปรุงอาหาร	5
ก่อนการใช้งาน	6
การปรุงอาหารระบบอัตโนมัติ	7
คำสั่งพิเศษอื่นๆ	13
การดูแลรักษาและการทำความสะอาด	14
การเรียกบริการตรวจสอบเช็ค	14
ข้อมูลจำเพาะ	14
คู่มือใช้งานภาษาจีนและเครื่องครัว	15
คู่มือประกอบอาหาร	16-20

บริษัทฯ ขอขอบพระคุณที่ท่านไว้วางใจผลิตภัณฑ์ของ
บริษัท ชาร์ป ไทย จำกัด เพื่อให้การใช้เตาไมโครเวฟเป็น
ไปอย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ กรุณาอ่านคู่มือการ
ใช้นี้อย่างละเอียดก่อนใช้งานและเก็บรักษาคู่มือนี้ไว้
สำหรับอ้างอิงในกรณีที่มีปัญหา





คำเตือน

ข้อแนะนำสำคัญเพื่อความปลอดภัย: กรุณาอ่านอย่างละเอียดและเก็บไว้อ้างอิง:

1. เพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดไฟลุกไหม้ในเตาไมโครเวฟ ควรปฏิบัติตามดังนี้:

- 1.1 ไม่ปรุงอาหารมากเกินไปในแต่ละครั้ง
- 1.2 ถอดยางรัดหรือเชือกออกจากถุงกระดาษหรือถุงพลาสติกก่อนนำเข้าเตาไมโครเวฟ
- 1.3 ไม่ควรตั้งอุณหภูมิของน้ำมันหรือไขมันสำหรับทอดให้ร้อนเกินไป เพราะจะไม่สามารถควบคุมความร้อนของน้ำมันได้
- 1.4 ควรเฝ้าการทำงานเป็นระยะๆ ในกรณีอุ่นอาหารที่บรรจุอยู่ในภาชนะแบบใช้ครั้งเดียว ซึ่งทำจากพลาสติก กระดาษ หรือภาชนะที่ไม่ได้ ทั้งนี้เพื่อดูว่ามีควันไฟหรือกลิ่นไหม้ออกมาจากเตาไมโครเวฟหรือไม่
- 1.5 ถ้ามีวัสดุที่สามารถติดไฟได้อยู่ในเตา หรือมีควันไฟออกมาจากเตา ควรปิดประตูเตา ปิดเตา และดึงปลั๊กออก หรือสับสวิตช์ไฟลง
- 1.6 หลังใช้งานเสร็จ ให้ทำความสะอาดที่ปิดตัวนำคลื่นด้วยผ้าเปียกหมาด แล้วตามด้วยผ้าแห้ง เพื่อขจัดเศษอาหารและคราบน้ำมันที่ทิ้งไว้นานๆ อาจทำให้พื้นผิวบริเวณนั้นร้อนเกินไป และก่อให้เกิดควันหรือลูกไฟไหม้ได้

2. เพื่อลดความเสี่ยงของการระเบิดหรือการเดือดพุ่งของอาหารหรือเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุ เนื่องจากเตาไมโครเวฟนี้สามารถอุ่นอาหารและเครื่องดื่มได้ในเวลาอันรวดเร็ว ดังนั้นจึงควรตั้งเวลาและกำลังความร้อนให้เหมาะสมกับชนิดและปริมาณอาหารที่จะอุ่น หากไม่แน่ใจให้เริ่มต้นที่เวลาและกำลังความร้อนต่ำไว้ก่อน แล้วค่อยอุ่นซ้ำจนกว่าอาหารนั้นจะร้อนพอดีทั่วกัน

ข้อแนะนำเพิ่มเติม:

- 2.1 ไม่ควรนำภาชนะปิดฝาเข้าเตา รวมไปถึงขวดนมเด็กที่ปิดจุกนมหรือปิดฝาไว้ เนื่องจากสิ่งเหล่านี้อาจเกิดระเบิดได้
- 2.2 ไม่ควรตั้งเวลาให้อุ่นนานเกินไป
- 2.3 ในการต้มของเหลวในเตาไมโครเวฟ ควรใช้ภาชนะปากกว้าง
- 2.4 เมื่อต้มเสร็จแล้ว ให้ทิ้งไว้อย่างน้อย 20 วินาที เพื่อป้องกันน้ำหรือของเหลวเดือดพุ่ง ที่อาจจะยังไม่เกิดขึ้นที่ ควรระมัดระวังในขณะที่หยิบยกภาชนะบรรจุ
- 2.5 ควรมีการคนหรือเขย่าอาหารที่บรรจุในภาชนะสำหรับเด็กให้ทั่ว และต้องตรวจสอบอุณหภูมิอาหารก่อนบริโภคเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกลวก
- 2.6 การคนของเหลวก่อนและระหว่างการปรุง ควรระมัดระวังเป็นอย่างยิ่ง เมื่อต้องจับภาชนะวัตถุ หรือเมื่อวางซ้อนเครื่องครัวอื่นๆ ลงในภาชนะบรรจุนั้น
3. เตาไมโครเวฟนี้เหมาะสำหรับการเตรียมอาหารภายในบ้านเท่านั้น และควรใช้สำหรับอุ่นอาหาร ปรุงอาหาร ละลายอาหารแช่แข็งและอุ่นเครื่องดื่มเท่านั้น แต่ไม่เหมาะสำหรับการใช้เพื่อการคั่ว การทอดลง หรืออุปกรณ์ทางอายุกรรม
4. ห้ามเปิดเครื่องทำงาน เมื่อมีสิ่งกีดขวางอยู่ระหว่างประตูเตาไมโครเวฟ
5. อย่าพยายามปรับหรือซ่อมแซมเตาไมโครเวฟด้วยตัวเอง ไม่ควรอนุญาตให้บุคคลอื่นทำการซ่อมบำรุงเตาอบหรือเสวนบริการอื่น ยกเว้นเจ้าหน้าที่ของศูนย์บริการชาร์ป ซึ่งผ่านการอบรมมาเป็นอย่างดี ทั้งนี้เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากการซ่อมบำรุงดังกล่าวจำเป็นต้องมีการถอดส่วนประกอบของเครื่อง โดยเฉพาะตัวนำคลื่น
6. หากเตามีปัญหา ไม่ควรใช้งานจนกว่าจะได้รับการซ่อมจากศูนย์บริการชาร์ป โดยเฉพาะในกรณีประตูเปิดไม่สนิท และส่วนประกอบต่อไปนี้เกิดความเสียหาย:
 - 6.1 ประตู (โค้งงอ)
 - 6.2 บานพับประตู และ สลักประตู (แตกหัก หรือหลวม)
 - 6.3 ฉนวนกันคลื่น ที่ปิดตัวนำคลื่นและช่องด้านหลังของเตา (โค้งงอหรือผิดรูปร่าง)
 - 6.4 มีรอยไหม้ที่ฉนวนประตู
7. ขณะนำอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ ต้องระวังอย่าให้ภาชนะ ฝาจับภาชนะ และอุปกรณ์ในการประกอบอาหารอื่นๆ ชนที่สลักประตูเตา
8. อย่ายื่นสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยเฉพาะอุปกรณ์โลหะเข้าไปในตะแกรงระหว่างประตูเตาและเตาไมโครเวฟขณะที่เครื่องทำงานอยู่
9. อย่ากดหรือกระแทกสลักบานประตู
10. ควรใช้ถุงมือจับอุปกรณ์ประกอบอาหารที่สัมผัสกับอาหารร้อนในเตา เนื่องจากความร้อนของอาหารจะส่งผ่านไปยังอุปกรณ์ดังกล่าวและทำให้ผิวหนังไหม้พองได้
11. หากสายไฟเสื่อมสภาพ ให้เปลี่ยนสายไฟที่ใช้สำหรับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะซึ่งทางศูนย์บริการของชาร์ปมีให้เท่านั้น และต้องเปลี่ยนโดยเจ้าหน้าที่ของศูนย์บริการชาร์ป ซึ่งผ่านการฝึกอบรมเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อหลีกเลี่ยงอันตรายซึ่งอาจเกิดขึ้นได้
12. ถ้าวัดหลอดไฟเสีย ควรติดต่อตัวแทนจำหน่ายหรือศูนย์บริการชาร์ป
13. หลีกเลี่ยงไอน้ำเดือดเพราะจะทำให้ฟุ้งโดนหน้าและมือ ค่อยๆ เปิดฝาดูอาหารหรือพลาสติกคลุมอาหารอย่างระมัดระวัง รวมไปถึงถุงข้าวโพดคั่ว (ป๊อปคอร์น) และถุงประกอบอาหารด้วยเตาไมโครเวฟ และต้องให้ห่างจากใบหน้า
14. ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟยังอยู่ในสภาพดี และต้องไม่วางอยู่ใต้เตา หรือไม่ถูกกดทับด้วยพื้นผิวที่ร้อนหรือขอบแหลมคม
15. เพื่อป้องกันงานหมุนแตก
 - 15.1 ถ้าจานหมุนยังร้อนอยู่ ควรทิ้งไว้ให้เย็นก่อนใช้น้ำทำความสะอาด
 - 15.2 อย่าวางภาชนะร้อนจัดลงบนจานหมุนที่เย็น
 - 15.3 อย่าวางภาชนะเย็นลงบนจานหมุนที่ร้อนจัด
16. ไม่ควรวางสิ่งใดลงบนเตาไมโครเวฟ
17. ไม่ควรจัดเก็บอาหารหรือสิ่งของอื่นๆ ไว้ในเตาไมโครเวฟ
18. ก่อนทำการอุ่นอาหาร ควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าอุปกรณ์ประกอบอาหารไม่ได้สัมผัสกับผนังด้านในเตาไมโครเวฟขณะอุ่นอาหาร
19. อนุญาตให้เด็กใช้เตาไมโครเวฟได้ต่อเมื่อมีผู้ใหญ่คอยดูแลใกล้ชิดเท่านั้น และควรให้คำแนะนำอย่างถูกต้องเพื่อให้เด็กสามารถใช้เตาไมโครเวฟได้อย่างปลอดภัยและเข้าใจถึงอันตรายอันอาจเกิดจากการใช้เตาที่ไม่ถูกวิธี
20. ไม่ควรปล่อยให้เด็กหรือผู้ทุพพลภาพใช้เตาไมโครเวฟตามลำพัง
21. ต้องคอยระมัดระวังไม่ให้เด็กเล่นเตาไมโครเวฟ





คำเตือนและข้อสังเกตพิเศษ

	ควรทำ	ไม่ควรทำ
ไข่ ผัก ผลไม้ ผลไม้เปลือกแข็ง เมล็ดพืช ไส้กรอกและ หอยนางรม	* เจาะไข่แดง ไข่ขาวและหอยนางรม ก่อนนำเข้าเตาเพื่อป้องกัน “การระเบิด” * เจาะผิวมันฝรั่ง แอปเปิ้ล น้ำเต้า ฮีทดอก ไส้กรอก และหอยนางรมก่อน เพื่อให้ไอน้ำภายในระเหยออกมาได้	* ปรงอาหารประเภทไข่ทั้งเปลือก (ทั้งนี้เพื่อป้องกันไข่ “ระเบิด” ซึ่งอาจทำให้เตาไมโครเวฟเสียหายหรือเป็นอันตรายต่อผู้ใช้) * อุ่นอาหารประเภทไข่ทั้งฟอง * ปรงหอยนางรมด้วยไฟแรงเกินไป * อบผลไม้เปลือกแข็งหรือเมล็ดพืชทั้งเปลือก
ข้าวโพดคั่ว (ป๊อปคอร์น)	* เลือกป๊อปคอร์นบรรจุสำเร็จซึ่งใช้กับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ * เมื่อได้ยินเสียงป๊อปคอร์นแตกตัวแล้ว ให้ปิดเครื่อง แล้วรอสัก 1-2 วินาที เพื่อให้ป๊อปคอร์นแตกตัวให้หมด	* ใช้กระดาษสาสีน้ำตาลหรือขามแก้วทำป๊อปคอร์น * ตั้งเวลาการทำป๊อปคอร์นนานเกินไป
อาหารเด็กอ่อน	* เทอาหารเด็กอ่อนใส่จานใบเล็กและอุ่นอย่างระมัดระวัง ควรหมั่นคนบ่อยๆ ให้ตรวจสอบระดับอุณหภูมิที่เหมาะสมเพื่อป้องกันอาหารไหม้ * เปิดฝาขวดและถอดจุกนมออกจากขวดก่อนทำการอุ่นนมทุกครั้ง หลังจากอุ่นเสร็จแล้วให้เขย่าขวดนมเพื่อปรับอุณหภูมิให้เท่ากัน ควรตรวจสอบระดับอุณหภูมิก่อนนำไปให้เด็กทาน	* อุ่นขวดนมแบบใช้แล้วทิ้ง * ใช้ความร้อนสูงเกินไปในการอุ่นขวดนม (ควรอุ่นในระดับที่ร้อนพอดี) * อุ่นขวดนมทั้งที่ยังมีจุกขวดนมปิดอยู่ * อุ่นอาหารเด็กทั้งขวดบรรจุที่ซื้อมาแต่แรก
อาหารทั่วไป	* ถ้าเป็นอาหารประเภทมีไส้ หลังจากอุ่นแล้วให้ตัด แบ่งเป็นชิ้น เพื่อให้ไอน้ำระเหยออกมาและป้องกัน อาหารไหม้ * ใช้ขามกันลื่นในการปรงอาหารประเภทของเหลวหรือซีเรียล เพื่อป้องกันน้ำล้นออกมา	* อุ่นหรือปรงอาหารทั้งในขวดแก้วปิดฝา หรือภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท * ทำน้ำมันให้ร้อนจัดจนเกินไป * ใช้เตาในการอุ่นหรืออบไม้แห้งสมุนไพร ดอกไม้ กระดาษ หรือเสื้อผ้าที่เปียกชื้น * เปิดให้เตาทำงานโดยไม่มียาอาหารภายในเตา
ของเหลว (เครื่องดื่ม)	* หากต้องการดื่มหรืออุ่นของเหลว โปรดดูคำเตือนหน้า 1 เพื่อป้องกันการระเบิดหรือเดือดพุ่ง	* ตั้งเวลาการอุ่นไว้นานเกินไป
อาหารกระป๋อง	* นำอาหารออกจากกระป๋องก่อนอุ่นร้อน	* อุ่นหรือปรงอาหารทั้งกระป๋อง โดยไม่เทอาหารออกก่อน
ไส้กรอกม้วน พาย หุ้ดตึง	* ปรงอาหารตามเวลาที่แนะนำสำหรับอาหารที่มีปริมาณน้ำตาล และ/หรือไขมันสูง	* ตั้งเวลาในการปรงอาหารมากเกินไป ซึ่งจะทำให้อาหารไหม้ได้
เนื้อสัตว์	* ในการอบ ให้ใช้ตะแกรงหรือจานที่ใช้กับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ เพื่อรองน้ำมันที่หยดลงมา	* วางเนื้อลงบนจานหมุนโดยตรง
ภาชนะที่ใช้	* ก่อนใช้ควรตรวจสอบว่าภาชนะที่จะใช้นั้นเหมาะสำหรับการปรงอาหารด้วยเตาไมโครเวฟ	* ใช้อุปกรณ์โลหะในเตาไมโครเวฟ ทั้งนี้เพราะโลหะจะสะท้อนคลื่นไมโครเวฟ และอาจเป็นสาเหตุให้เกิดประกายไฟ
แผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์	* ใช้ปิดอาหารเพื่อไม่ให้สุกเกินไป * ต้องระวังการเกิดประกายไฟ ดังนั้นจึงไม่ควรใช้แผ่นฟอยล์ยาวเกินไป และต้องระวังไม่ให้แผ่นฟอยล์สัมผัสกับผนังด้านในเตา	* ใช้แผ่นฟอยล์มากเกินไป * วางอาหารที่ปิดแผ่นฟอยล์ไว้ใกล้กับผนังด้านในเตาอันอาจทำให้เกิดประกายไฟและเตาเสียหายได้
จานสำหรับทำเกี๊ยม	* ใช้ขนาดที่เหมาะสม เช่น จานทนความร้อนและจานที่ใช้กับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ วางรองจานสำหรับทำเกี๊ยมไว้ แล้วจึงนำไปวางไว้บนจานหมุน	* ตั้งเวลาการอุ่นช้าเกินไปเวลาที่ผู้ผลิตแนะนำ ซึ่งอาจทำให้จานหมุนแตก และ/หรือชิ้นส่วนภายในเตาเสียหาย





ข้อแนะนำในการติดตั้ง

- นำวัสดุที่ใช้หีบห่อ (เช่น โฟมและกระดาษแข็ง) ออกจากเตาไมโครเวฟให้หมด รวมทั้งสติ๊กเกอร์สินค้าที่ประตูเตา (ถ้ามี) ตรวจสอบว่ามีชิ้นส่วนเสียหายหรือไม่ เช่น ประตูเตาหลุด ฉนวนประตูเสียหาย หรือมีรอยขีดข่วนภายในตู้หรือที่ประตู ในกรณีที่มีส่วนใดชำรุดเสียหาย ห้ามใช้เตาจนกว่าจะได้รับการตรวจสอบเช็คจากศูนย์บริการของซาร์ป และได้รับการซ่อมบำรุง ถ้าจำเป็น
- อุปกรณ์เพิ่มเติมที่มาพร้อมกับเตาไมโครเวฟ
 - จานหมุน
 - แท่นรองจานหมุน
 - คู่มือการใช้งาน
- ติดตั้งแท่นรองจานหมุนและจานหมุนตามภาพแผนผังส่วนประกอบของเตาที่แสดงด้านล่าง วางแท่นรองจานหมุนไว้ด้านล่างเตา และวางจานหมุนลงบนแท่นรองจานหมุน แล้วจัดวางให้เข้ากับเพืองตรงกลาง ห้ามใช้เตาไมโครเวฟโดยไม่มีจานหมุนและแท่นรองจานหมุน
- ไม่ควรตั้งเตาไมโครเวฟในบริเวณที่มีความร้อนหรือความชื้นสูง เช่น ตั้งอยู่ใกล้เตาอบธรรมดา ควรตั้งในที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
ด้านบนของเตาไมโครเวฟควรห่างจากเพดานอย่างน้อย 15 ซม.
เตาไมโครเวฟนี้ไม่ได้ออกแบบมาเพื่อติดตั้งแบบติดผนังหรือตู้
- ผู้ผลิตและผู้จำหน่ายจะไม่รับผิดชอบต่อความเสียหายใดๆ ที่เกิดขึ้นกับเตาไมโครเวฟหรือการบาดเจ็บของบุคคล อันเกิดจากการไม่ปฏิบัติตามขั้นตอนการเชื่อมต่อไฟอย่างถูกต้อง ทั้งนี้ แรงดันไฟฟ้าและความถี่ที่ใช้กับเตานี้จะต้องเป็นไปตามที่ระบุไว้ที่ฉลากแสดงข้อมูลจำเพาะด้านหลังเครื่อง
- เตาไมโครเวฟนี้จะต้องต่อสายดิน

ข้อควรระวัง

สายไฟของเตาไมโครเวฟจะมีสีตามรหัสดังต่อไปนี้

สีเขียวและสีเหลือง	:	สายดิน
สีน้ำเงิน	:	Neutral
สีน้ำตาล	:	Live

เนื่องจากสีของสายไฟของเตาไมโครเวฟอาจจะไม่ตรงสีของขั้วปลั๊ก ให้ทำตามต่อไปนี้:

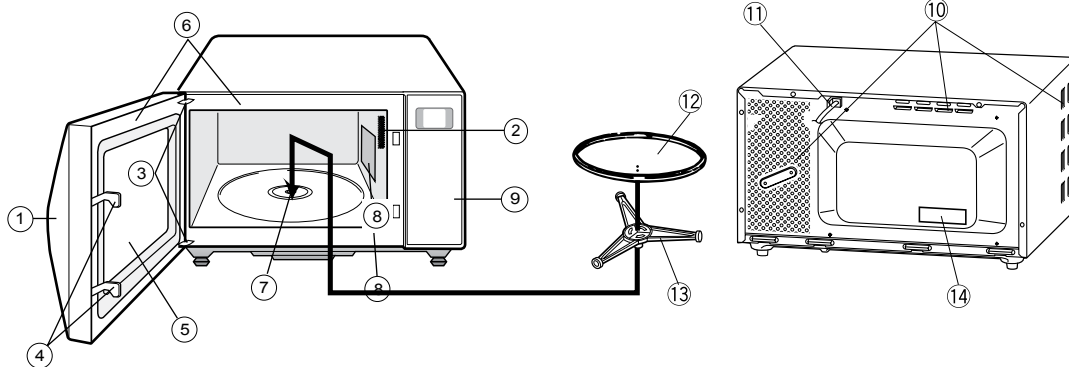
ต้องต่อสายไฟสีเขียวและเขียว เข้ากับขั้วปลั๊กที่มีสัญลักษณ์รูปตัว E หรือสัญลักษณ์สายดิน $\perp$ หรือขั้วที่มีสีเหลืองและเขียว

ต้องต่อสายไฟสีน้ำเงินเข้ากับขั้วปลั๊ก ที่มีสัญลักษณ์รูปตัว N หรือมีสีน้ำเงิน

ต้องต่อสายไฟสีน้ำตาลเข้ากับขั้วปลั๊กที่มีสัญลักษณ์รูปตัว L หรือมีสีน้ำตาล

- * ในกรณีที่ได้รับของท่านเป็นแบบ 2 รู จะต้องติดตั้งสายดินเข้ากับจุดต่อสายดินซึ่งอยู่ด้านหลังตอนล่างของเตา ก่อนใช้งาน เพื่อป้องกันไฟฟ้ารั่ว

ส่วนประกอบของเตา



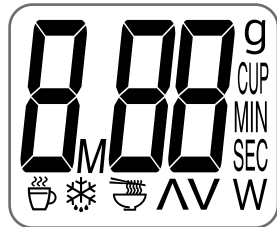
- มือจับเปิดประตูเตา
- หลอดไฟ
- บานพับประตู
- สลักประตู
- ประตูเตา
- ฉนวนประตู และฉนวน
- เพืองสำหรับวางแท่นรองจานหมุน
- ที่ปิดตัวนำคลื่น (ห้ามดึงออก)
- แผงหน้าปัด (ดูหน้า 4)
- ช่องระบายอากาศ
- สายไฟ
- จานหมุน
- แท่นรองจานหมุน
- ฉลากแสดงข้อมูลจำเพาะ



การทำงานของแผงหน้าปัด

การทำงานของแผงหน้าปัดจะควบคุมโดยการกดปุ่มบนแผงหน้าปัด สัญญาณจะดังขึ้นทุกครั้งที่ใช้กดปุ่มบนแผงหน้าปัด และจะมีเสียงสัญญาณดังขึ้นอีกครั้ง เมื่อการปรุงอาหารเสร็จสิ้น

จอแสดงผล



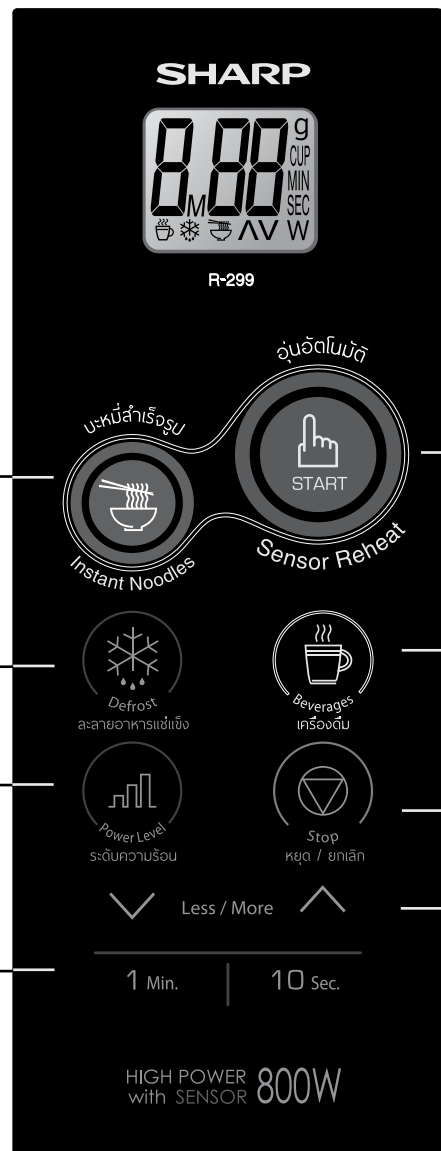
แผงหน้าปัดระบบสัมผัส

ปุ่มบะหมี่สำเร็จรูป
กดเพื่อทำการปรุง
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

ปุ่มละลายอาหารแช่แข็ง
กดเพื่อละลายอาหารแช่แข็ง

ปุ่มระดับความร้อน
กดเพื่อเลือกระดับความร้อน

ปุ่มตั้งเวลา
กดเพื่อตั้งเวลาปรุงอาหาร



ปุ่มเริ่มต้น / อุณหภูมิอัตโนมัติ
- กดเพื่อเริ่มต้นทำงานของเตา
หลังจากตั้งโปรแกรม
- กดเพื่อเริ่มการอุณหภูมิอัตโนมัติ

ปุ่มเครื่องต้ม
กดเพื่อทำเครื่องต้ม

ปุ่มหยุด/ยกเลิก
- กดเพื่อยกเลิกการตั้งโปรแกรม
- กดเพื่อหยุดการทำงานในขณะที่เตา
กำลังทำงาน

ปุ่มเพิ่ม/ลด
กดเพื่อปรับการตั้งค่าโปรแกรม
อัตโนมัติให้เวลาเพิ่มขึ้นหรือลดลง
(ดูรายละเอียดหน้า 13)



คำแนะนำในการปรุงอาหาร

เทคนิคการปรุงอาหารด้วยเตาไมโครเวฟ

การจัดวางอาหาร	วางอาหารส่วนที่หนาที่สุดไว้ตรงขอบจานด้านนอก
เวลาในการปรุงอาหาร	ควรตั้งเวลาการปรุงที่สั้นที่สุดตามคำแนะนำไว้ก่อน แล้วจึงค่อยเพิ่มเวลาถ้าต้องการอาหารที่ใช้เวลาปรุงนานเกินไป อาจก่อให้เกิดควันหรือติดไฟ
การปิดคลุมอาหารก่อนนำเข้าเตา	ควรใช้กระดาษทิชชูแผ่นใหญ่ พลาสติกคลุมอาหาร หรือฝาปิดภาชนะที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ ปิดคลุมอาหารก่อนนำเข้าเตา (เลือกชนิดให้เหมาะสมกับลักษณะของการประกอบอาหาร) การปิดคลุมอาหารจะช่วยป้องกันเศษอาหารกระเด็น และช่วยให้อาหารสุกทั่วถึงกัน (รวมทั้งช่วยรักษาความสะอาดของเตา)
การป้องกันอาหารไหม้	ในการปรุงอาหารประเภทเนื้อ หรือเปิดไก่ ควรใช้อะลูมิเนียมฟอยล์แผ่นเล็กๆ ปิดคลุมตรงส่วนที่บางกว่าส่วนอื่นๆ เพื่อป้องกันอาหารไหม้
การคนอาหาร	ควรคนอาหาร 1-2 ครั้งในระหว่างการปรุง ถ้าเป็นไปได้
การพลิกกลับอาหาร	อาหารประเภทไก่ แฮมเบอร์เกอร์ หรือสเต็ก ควรมีการพลิกกลับในระหว่างการปรุงอาหาร
การสลับตำแหน่งอาหาร	ยกตัวอย่างเช่น การปรุงอาหารประเภทลูกชิ้นเนื้อ ควรพลิกอาหารกลับด้านบ้าง และควรเปลี่ยนตำแหน่งการวางอาหารจากตรงกลางของจานไปตรงขอบจานบ้าง
การตั้งอาหารพักไว้	หลังจากปรุงอาหารเสร็จ ควรมีเวลาดังอาหารพักไว้อย่างเหมาะสม ถ้าเป็นไปได้ ควรคนอาหารเมื่อนำอาหารออกจากเตาแล้ว อย่าเพิ่งเปิดฝาดูอาหารโดยทันที ควรพักอาหารทิ้งไว้สักครู่เพื่อให้อาหารสุกเต็มที่
การตรวจสอบอาหาร	ควรสังเกตลักษณะอาหารเพื่อให้ทราบว่าอาหารนั้นสุกแล้ว ดังนี้ - ดูจากไอร้อนที่ระเหยออกมาจากอาหารโดยทั่วกัน ไม่เฉพาะจุดใดจุดหนึ่ง - อาหารประเภทเปิด ไก่ ตรงบริเวณข้อต่อจะขยับได้ง่ายขึ้น - อาหารประเภทหมู เบ็ด ไก่ จะไม่มีสีเลือด - อาหารประเภทปลา เนื้อปลาจะไม่ใส เมื่อใช้ส้อมจิ้มเนื้อปลาจะแยกตัวออกจากกัน
ไอน้ำ	ความชื้นและไอน้ำในอาหารจะมีผลต่อการเกิดความชื้นภายในเตาไมโครเวฟ ซึ่งเป็นเรื่องปกติของการประกอบอาหารด้วยไมโครเวฟ โดยทั่วไปแล้ว ถ้ามีการคลุมอาหารไว้ขณะประกอบอาหาร จะทำให้มีไอน้ำเกิดขึ้นน้อยกว่า การประกอบอาหารโดยไม่มีสิ่งใดคลุมอาหารเลย ควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าไมโครเวฟตั้งอยู่ในที่ที่มีการระบายอากาศดี
จานสำหรับทำเกรียม	เมื่อมีการใช้จานสำหรับทำเกรียมหรือวัสดุอุ่นร้อนด้วยตนเอง ต้องใช้ฉนวนทนความร้อน เช่น จานกระเบื้อง รองไว้ข้างใต้เสมอเพื่อป้องกันความเสียหายอันอาจเกิดขึ้นกับจานหมุน แท่นรองจานหมุน และเฟืองสำหรับวางแท่นรองจานหมุน นอกจากนี้ ต้องตั้งเวลาการอุ่นตามคำแนะนำที่ระบุไว้ ห้ามตั้งเวลาเกินจากนั้นเป็นอันขาด
พลาสติกคลุมอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ	ในการปรุงอาหารที่มีไขมันมาก ต้องระวังอย่าให้พลาสติกคลุมอาหารสัมผัสกับอาหาร เพราะพลาสติกอาจจะละลายได้
ภาชนะพลาสติกที่ใช้ปรุงอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ	ภาชนะพลาสติกที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้นั้น อาจมีบางชนิดที่ไม่เหมาะจะนำมาใช้ประกอบอาหารที่มีไขมันและน้ำตาลสูง เพราะภาชนะดังกล่าวอาจจะละลายหรือแตกได้





ก่อนการใช้งาน

เริ่มการใช้งาน

เสียบปลั๊กเตาอบเข้ากับเต้าเสียบ จอแสดงผลจะแสดง "0" ตอนนี้เตาอบพร้อมใช้งานแล้ว

หยุด (Stop)

กดปุ่ม **หยุด (Stop)** เมื่อต้องการที่จะ

- หยุดการทำงานของเตาในขณะที่เตากำลังทำงาน
- ยกเลิกโปรแกรมในระหว่างการตั้งโปรแกรมปรุงอาหาร

การใช้งาน

การตั้งเวลาปรุงอาหาร

เมื่อต้องการที่จะปรุงอาหาร ขั้นตอนแรกคือตั้งระดับความร้อน หลังจากนั้นตั้งเวลาในการปรุงอาหาร

ระดับความร้อนมีทั้งหมด 4 ระดับ

สามารถตั้งเวลาได้นานถึง 20 นาทีที่ระดับความร้อน 200W และ 500W

สามารถตั้งเวลาได้นานถึง 15 นาทีที่ระดับความร้อน 700W และ 800W

ระดับความร้อน 	200W กดปุ่มระดับความร้อน 4 ครั้ง	500W กดปุ่มระดับความร้อน 3 ครั้ง	700W กดปุ่มระดับความร้อน 2 ครั้ง	800W (HIGH) กดปุ่มระดับความร้อน 1 ครั้ง
จอแสดงผล				
อาหารที่แนะนำ	ละลายน้ำแข็ง, ละลายเนยเหลว	อาหารเฉพาะอย่าง เช่น ไข่ หรือ อาหารทะเล		เนื้อดิบ, ผัก, ข้าวหรือพาสต้า

สมมติว่าต้องการปรุงผักเป็นเวลา 2 นาที 30 วินาที ที่ระดับความร้อนสูง (800W)

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	ใส่ค่าระดับความร้อน 800W (กดปุ่มระดับความร้อน 1 ครั้ง)	 x1	
2	ใส่เวลาที่ต้องการโดยกดปุ่มตั้งเวลา	1 Min. 10 Sec. x2 x3	
3	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START)		

หากเปิดประตูเตาขณะที่เตากำลังทำงาน เวลาในการปรุงอาหารจะหยุดลง เตาจะทำงานต่อได้เมื่อปิดประตูเตาและกดปุ่มเริ่มการทำงานอีกครั้ง เวลาที่เหลืออยู่จะนับถอยหลังต่อไป

หากต้องการทราบระดับความร้อนในขณะที่ปรุงอาหาร ให้กดปุ่มระดับความร้อนค้างไว้ หน้าจอจะแสดงระดับความร้อนที่ตั้งไว้





การปรุงอาหารระบบอัตโนมัติ

ข้อสังเกตในการปรุงอาหารระบบอัตโนมัติ

1. เมื่อใช้งานการปรุงอาหารแบบระบบอัตโนมัติ ให้ปฏิบัติตามรายละเอียดและคำแนะนำ เพื่อการปรุงอาหารที่ได้ ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด
ถ้าไม่ปฏิบัติตาม อาหารอาจจะสุกเกินไป หรือดิบเกินไป
2. ถ้าปริมาณหรือน้ำหนักของอาหารที่มากหรือน้อยกว่าที่ระบุไว้ในคำแนะนำ ให้ทำการปรุงอาหารด้วยระบบแบบตั้งค่าเอง
3. ถ้าต้องการเปลี่ยนแปลงค่าโปรแกรมปรุงอาหารหรือละลายน้ำแข็ง จากค่าปกติ ให้กดปุ่ม เพิ่ม หรือ ลด ให้ดูที่หน้า 13
4. ผลของการปรุงอาหารอาจจะเปลี่ยนแปลง ขึ้นอยู่กับสภาพของอาหาร (เช่น อุณหภูมิเริ่มต้นของอาหาร, รูปร่าง, คุณภาพ)
ตรวจสอบอาหารหลังจากปรุง ถ้าจำเป็น (อาหารไม่สุก) ให้ตั้งเวลาปรุงอาหารต่อ
5. การละลายอาหารแช่แข็งที่มีน้ำหนักมากหรือน้อยกว่าคู่มือละลายอาหารแช่แข็ง ให้ใช้การละลายอาหารแช่แข็งแบบตั้งค่าเอง

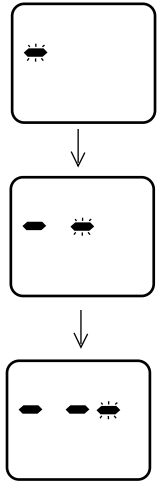
การอุ่นอาหารอัตโนมัติแบบ One Touch

เพื่อความสะดวก การอุ่นอาหารด้วยปุ่มเดียวจะทำการอุ่นอาหารแบบอัตโนมัติและง่ายดาย

อย่าอุ่นอาหารที่มีปริมาณน้อยและมีน้ำในอาหารน้อย เช่น ขนมปัง, อาหารย่าง ทั้งนี้เพื่อป้องกันการเกิดควันและลูกไหม้ได้

อย่าใช้โปรแกรมอุ่นอาหารกับเครื่องต้ม ให้อุ่นเครื่องต้มแทน (ป้องกันการเดือดเหี่ยวป่วน)

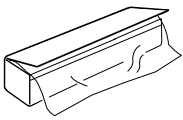
สมมุติว่าต้องการอุ่นอาหาร

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START)	 x 1	 การปรุงอาหารเริ่มต้น จอแสดงผลแสดงแถบการ อุ่นอาหาร เมื่อปรุงอาหารเสร็จ เตาจะหยุดการ ทำงานและแสดงผล "0"





คำแนะนำในการอุ่นอาหาร



- อาหารที่ห่อพลาสติก : อาหารที่ต้องการเก็บความชื้นไว้ในอาหาร เช่น อาหารแช่แข็ง, อาหารนึ่ง
 - อาหารที่ไม่ห่อพลาสติก : ข้าว (อุณหภูมิห้อง/แช่แข็ง) อาหารที่ต้องระเหยน้ำภายในอาหารออก เช่น อาหารทอด, อาหารผัด
- : ในตารางหมายถึงต้องห่อพลาสติก

(mL = cc)

เมนูอาหาร	น้ำหนัก	สถานะ	การห่อ	ปุ่ม เพิ่ม/ลด	เทคนิค
อาหารปรุงสำเร็จ (สปาเก็ตตี้, พาย)	100-350 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	
อาหารทั่วไป (อาหารกล่อง, อื่นๆ)	ประมาณ 600 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	
ข้าว	1-4 ถ้วย (1 ถ้วย 150 กรัม)	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	ถ้าข้าวยังแข็ง ให้พรมด้วยน้ำ
ข้าวแช่แข็ง	1-2 ถ้วย (1 ช้อน 150 กรัม)	แช่แข็ง	○	-	ความหนาควรน้อยกว่า 3 ซม. ทำข้าวแช่แข็งให้เรียบและวางลงบนจาน
อาหารนึ่ง (ขนมจีบ, นึ่ง)	5-12 ถ้วย (160 กรัม)	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	○	-	พรมด้วยน้ำทั้งสองด้าน
		แช่แข็ง	○	-	
อาหารย่าง (แฮมเบอร์เกอร์)	1-4 ถ้วย (1 ช้อน 80 กรัม)	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	More	ถ้ายังแข็งให้ใส่น้ำมันสไลด์
		แช่แข็ง	○		หลังจากอุ่นแล้ว ให้ห่อด้วยพลาสติกและนึ่ง ต่อไปอีก 2-3 นาที
แกง-สตูว์	200-400 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	○	-	แช่แข็งด้วยภาชนะกันลิก นำออกจากเตาและคนในขณะที่เวลายังคง
	100-400 กรัม	แช่แข็ง	○	More	แสดงบนจอแสดงผล นำเข้าเตาและกดปุ่มเริ่ม ต้น อุณหภูมิและคนอีกครั้งจนเสร็จ
อาหารต้ม	100-400 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	ห่อภาชนะที่อาจจะประทุ เช่น ปลาต้ม
อาหารทอด (เทมปุระ)	100-400 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	วางกระดาษรองเทมปุระลงบนจาน จัดวาง อาหาร (ห้ามวางซ้อนกัน) อาหารประเภท ปลาหมึกอาจจะประทุ เมื่อใช้โปรแกรมการปรุง แบบปกติที่ระดับความร้อน 200W
ซूप	1-2 ถ้วย (1 ถ้วย 150 มล.)		-	More	คนหลังจากอุ่นเสร็จ
ข้าวผัด	100-400 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	คนหลังจากอุ่นเสร็จ
	100-300 กรัม	แช่แข็ง	○	More	เกลี่ยให้แยกกันก่อนอุ่น
ก๋วยเตี๋ยวผัด	100-200 กรัม	อุณหภูมิห้อง/ แช่เย็น	-	-	คนหลังจากอุ่นเสร็จ
เผือก-ฟักทอง	100-400 กรัม	แช่แข็ง	○	-	
ผักรวม	100-300 กรัม	แช่แข็ง	○	-	ข้อควรระวัง: เมื่ออุ่นอาหารที่มีปริมาณน้อย อาจเกิดควัน, ลูกไหม้หรือไฟฟ้ากระตุกได้



คำแนะนำในการอุ่นอาหาร

ข้อควรระวัง

- ควรแกะห่อหรือสิ่งปกคลุมเพื่อหลีกเลี่ยงการเปลี่ยนรูปหรือการละลายของวัสดุห่อหุ้ม
- ภาชนะที่เสี่ยงต่อการเกิดความเสียหาย, การระเบิดหรือลุกไหม้จากการอุ่นไม่ควรนำเข้าไปอุ่น (ถุงใส่ซอส, ไข่ต้ม, ภาชนะอลูมิเนียม)
- ห้ามใช้ภาชนะอลูมิเนียมหรืออลูมิเนียมฟอยล์ (อาจจะทำให้เกิดไฟกระชากระหว่างอุ่นและทำให้เตาเสียหายได้)
- ถ้าเตาหรือถาดรองร้อน ควรปล่อยไว้ให้เย็น

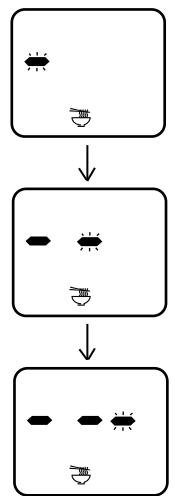


บะหมี่สำเร็จรูป



ด้วยการกดปุ่มบะหมี่สำเร็จรูปปุ่มเดียว จะสามารถปรุงบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปด้วยระบบอัตโนมัติได้อย่างง่ายดาย

สมมุติว่าต้องการปรุงบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป 1 ห่อ ปริมาณ 50 กรัม

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่ม บะหมี่สำเร็จรูป หนึ่งครั้ง	 x1	 การปรุงอาหารเริ่มต้น จอแสดงผลแสดง แถบการอุ่นอาหาร เมื่อปรุงอาหารเสร็จ เตาจะหยุดการทำงานและแสดงผล "0"

- แกะบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปใส่ซามและเติมน้ำ (ควรใช้ซามเซรามิก)
1 ห่อ น้ำหนักประมาณ 50 กรัม - 90 กรัม, อุณหภูมิห้อง 20-25 องศา, ใส่น้ำตามคำแนะนำในห่อ
สามารถใส่เครื่องปรุงเพิ่มเติมเช่น ผัก ลงไปด้วย
- วางซามในลักษณะที่สามารถหมุนได้
- ปรุงโดยไม่ต้องปิดภาชนะ
- เมื่อปรุงเสร็จ สามารถเสิร์ฟได้ทันที

หมายเหตุ: ควรใส่น้ำท่วมบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

ปฏิบัติตามคำแนะนำบนห่อ ถ้ามี

ระยะเวลาในการปรุงมีหลายระยะเวลา (ประมาณ 3-4 นาที สำหรับขนาด 50 กรัม)





เครื่องดื่ม

1. 1 แก้ว
2. 2 แก้ว
3. 3 แก้ว
4. 4 แก้ว

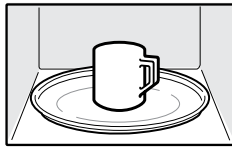


ปุ่มเครื่องดื่ม จะคำนวณระดับความร้อนอัตโนมัติ สำหรับการอุ่นเครื่องดื่มที่นิยม (กาแฟ, ชา และน้ำ)

การกดปุ่มเครื่องดื่มแต่ละครั้งหมายถึงการเพิ่มจำนวนแก้วที่จะอุ่น (สูงสุดคือ 4 แก้ว)

1 แก้ว --> 2 แก้ว --> 3 แก้ว --> 4 แก้ว --> 1 แก้ว

การเตรียม: แกะวัสดุหุ้มและวางแก้วลงบนกลางจานหมุน (สำหรับ 1 แก้ว)



สำหรับ 2 แก้วหรือมากกว่านั้น ให้วางเป็นลักษณะเส้นรอบวง (ดังภาพ)



- ใส่เครื่องดื่มในปริมาณที่เป็นมาตรฐานต่อแก้ว

นม: 200 มล., กาแฟ: 150 มล. (มล. = ซีซี)

- ภาชนะ: ใช้ภาชนะที่มีน้ำหนักมาตรฐาน ควรมีอัตราส่วนน้ำหนักต่อความจุเท่ากับ 8 ต่อ 10

แก้ว: ใช้แก้วกันร้อน ปากกว้าง

คนทุกครั้งก่อนและหลังอุ่น

สมมติว่าต้องการอุ่นชา 2 แก้ว

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่มเครื่องดื่ม 2 ครั้ง	 x2	
2	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START)	 x1	 ↓  เวลาในการปรุงจะเริ่มนับถอยหลัง เมื่อนับไปจนถึงศูนย์ จะมีเสียง "บี๊บ"





ละลายอาหารแช่แข็ง (เนื้อ, ปลา)

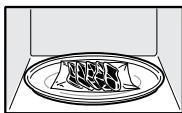
1. 100g
2. 200g
3. 300g
4. 400g
5. 500g



ละลายอาหารแช่แข็ง

โปรแกรมละลายอาหารแช่แข็ง จะคำนวณเวลาและระดับความร้อนอัตโนมัติ
สำหรับการละลายน้ำแข็ง
การกดปุ่มละลายน้ำแข็งแต่ละครั้งจะเปลี่ยนน้ำหนักของอาหารที่จะละลายน้ำแข็ง
(สูงสุด 500 กรัม)
100g --> 200g --> 300g --> 400g --> 500g --> 100g

การเตรียม: วางอาหารที่มีวัสดุหุ้มลงบนจานจานหมุน (ไม่ต้องใช้ภาชนะ)



สามารถละลายน้ำแข็งได้ 100g - 500g ในแต่ละครั้ง
ละลายน้ำแข็งสำหรับอาหารที่เพิ่งนำออกจากช่องแช่แข็ง
ถ้าอาหารที่น้ำแข็งเริ่มละลายแล้ว ให้ใช้โปรแกรมอุ่นแบบปกติด้วยไมโครเวฟ ที่ระดับความร้อน 200W
และเฝ้าดูเพื่อป้องกันอาหารสุกหรือเปลี่ยนสี ควรจะหุ้มส่วนที่บางของอาหารด้วยอลูมิเนียมฟอยล์
ควรระวังอย่าให้อลูมิเนียมฟอยล์สัมผัสกับผนังภายในเตา เพราะอาจทำให้เกิดประกายไฟและประตูเตาเสียหาย

สมมุติว่าต้องการละลายเนื้อแช่แข็งน้ำหนัก 400g

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่มละลายน้ำแข็ง 4 ครั้ง	 ละลายอาหารแช่แข็ง X4	
2	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START)		 J.  เวลาในการละลายน้ำแข็งจะเริ่มนับถอยหลัง เมื่อนับไปจนถึงศูนย์ จะมีเสียง "บี๊บ"

ชนิดอาหาร		ปุ่มเพิ่ม / ลด	เทคนิคในการใช้งาน
เนื้อ	เนื้อชิ้น เนื้อหั่นบาง, ไก่	 More	หุ้มส่วนที่บางด้วยอลูมิเนียมฟอยล์ เช่น ส่วนขาไก่
ปลา	ปลาทูน่า - กุ้ง เนื้อปลา	 Less	หุ้มส่วนที่บางด้วยอลูมิเนียมฟอยล์ เช่น ส่วนหางปลา

หมายเหตุ: หุ้มปลายของชิ้นเนื้อหรือเส็กด้วยฟอยล์
หันเนื้อให้เป็นชิ้นบางเท่าๆกัน เมื่อต้องการที่จะแช่แข็ง
สำหรับเนื้อไก่ชิ้น, สเต็ก ควรแช่แข็งแยกชิ้นกัน ถ้าเป็นไปได้ควรวางสลับด้วยแผ่นพลาสติกสำหรับแช่แข็งเป็นชั้น
เพื่อการละลายน้ำแข็งที่เท่าๆกันแนะนำให้ติดฉลากน้ำหนักของชิ้นเนื้อกำกับไว้ด้วย





คำสั่งพิเศษอื่นๆ

การตั้งค่า เพิ่ม/ลด

เวลาในการปรุงอาหารแบบอัตโนมัติ ได้มีการตั้งโปรแกรมที่เหมาะสมสำหรับเมนูยอดนิยมไว้แล้ว แต่หากต้องการเปลี่ยนแปลงเวลา ให้ใช้ปุ่ม “เพิ่ม” หรือ “ลด” เพื่อเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหาร

ปุ่ม เพิ่ม/ลด สามารถใช้ในการปรับแต่งการปรุงอาหารในการทำงานดังต่อไปนี้

- อุณหภูมิอัตโนมัติ One Touch

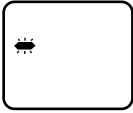
- บะหมี่เส้นสำเร็จรูป

- ละลายอาหารแช่แข็ง

- เครื่องดื่ม (ใช้ปุ่มลดได้เท่านั้น)

(1) อุณหภูมิอัตโนมัติ One Touch

* สมมติว่าต้องการอุ่นซूप 1 ถ้วย และเพิ่มเวลาอุ่นจากเวลามาตรฐาน

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START) (อุณหภูมิอัตโนมัติ) 1 ครั้ง	 Sensor Reheat X1	 ระบบการอุ่นอาหารเริ่มทำงาน
2	กดปุ่ม เพิ่ม 1 ครั้ง	More  x1	 การอุ่นอาหารเริ่มต้น จอแสดงผลแสดงแถบการ อุ่นอาหาร เมื่อปรุงอาหารเสร็จ เตาจะหยุดการ ทำงานและแสดงผล “0”

(2) การละลายอาหารแช่แข็ง

* สมมติว่าต้องการละลายปลาแช่แข็ง น้ำหนัก 400g และลดเวลาจากเวลามาตรฐาน

ลำดับ	ขั้นตอนการทำงาน	ลำดับการกดปุ่ม	จอแสดงผล
1	กดปุ่มละลายอาหารแช่แข็ง 4 ครั้ง เพื่อ ละลายปลาแช่แข็งน้ำหนัก 400g	 ละลายอาหารแช่แข็ง X4	 4:00 ^g
2	กดปุ่มเริ่มการทำงาน (START)	 Sensor Reheat	 4:00 ^g
3	กดปุ่ม ลด 1 ครั้ง ภายใน 30 วินาทีหลังจาก เริ่มต้นทำงาน	 Less x1	 4:00 ^g สัญลักษณ์ ลด จะปรากฏ ↓ หลังจาก 30 วินาที  3:00 ^{SEC} เวลาในการละลายน้ำแข็งจะเริ่มนับถอยหลัง เมื่อนับไปจนถึงศูนย์ จะมีเสียง “บี๊บ”





การดูแลรักษาและการทำความสะอาด

ถอดปลั๊กออกก่อนจะทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ หรือเปิดประตูเตาทิ้งไว้เพื่อป้องกันเตาทำงานในขณะที่ทำความสะอาดอยู่

หมั่นทำความสะอาดเป็นประจำ - ควรทำความสะอาดและเช็ดเศษอาหารที่กระเด็นออกมา เพื่อป้องกันไม่ให้ผิวหนังด้านในเตาเสื่อมสภาพ ซึ่งอาจทำให้เตามีระยะเวลาการใช้งานสั้นลง หรืออาจก่ออันตรายอื่นๆ ขึ้น

ภายนอก:

ทำความสะอาดด้วยน้ำอุ่นและสบู่อ่อนๆ ใช้ผ้าเปียกหมาดเช็ดให้สะอาด ห้ามใช้อุปกรณ์หรือน้ำยาทำความสะอาดที่มีฤทธิ์รุนแรง ดูแลรักษาให้ช่องระบายอากาศปราศจากฝุ่นละออง

ประตูเตา:

เช็ดประตูทั้งด้านนอกและด้านใน ควรใช้ผ้าเปียกหมาดเช็ดทำความสะอาดจนประตูและส่วนที่ติดกัน เพื่อขจัดรอยเปื้อนหรือเศษอาหารที่กระเด็นออกมา ห้ามใช้อุปกรณ์หรือน้ำยาทำความสะอาดที่มีฤทธิ์รุนแรง

แผงหน้าปัด:

ใช้ผ้าเปียกหมาดเช็ดแผงหน้าปัดอย่างเบามือ (ใช้เพียงผ้าชุบน้ำเพียงอย่างเดียว ไม่ใช้สบู่หรือน้ำยาทำความสะอาด)

ห้ามขีดถูหรือใช้น้ำยาเคมีทำความสะอาด ระวังอย่าให้ผ้าขุมน้ำจนเกินไป

ผนังภายใน:

การทำความสะอาดพื้นผิวด้านในเตา ให้เช็ดด้วยผ้านุ่มและน้ำอุ่น หลังจากใช้งานให้เช็ดที่ปิดตัวนำคลื่นในเตาด้วยผ้านุ่มเพื่อขจัดเศษอาหารที่กระเด็นออกมาทุกครั้งหลังใช้งานเสร็จ ไม่เช่นนั้นเศษอาหารที่ก่อตัวอาจทำให้ผนังบริเวณนั้นร้อนเกินไปจนเกิดควันหรือลุกไหม้ได้ ห้ามแกะที่ปิดตัวนำคลื่นออก ห้ามใช้น้ำยาทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ หรือน้ำยาที่มีฤทธิ์รุนแรง ห้ามขีดถูส่วนใดๆ ของเตาไมโครเวฟ รวมทั้งห้ามฉีดน้ำหรือน้ำยาใดๆ ลงบนส่วนหนึ่งส่วนใดของเตาโดยตรง ในการทำความสะอาด ต้องระวังอย่าใช้น้ำมากเกินไป หลังทำความสะอาดเสร็จ ให้ใช้ผ้าแห้งนุ่มๆ เช็ดตามอีกครั้งให้แห้งสนิท

จานหมุน/แกนลูกล่อหมุนจาน:

ทำความสะอาดด้วยสบู่อ่อนๆ และเช็ดให้แห้ง

การเรียกบริการตรวจสอบเช็ค

ก่อนโทรเรียกบริการตรวจสอบเช็ค โปรดตรวจสอบดังนี้:

- | | |
|---|------------------------|
| 1. หน้าจอแสดงผลสว่างหรือไม่? | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |
| 2. วางแก้วน้ำหนึ่งแก้ว (ประมาณ 250 มล.) บนจานหมุนแล้วปิดประตูเตา ตั้งเวลาให้เครื่องทำงานที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 1 นาที | |
| ก. ไฟภายในเตาติดสว่างหรือไม่? | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |
| ข. พัดลมระบายความร้อนทำงาน? (เอามือไปอังที่ช่องระบายอากาศด้านหลัง) | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |
| ค. จานหมุนหมุนหรือไม่? (จานหมุนอาจหมุนตามเข็มหรือทวนเข็มนาฬิกาก็ได้ ถือเป็นเรื่องปกติ) | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |
| ง. หลังจากเวลาผ่านไป 2 นาที ได้ยินเสียงเตือนและไฟสัญลักษณ์ที่บนอักษร COOK หายไปหรือไม่? | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |
| จ. น้ำในแก้วร้อน? | ใช่ _____ ไม่ใช่ _____ |

หากการตรวจสอบพบว่าไม่มีหัวข้อ "ไม่ใช่" ตามข้อใดข้อหนึ่งข้างต้น โปรดตรวจสอบเตาเสียบปลั๊กไฟและระบบไฟฟ้าในบ้าน หากทุกอย่างปกติดี โปรดติดต่อศูนย์บริการของชาร์ปที่ใกล้บ้านที่สุด

ข้อมูลจำเพาะ

แรงดันไฟฟ้ากระแสสลับ :	อ้างอิงที่สลากแสดงข้อมูลจำเพาะ
กำลังไฟฟ้าเข้า :	1.25 กิโลวัตต์
กำลังไฟฟ้าออก :	800 วัตต์* (ขั้นตอนการทดสอบของ IEC)
ความถี่คลื่น :	2450 เมกะเฮิรตซ์ (Class B/Group 2)**
ขนาดภายนอก :	460 มม.(น) x 275 มม.(ส) x 368 มม.(ล)
ขนาดภายใน :	319 มม.(น) x 204 มม.(ส) x 336 มม.(ล) ***
ความจุ :	22 ลิตร***
ระบบปรุงอาหาร :	ระบบจานหมุน (เส้นผ่าศูนย์กลางขนาด 272 มม.)
น้ำหนัก :	ประมาณ 12 กิโลกรัม

* การวัดข้างต้นใช้วิธีการมาตรฐานของ International Electrotechnical Commission (IEC) ที่ใช้สำหรับการวัดกำลังไฟออน

** เป็นการแบ่งประเภทของอุปกรณ์คลื่นความถี่ ISM (Industrial, Scientific and Medical) ที่อธิบายไว้ใน International Standard CISPR11

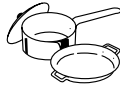
*** ความจุภายในคำนวณโดยการวัดค่าสูงสุดของความกว้าง ความลึกและความสูง

ความจุจริงสำหรับการใส่อาหารจะน้อยกว่า





คู่มือใช้งานภาชนะและเครื่องครัว

ภาชนะที่ใช้	เตาไมโครเวฟ
เครื่องแก้ว (ทนความร้อน) 	O
เซรามิก (ทนความร้อน) 	O
เครื่องปั้นดินเผา, ภาชนะดินเผาเนื้อแกร่ง	O
เครื่องครัวโลหะ, เครื่องสแตนเลส 	X
ฟาง, หวาย และไม้ 	ระยะเวลาสั้น ๆ
เครื่องครัวพลาสติก (ซึ่งใช้กับไมโครเวฟ) 	ระยะเวลาสั้น ๆ
จานกระดาษ, พืชซูเนกประสงค์ 	ระยะเวลาสั้น ๆ
พลาสติกคลุมอาหาร (ซึ่งใช้กับไมโครเวฟ) 	O
แผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ 	ป้องกันอาหารไหม้
จานอลูมิเนียมฟอยล์ 	X

หมายเหตุ

มาตรฐานการตวงวัด

1 ถ้วย	=	250 ลบ.ซม.
1 ช้อนโต๊ะ	=	15 ลบ.ซม.
1 ช้อนชา	=	5 ลบ.ซม.
1 ช้อนโต๊ะ	=	3 ช้อนชา





คู่มือประกอบอาหาร

ซูป

ซูปลูกชิ้นกึ่งกับเห็ดฟาง

[ส่วนผสม]

กุ้ง	230 กรัม
ไขมันหมู	40 กรัม
เห็ดฟาง	1 กระป๋อง
ต้นหอม	ปริมาณเล็กน้อย
น้ำมันงา	ปริมาณเล็กน้อย

[เครื่องปรุงรส]

(A)	
เกลือ	1 ช้อนชา
ผงปรุงรส	1/2 ช้อนชา
พริกไทยป่น	1/2 ช้อนชา
ไข่ขาว	1 ฟอง
แป้งข้าวโพด	1/2 ช้อนชา

[เครื่องปรุงรส]

(B)	
เกลือ	1 ช้อนชา
ไวน์ข้าว	1/2 ช้อนโต๊ะ
ผงปรุงรส	2 ช้อนชา
น้ำ	3 ถ้วย

[วิธีการปรุง]

1. แล่กุ้งเอาเส้นหลังออก, ล้างแล้วสับให้ละเอียด เติมไขมันหมูและเครื่องปรุงรส (A) ลงไป คลุกให้เข้ากัน ใช้ช้อนตักส่วนผสมเป็นก้อนๆ วางพักไว้
2. ผสมเครื่องปรุงรส (B) ทั้งหมดลงในภาชนะใบใหญ่ ปิดและต้มด้วยไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 7 นาที
3. เติมลูกชิ้นกึ่ง เห็ดฟางและต้นหอมลงไป ปิดและต้มต่อด้วยไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 3 ถึง 4 นาทีจนกว่าลูกชิ้นกึ่งจะลอย เหยาะน้ำมันงา พร้อมเสิร์ฟ

ซูปมะเขือเทศกับมีทบอล

[ส่วนผสม]

มะเขือเทศ	150 กรัม	ผักชีสับ	เล็กน้อย
เนื้อหมูบด	150 กรัม	คื่นไช้สับ	เล็กน้อย
ต้นหอม	2 ต้น	น้ำมันงา	เล็กน้อย
ชิงหั่น	2 ชิ้น		

[เครื่องปรุงรส]

(A)	
เกลือ	1/2 ช้อนชา
ผงปรุงรส	1/4 ช้อนชา
ไวน์ข้าว	1/2 ช้อนชา
ซอสถั่วเหลือง	1/2 ช้อนชา
แป้งข้าวโพด	1 ช้อนชา
ไข่ขาว	1 ฟอง

[เครื่องปรุงรส]

(B)	
เกลือ	1/2 ช้อนชา
ต้นหอม	1 ต้น
พริกไทยป่น	1/4 ช้อนชา
ผงปรุงรส	1/4 ช้อนชา

[วิธีการปรุง]

1. สับต้นหอมและชิงให้ละเอียด หั่นมะเขือเทศเป็น 4 ส่วน
2. ผสมเนื้อหมูกับต้นหอม ชิงและเครื่องปรุงรส (A) เติมไข่ขาวกับแป้งข้าวโพด คนให้เข้ากัน ใช้ช้อนตักส่วนผสมเป็นก้อนๆ วางพักไว้
3. ผสมน้ำ 3 ถ้วยกับมะเขือเทศลงในชามขนาดใหญ่ ปิดและต้มในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 7 นาที เติมลูกชิ้นกับเครื่องปรุงรส (B) ปิดและต้มในเตาไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W ต่อไปอีก 3 ถึง 4 นาที โรยผักชีและคื่นไช้ เพื่อตกแต่ง เหยาะด้วยน้ำมันงา พร้อมเสิร์ฟ

ซูปบร็อกโคลี่กับเนื้อปลาสด

[ส่วนผสม]

เนื้อปลา	300 กรัม
บร็อกโคลี่	150 กรัม
แฮมสับ	2 ช้อนโต๊ะ
คื่นไช้หั่น	1 ช้อนโต๊ะ

[เครื่องปรุงรส]

(A)	
ไข่ขาว	1 ฟอง
เกลือ	1/2 ช้อนชา
ไวน์ข้าว	1 ช้อนชา
(B)	
ต้นหอม	1 ต้น
ชิงหั่น	2 ชิ้น
ไวน์ข้าว	1 ช้อนชา

[เครื่องปรุงรส]

(C)	
เกลือ	1/2 ช้อนชา
ผงปรุงรส	1/4 ช้อนชา
พริกไทยป่น	1/4 ช้อนชา

[วิธีการปรุง]

1. นำเนื้อปลามาแล่ข้างออก สับให้ละเอียดผสมกับเครื่องปรุงรส(A) คนเบาๆ
2. ล้างบร็อกโคลี่แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ใส่ลงในชาม เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะ ปิดและนำเข้าไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที 30 วินาที
3. ผสมน้ำ 3 ถ้วยกับเครื่องปรุงรส(B) ลงในชาม คนให้เข้ากัน ปิดและต้มในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 7 นาที เติมเครื่องปรุงรส (C) และบร็อกโคลี่ ต้มในเตาไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W ต่อไปอีก 2 นาที 30 วินาที
4. คนส่วนผสมเนื้อปลาลงในน้ำซูป ปิดฝาและต้มในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800 W เป็นเวลา 1 นาที โรยด้วยแฮมสับและคื่นไช้





เนื้อสัตว์

ไก่เย็นกับซอสพริก

[ส่วนผสม]		[เครื่องปรุงรส]	[วิธีการปรุง]
แกงกะพรุน	1 3/5 ถ้วย	ต้นหอมสับ 3	ซอสโต้ะ
แตงกวา	50 กรัม	ขิงบด 1	ซอสซา
น่องไก่	230 กรัม	ซอสถั่วเหลือง 4	ซอสโต้ะ
ต้นหอม(ใบ)	10 ซม.	น้ำตาล 1/2	ซอสซา
ขิงหั่น	3 ชิ้น	น้ำส้มสายชู 1	ซอสโต้ะ
เหล้าจีน	1	ซอสพริก 2	ซอสโต้ะ
มะเขือเทศ	เล็กน้อย	น้ำซอสงา 2	ซอสโต้ะ
พาสลีย์	เล็กน้อย		

1. แช่แกงกะพรุนในน้ำอุ่นไว้ ตั้งไว้ 2-3 วัน เทน้ำออก
2. เทน้ำร้อนลงบนแกงกะพรุน คนด้วยส้อมหรือตะเกียบจนกระทั่งเปื่อย แช่ด้วยน้ำเย็นอีกครั้ง วางไว้ซักระยะ เทน้ำออก
3. หั่นแตงกวา
4. หั่นน่องไก่ จิ้มหนังไก่ด้วยไม้จิ้มฟัน ใส่ไก่ลงในซามโดยเอาด้านหนังไก่วางลงใส่ต้นหอม, ขิง และเหล้าจีน ปิดและตั้งในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที 30 วินาที พักไว้ให้เย็นแล้วจึงนำมาหั่น
5. จัดเครื่องปรุงจากในข้อที่ 2, 3 และ 4 ลงบนจาน
6. ราดส่วนผสมของซอส ผสมให้เข้ากันก่อนเสิร์ฟ
7. ตกแต่งด้วยมะเขือเทศและพาสลีย์

มีทบอลซอสมัสดาร์ด

[ส่วนผสม]		[ซอส]	[วิธีการปรุง]
เนื้อหมูสับ	200 กรัม	น้ำตาลตอก 300 มล.	1. ผสมเนื้อหมูกับเครื่องปรุงรสทั้งหมด ปั้นเป็นลูกชิ้นปิดและตั้งในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 1 นาที 30 วินาที
เห็ด	10 ดอก	เกลือ 1/2	ซอสซา
ขิง	2 ชิ้น	ผงปรุงรส 1/2	ซอสซา
ต้นมัสดาร์ด	300 กรัม	น้ำตาล 1/2	ซอสซา
น้ำมันพืช	1	ซอสถั่วเหลือง 1	ซอสซา
น้ำ	800 มล.	น้ำมันงา 1/2	ซอสซา
โซดาไบคาร์บอเนต	2	แป้งข้าวโพด 1	ซอสโต้ะ
		พริกไทยป่น	
[เครื่องปรุงรส]			
เกลือ	1/2	ซอสซา	
ผงปรุงรส	1/4	ซอสซา	
ซอสถั่วเหลือง	1/2	ซอสซา	
น้ำมันงา	1/2	ซอสซา	
แป้งข้าวโพด	1	ซอสซา	
พริกไทยป่น			

2. ตัดใบต้นมัสดาร์ดออก แล้วหั่นเป็นชิ้นสำหรับตกแต่ง
3. แช่ลงในน้ำ 800 มล. ผสมโซดาไบคาร์บอเนต 2 ซอสซา เทน้ำออก
4. วางใบมัสดาร์ด, ขิงและเห็ดลงในซาม, พรมด้วยน้ำมันงา อบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 4-5 นาที คนเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
5. ผสมส่วนผสมสำหรับซอสทั้งหมด ปิดและอุ่นในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที
6. ราดซอสลงบนส่วนผสม พร้อมเสิร์ฟ



อาหารทะเล

หอยกาบอบทรงเครื่อง

[ส่วนผสม]

หอยกาบ	8	ตัว
เนื้อหอยบด	40	กรัม
ไวน์	1	ช้อนชา
ซอสถั่วเหลือง	1	ช้อนชา
ต้นหอมสับ	1	ช้อนโต๊ะ
ไข่ไก่ตี	1/2	ฟอง
แป้งข้าวโพด	1 1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำขิง	1/4	ช้อนชา
เกลือ	1/2	ช้อนชา
น้ำตาล	1/4	ช้อนชา

[วิธีการปรุง]

1. แช่หอยกาบในน้ำเกลือเพื่อเอาทรายออก ทำความสะอาดโดยการเอาหอยกาบมาถูกัน
2. เทหอยกาบลงในชาม เติมน้ำ 70 มล. ปิดฝาและอบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 3 นาที (หรือจนกว่า ฝาหอยจะเปิด)
3. ผสมส่วนผสมทั้งหมดแล้วแบ่งออกเป็น 8 ส่วน
4. ใส่ส่วนผสมลงในฝาหอยที่วางทั้ง 8 ฝา
5. จัดวางส่วนผสมหอยกาบทั้ง 16 ฝาลงในจาน เติมน้ำ 50 มล. ปิดและ อบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 3-3 นาทีครึ่ง. เสิร์ฟขณะยังร้อน

ปลาตาเดียวอบซอสมะนาว

[ส่วนผสม]

มาการีน	1/2	ถ้วย
แป้งสาลี	2 2/3	ช้อนชา
น้ำมะนาว	2 2/3	ช้อนโต๊ะ
พาสลีย์สับ	1	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1/4	ช้อนชา
พริกไทย		เล็กน้อย
เมล็ดคื่นช่าย		เล็กน้อย
ปลาตาเดียวแล่เป็นชิ้น	500	กรัม

[วิธีการปรุง]

1. วางมาการีนลงในภาชนะที่เคลือบสำหรับอบขนาด 25 ซม. นำเข้าในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 1-2 นาทีจนละลาย ผสมรวมกับส่วนผสมที่เหลือยกเว้นปลาจนเป็นซอสเหนียว
2. นำปลาลงไปชุบกับซอสให้ทั่ว จัดเรียงลงในจานอบ ปิดด้วยแผ่นพลาสติก อบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 7-8 นาที จนกว่าเนื้อปลาสุกและนุ่ม

กุ้งผัดพริกขี้หนู

[ส่วนผสม]

กุ้ง	6	ตัว (ประมาณ 200 กรัม)
ต้นหอม	2	ต้น
พริกขี้หนู	8	เม็ด
ไวน์	3	ช้อนโต๊ะ
แป้งข้าวโพด	1	ช้อนโต๊ะ
ซิงหั่น	2	ชิ้น
น้ำมันพืช	1	ช้อนโต๊ะ

[เครื่องปรุงรส]

ซอสถั่วเหลือง	1 1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มสายชู	1	ช้อนโต๊ะ

[วิธีการปรุง]

1. แกะกุ้ง ฝ่าเอาเส้นหลังออก หั่นเป็น 2-3 ส่วน วางลงในชาม พรมด้วยไวน์และหมักไว้
2. หั่นต้นหอมความยาวประมาณ 5 ซม. หั่นพริกและแกะเม็ดออก
3. นำกุ้งที่หมักแล้วมาพรมด้วยแป้งข้าวโพด
4. วางกุ้ง, ต้นหอม, พริกและซิงลงในชาม เติมน้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ คนให้เข้ากัน ปิดและอบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที นำออกมาและคนอีกครั้ง เติมเครื่องปรุงรส คนให้เข้ากัน ปิดและอบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที
5. คนให้เข้ากัน เสิร์ฟขณะที่ยังร้อน





เตาหุงทรงเครื่อง

[ส่วนผสม]

เต้าหู้	1	ก้อน
หมูหรือเนื้อบด	110	กรัม
หอมใหญ่สับ	1/4	ถ้วย

[เครื่องปรุงรส]

เต้าเจี้ยว	1	ช้อนโต๊ะ
ซอสถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันงา	1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 1/2	ช้อนชา
น้ำ	50	มล.

แป้งข้าวโพด 1 ช้อนชา ผสมน้ำ 2 ช้อนชา

[วิธีการปรุง]

- วางเต้าหู้ลงในซาม อุ่นในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 1 นาที ยกออกและแช่น้ำ เทน้ำออกและหันเป็นชิ้นๆ วางเรียงพร้อมเสิร์ฟบนจาน
- นำเนื้อและหอมใหญ่สับลงในซามปิดและนำเข้าในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 3 นาที คนให้เข้ากันหลังจากเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง เทน้ำมันส่วนเกินออก เดิมเต้าเจี้ยว, น้ำมันงา, น้ำตาลและน้ำ คนให้เข้ากัน ปิดฝาและนำเข้าในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 3 นาที คนให้เข้ากันหลังจากเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง ตรวจสอบดูสีและความสุกขณะปรุง
- เทส่วนผสมของแป้งข้าวโพดลงในส่วนผสมทั้งหมดแล้วคนให้เข้ากัน นำเข้าไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 40 วินาที ถึง 1 นาที
- ราดหน้าเต้าหู้ด้วยส่วนผสมของเนื้อ ตกแต่งด้วยผักกาดหอม, ต้นหอมซอยและเซอวีร์

มันฝรั่งทอดไส้

[ส่วนผสม]

มันฝรั่ง	3	ลูก (ประมาณ 600 กรัม)
หัวหอมหั่น	150	กรัม
เนื้อมะเขือเทศ	100	กรัม
ถั่วลิสงคั่ว	50	กรัม
น้ำมันพืช	1	ช้อนชา

[เครื่องปรุงรส]

เกลือ	1	ช้อนชา
เนยเหลว	20	กรัม

[วิธีการปรุง]

- ล้างมันฝรั่งแล้วเทน้ำออก จิ้มผิวมันฝรั่งด้วยส้อมหรือไม้จิ้มเพื่อระบายไอน้ำในมันฝรั่ง
- วางมันฝรั่งลงบนจานหมุนและอบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 8-9 นาที กลับด้านหลังจากเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง ห่อด้วยฟอยล์แล้วพักไว้
- ใส่หัวหอม และน้ำมันพืช 1 ช้อนชาลงในซาม คนให้เข้ากัน ปิดและนำเข้าไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2-3 นาที คนให้เข้ากันหลังจากเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง ตรวจสอบดูสีและความสุกขณะกำลังปรุง
- ผสมเนื้อมะเขือเทศ, หัวหอมและเกลือ ปิดและอบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที คนให้เข้ากันหลังจากเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
- ตัดที่ส่วนบนของมันฝรั่ง แล้วคว้านเอาไส้มันฝรั่งออกด้วยช้อน
- ยัดไส้มันฝรั่งด้วยส่วนผสมจากข้อ 4 ปิดช่องด้านบนของมันฝรั่งด้วยส่วนจากข้อที่ 5
- ขมิ้นให้ทั่วด้วยเนยเหลว วางลงบนจาน อบในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที 30 วินาที ถึง 3 นาที เสิร์ฟขณะยังร้อน

ผักรวม

[ส่วนผสม]

หน่อไม้ (กระป๋อง)	30	กรัม
มะเขือเทศเซอวีร์	6	ลูก
เห็ดแชมปิญอง	6	ดอก
แครอทเบบี้ (กระป๋อง)	6	หัว
เห็ดฟาง (กระป๋อง)	6	ดอก
ผักชีลาวรวม	230	กรัม
หน่อไม้ฝรั่ง หั่นครึ่ง	14	ต้น
แครอท	1	หัว
(หั่นเพื่อตกแต่ง)		
มันฝรั่งหั่นบาง	3	ลูก
เมล็ดแตงกวา	1/2	กระป๋อง
น้ำตาลตอกผัก	800	มล.
น้ำตาลตอกผสม	300	มล.
แป้งข้าวโพด	1 1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช เล็กน้อย		

[วิธีการปรุง]

- ล้างผักทั้งหมดให้สะอาด วางลงบนซาม เดิมน้ำตาลตอกและเกลือนำเข้าไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 1 นาที 30 วินาที ถึง 2 นาที สำหรับผักแต่ละชนิด
 - เทน้ำออกทุกครั้ง
 - จุ่มมันฝรั่งลงในน้ำร้อน ปอกเปลือกออก
 - จัดวางผักลงบนจานให้สวยงาม
 - อุ่นแป้งข้าวโพด 300 มล. ในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 2 นาที ถึง 2 นาที 30 วินาทีจนกว่าจะข้น เทลงบนส่วนผสมผักรวม พร้อมด้วยน้ำมันพร้อมเสิร์ฟ
- หมายเหตุ: ชนิดของผักอาจจะแตกต่างกันตามความชอบของผู้ปรุงอาหาร



ไข่

ไข่คน

[ส่วนผสม]

ไข่ไก่	1	ฟอง
นมสด	1	ช้อนโต๊ะ

[เครื่องปรุงรส]

เกลือ หยิบมือ
พริกไทย หยิบมือ

[วิธีการปรุง]

1. ตอกไข่ ใส่ลงในจานทนความร้อน เติมนมสด, เกลือและพริกไทย ตีให้เข้ากัน
วางจานลงบนกลางภาชนะในเตา นำเข้าในไมโครเวฟที่ระดับความร้อน 800W
เป็นเวลา 40 วินาที ถึง 1 นาที
2. คนไข่ให้เป็นชิ้นเล็กๆ

ของหวาน

เต้าฮวยอัลมอนต์

[ส่วนผสม]

เจลาติน	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำ	600	มล.
นมสด	200	มล.
อัลมอนต์สกัด	3/4	ช้อนโต๊ะ
ผลไม้กระป๋องผสม (ในน้ำเชื่อม) เล็กน้อย		

[วิธีการปรุง]

1. เทเจลาตินลงในชาม เติมน้ำ 600 มล. ปิดและนำเข้าไมโครเวฟที่ระดับความร้อน
800W เป็นเวลา 7-9 นาที คนจนกว่าจะละลายจนหมด
2. เติมนมและอัลมอนต์สกัด คนให้เข้ากัน
3. เทลงในชาม แช่เย็นให้ส่วนผสมเซตตัว
4. นำออกมาตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมข้าวหลามตัด เติมน้ำเชื่อมและน้ำเชื่อม

เค้กลูกเกด

[ส่วนผสม]

แป้งเค้ก	90	กรัม
ไข่ไก่	3	ฟอง
น้ำตาลทราย	70	กรัม
ลูกเกด	50	กรัม

[วิธีการปรุง]

1. ร่อนแป้ง และพักไว้
2. แยกไข่ขาวลงในชาม ตีจนเป็นโฟม
3. ค่อยๆเติมน้ำตาล และตีไข่ต่อไป
4. ผสมไข่แดงลงและตีต่อ
5. เติมน้ำตาลและคนอย่างรวดเร็ว
6. เติมลูกเกดและคนให้เข้ากัน
7. เทส่วนผสมลงในแม่พิมพ์ที่ทาเนย ปิดด้วยกระดาษและอบในไมโครเวฟที่ระดับ
ความร้อน 800W เป็นเวลา 3-4 นาที หรือจนกว่าตรงกลางจะสุก

เค้กทรีเพิล

[ส่วนผสม]

เจลลี่ไวน์	1	ซอง
น้ำเดือด	1 1/2	ถ้วย
แป้งคัสตาร์ด	5 1/2	ช้อนโต๊ะ
นมสด	375	มล.
น้ำตาล	1/2	ถ้วย
วนิลลาสกัด	1	ช้อนชา
วิปครีม	1	ถ้วย
มาการอง	12	ชิ้น
เค้กเมโลว์	1	ชิ้น
ไวน์เชอร์รี่	1/2	ถ้วย
สตอร์เบอร์รี่	เล็กน้อย	
บลูเบอร์รี่	เล็กน้อย	

[วิธีการปรุง]

1. ละลายเจลลี่ไวน์ในน้ำร้อน จากนั้นนำเข้าตู้เย็น แช่เย็นจนกว่าจะเซตตัว
2. ตีส่วนผสมของแป้งคัสตาร์ดกับนม เติมน้ำตาลและวนิลลาสกัด นำเข้าไมโครเวฟ
ที่ระดับความร้อน 800W เป็นเวลา 4-6 นาที คนอีกสองครั้งระหว่างที่รอให้เย็น
3. บีบวิปครีมครึ่งหนึ่งลงในคัสตาร์ด
4. จัดเรียง มาการอง และเค้กไว้เป็นฐานสำหรับเสิร์ฟ 4 ท่าน เทไวน์เชอร์รี่ครึ่งหนึ่ง
ลงบนมาการองและเค้ก ตกแต่งด้านบนด้วยสตอร์เบอร์รี่ บลูเบอร์รี่ เจลลี่ และ
คัสตาร์ด
5. เรียงแบบเดิมต่อไปเป็นชั้นๆ แช่เย็นไว้ 2-3 ชั่วโมง
6. ตกแต่งด้วยวิปครีมที่เหลือ



CONTENTS Page

Warning.....	E-1
Special Notes and Warning.....	E-2
Installation Instructions.....	E-3
Oven Diagram.....	E-3
Operation of Touch Control Panel	
Control Panel Display.....	E-4
Touch Control Panel Layout.....	E-4
Microwave Cooking Techniques.....	E-5
Before Operating	
Getting Started.....	E-6
Stop.....	E-6
Manual Operations	
Microwave Time Cooking.....	E-6
Automatic Operations	
Notes for Automatic Operations.....	E-7
One Touch Reheating.....	E-7
Instant Noodles.....	E-10
Beverage.....	E-11
Defrost (Meat and Fish).....	E-12
Other Convenient Features	
Less/More Setting.....	E-13
Care and Cleaning.....	E-14
Service Call Check.....	E-14
Specifications.....	E-14
 <u>Cookbook Section</u>	
Cookware and Utensil Guide.....	E-15
Recipes.....	E-16-E-20

WARNING

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

1. To reduce the risk of fire in the oven cavity:
 - a. Do not overcook food.
 - b. Remove wire twist-ties from paper or plastic bags before placing bag in the oven.
 - c. Do not heat oil or fat for deep frying. The temperature of the oil cannot be controlled.
 - d. 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.
 - e. 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.
 - f. After use, wipe the waveguide cover with a damp cloth, followed by a dry cloth to remove any food splashes and grease. Built-up grease may overheat and begin to cause smoke or catch fire.
2. To reduce the risk of an explosion or delayed eruptive boiling when handling the container.

Your microwave oven is capable of heating food and beverages very quickly, 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 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 safety door 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 door safety 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. To prevent the turntable from breaking:
 - a. Before cleaning the turntable with water, leave the turntable to cool.
 - b. Do not place anything hot on a cold turntable.
 - c. Do not place anything cold on a hot turntable.
16. Do not place anything on the outer cabinet.
17. Do not store food or any other items inside the oven.
18. Make sure the utensil does not touch the interior walls during cooking.
19. Only allow children to use the oven without supervision when adequate instructions have been given so that the child is able to use the oven in a safe way and understands the hazards of improper use.
20. 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.
21. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

SPECIAL NOTES AND WARNING

	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 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 teat 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 food. - Heat or dry wood, herbs, wet papers, clothes or flowers. - Operate the oven without a load (i.e. an absorbing material such as food or water) in the oven cavity.
Liquids (Beverages)	For boiling or cooking liquids see WARNING on page E-1 to prevent explosion and delayed eruptive boiling.	Heat for longer than recommended time.
Canned foods	Remove food from can.	Heat or cook food while 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 rack or plate to collect drained juices.	Place meat directly on the turntable 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, therefore reduce foil and keep clear of cavity walls.	- Use too much. - Shield food close to cavity walls as sparking can damage the oven.
Browning dish	Place a suitable insulator such as a microwave and heat proof dinner plate between the turntable and the browning dish.	Exceed the preheating time recommended by the manufacturer. Excessive preheating can cause the glass turntable to shatter and / or damage internal parts of the oven.

INSTALLATION INSTRUCTIONS

1. Remove all packing materials from the oven cavity and the feature sticker from the oven door panel (if available). 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 the SHARP SERVICE CENTRE and repaired, if necessary.
2. Accessories provided
1) Turntable 2) Roller Stay 3) Operation Manual (with Cookbook Section)
3. Place the roller stay in the coupling on the oven floor, then place the turntable on to the roller stay, ensuring it is located firmly. Refer to OVEN DIAGRAM below. NEVER operate the oven without the roller stay and turntable.
4. This oven is designed to be used on a countertop only. It should not be installed in any area where heat and steam are generated, for example, next to a conventional oven unit.
The oven should be installed so as not to block ventilation openings.
Allow space of at least 15 cm from top of the oven for air ventilation.
This oven is not designed to be built-in to a wall or cabinet.
5. 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 on the back of the oven.
6. 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:

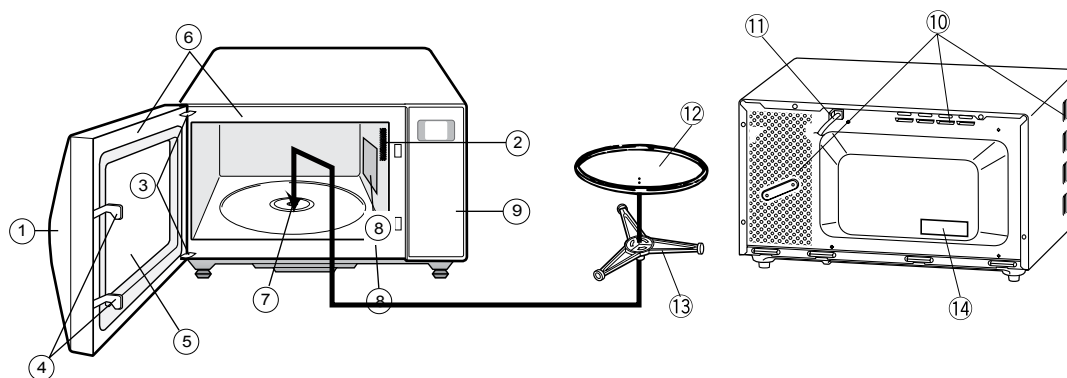
The wire which is coloured green-and-yellow must be connected to the terminal in the plug which is marked with the letter E or by the earth symbol or coloured green or green-and-yellow.

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.

* In order to prevent possible electric shock, please install the grounding wire to the earth wire connecting screw at the rear of the water oven in case of no 3 holes socket available in your residence.

OVEN DIAGRAM



1. Door opening handle
2. Oven lamp
3. Door hinges
4. Door safety latches
5. See through door
6. Door seals and sealing surfaces
7. Coupling

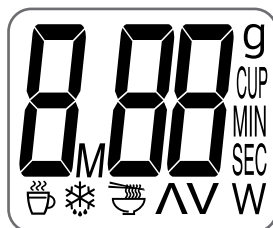
8. Waveguide cover (Do not remove)
9. Control panel (see page E-4)
10. Ventilation openings
11. Power supply cord
12. Turntable
13. Roller stay
14. Rating label

OPERATION OF TOUCH CONTROL PANEL

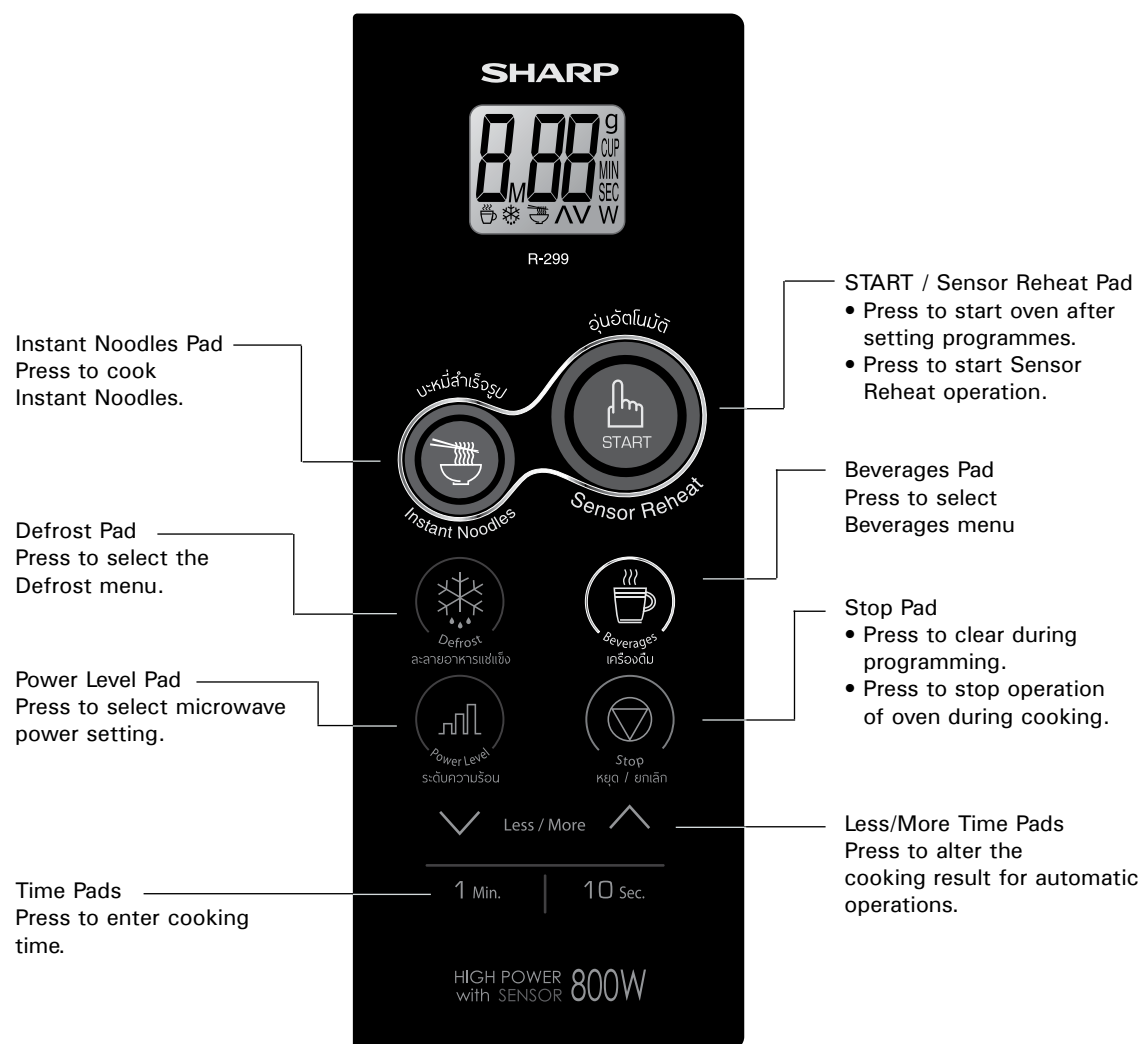
The operation of the oven is controlled by pressing the appropriate pads arranged on the surface of the control panel.

An entry signal tone should be heard each time you press the control panel to make a correct entry. In addition an audible signal will sound at the end of the cooking cycle.

Control Panel Display



Touch Control Panel Layout



MICROWAVE COOKING TECHNIQUES

<u>Arrange food carefully</u>	Place thickest areas toward outside of dish.
<u>Watch cooking time</u>	Cook for the shortest amount of time indicated and add more time as needed. Food severely over-cooked can smoke or ignite.
<u>Cover foods before cooking</u>	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)
<u>Shield foods</u>	Use small pieces of aluminium foil to cover thin areas of meats or poultry in order to avoid overcooking.
<u>Stir foods</u>	From outside to center of dish once or twice during cooking, if possible
<u>Turn foods</u>	Foods such as chicken, hamburgers or steaks should be turned over once during cooking.
<u>Rearrange foods</u>	Like meatballs halfway through cooking both from top to bottom and from the center of the dish to the outside.
<u>Allow standing time</u>	After cooking ensure adequate standing time. Remove food from oven and stir if possible. Cover for standing time which allows the food to finish cooking without overcooking.
<u>Check for doneness</u>	Look for signs indicating that cooking temperature has been reached. Doneness signs include: – Food steams throughout, not just at edge. – Poultry thigh joints move easily. – Pork and poultry show no pinkness. – Fish is opaque and flakes easily with a fork.
<u>Condensation</u>	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.
<u>Browning dish</u>	When using a browning dish or self-heating material, always place a heat-resistant insulator such as a porcelain plate under it to prevent damage to the turntable, roller stay and coupling due to heat stress. The preheating time specified in the dish's instructions must not be exceeded.
<u>Microwave safe plastic wrap</u>	For cooking food with high fat content, do not bring the wrap in contact with the food as it may melt.
<u>Microwave safe plastic cookware</u>	Some microwave safe plastic cookware are not suitable for cooking foods with high fat and sugar content.

BEFORE OPERATION

Getting Start

Plug the oven into a power point. The display will show "0", and now you can ready to use the oven.

Stop

Press the Stop pad once to:

1. Stop the oven during cooking.
2. Clear if you make a mistake during programming.

MANUAL OPERATIONS

Microwave Time Cooking

When cook under microwave manually, first enter the power level, then the cooking time.

There are 4 different power levels.

You can programme up to 20 minutes at the power level 200W and 500W.

You can programme up to 15 minutes at the power level 700W and 800W.

Power level 	200W Press the Power Level pad 4 times	500W Press the Power Level pad 3 times.	700W Press the Power Level pad 2 times.	800W (HIGH) Press the Power Level pad 1 time.
Display				
Examples	Defrost, Softening butter	Delicate Food such as Eggs or Seafood		Raw meat, Vegetables, Rice or Pasta

Suppose you want to cook vegetables for 2 minutes 30 seconds on HIGH POWER (800W).

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Enter the desired power level for 800W press the Power Level pad 1 time.	 x 1	
2	Enter the desired time by press Time pads.	1 Min. 10 Sec. x2 x3	
3	Press the START pad.		 The cooking time will begin counting down. When it reaches zero, the oven will "beep".

If the door is opened during cooking process, the cooking time in the readout automatically stops. The cooking time starts to count down again when the door is closed and the START pad is pressed.

If you wish to know the power level during cooking, press the Power Level pad. As long as your finger is touching the POWER LEVEL pad, the power level will be displayed.

AUTOMATIC OPERATIONS

Notes for Automatic Operations

- 1. When using the automatic features, carefully follow the details provided in each MENU GUIDE to achieve the best result.
If the details are not followed carefully, the food may be overcooked or undercooked.
- 2. Food weighing more or less than the quantity or weight listed in each MENU GUIDE, cook manually.
- 3. To change the final cooking or defrosting result from the standard setting, press the Less or More pad Refer to page E-13.
- 4. The final cooking result will vary according to the food condition (e.g.initial temperature, shape, quality). Check the food after cooking and if necessary continue cooking manually.
- 5. To defrost foods above or below the weights allowed on the DEFROST MENU GUIDE, use defrost manually.

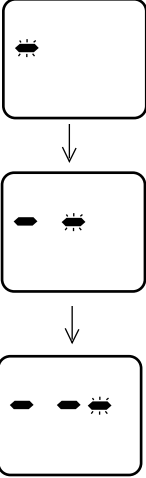
One Touch Reheating

For your convenience One touch reheating allows you to easily reheat the food by automatic sensor function.

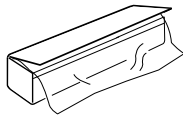
Do not cook small quantities of food or food contain few water such as bread, grilled food.
This prevent “smoke and ignition”.

Do not use Sensor Reheat pad with a drink suggest using of Beverages pad instead.(Prevent of sudden boiling)

Suppose you want to reheat a Dinner plate

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the START (Sensor Reheat pad once).	 x 1	 The cooking will begin start display will show sensor cooking bar, When cooking completed the oven will stop display will be “0”.

Reheat Menu Guide



- Wrapped foods : Food that want to keep moisture inside foods such as frozen rice, steamed food.
 - Unwrapped foods : Rice (room temp./frozen), foods that want to evaporate the water inside out such as deep fried dishes, stir-fried dishes.
- O : in the table means need wrapped

(mL = cc)

Menu	Weight	Status	Wrap	Less/More Pad	Techniques
Ready meal (Spaghetti, pie)	100-350g	Room temp/ Chilled	-	-	
Dinner plate (Lunch box etc.)	Approx. 600g	Room temp/ Chilled	-	-	
Rice	1-4 Cups (1 Cup 150 g)	Room temp/ Chilled	-	-	When rice is hard, spray water into it.
Frozen Rice	1-2 Cups (1 Piece 150 g)	Frozen	O	-	Thickness should be less than 3 cm. Make a flat frozen rice then put it on a dish
Steam dished (Steamed dumpling)	5-12 pcs (160 g)	Room temp/ Chilled	O	-	Sprinkle water over both sides
		Frozen	O	-	
Grilled dishes (Hamburger)	1-4 Cups (1 piece 80 g)	Room temp/ Chilled	-	More	Apply salad oil if it is dry
		Frozen	O		After finish heating, steam it 2-3 mins with wrapped condition
Curry-Stew	200-400g	Room temp/ Chilled	O	-	Freeze with a shallow container. Take out when a remain time is displayed, stir it then return to the original position, then press START pad, heat it and stir again when finish.
	100-400g	Frozen	O	More	
Boiled dishes	100-400g	Room temp/ Chilled	-	-	Wrap dished that may burst such as boiled fish
Deep fried dishes (tempura)	100-400g	Room temp/ Chilled	-	-	Place a kitchen or tempura paper on a dish then arrange foods (do not stack up). Due to squid is easy to burst then use manual operation micro 200W.
Soup	1-2 Cups (1 Cup 150 ml)		-	More	Stir after finish heating
Fried Rice	100-400g	Room temp/ Chilled	-	-	Stir after finish heating
	100-300g	Frozen	O	More	Unbind before heating
Fried noodle	100-200g	Room temp/ Chilled	-	-	Stir after finish heating
Taro-pumpkin	100-400g	Frozen	O	-	
Mixed vegetables	100-300g	Frozen	O	-	caution; when heat a small weight, it may cause smoke, ignition or sparks

Reheat Menu Guide

Cautions:

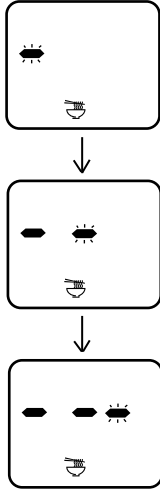
- Take out a wrap or a cover to avoid changing a shape or melt.
- Container that have a risk of damage, explosion or ignition during heat should be taken out.
(Container or bag of sauce, boiled egg, aluminium case)
- Do not use a aluminum container or a aluminium foil.
(There is a risk of sparks when heating and able to cause break down).
- Cool down a oven or tray if they are hot.

Instant Noodles



One touch Instant Noodles pad allows you to easily cook Instant Noodles by automatic sensor function.

Suppose you want to cook 1 piece 50g of Instant noodles.

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the Instant Noodles pad once.	 x 1	 The cooking will begin start display will show sensor cooking bar, When cooking completed the oven will stop display will be "0".

- Put the instant noodles and add water in the bowl (recommend to use a ceramic bowl)
1 piece approx.50g~90g, 20-25°C room temperature, follow the package instruction for water amount.
You can put ingredients like vegetables together.
- Place the bowl on turntable.
- Cook uncovered.
- When oven has stopped, you can serve.

NOTE: Make sure all noodles are covered with water.
Follow the package instruction,if it has.
Cooking time varies on amount.(appox.3-4mins for 50g)

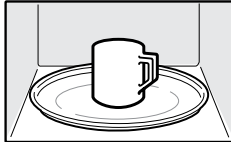
Beverages

1. 1 Cup
2. 2 Cup
3. 3 Cup
4. 4 Cup



Beverages pad will automatically compute the microwave power to reheat popular menus. (Coffee, Tea and Water.)
Each time of press Beverages pad will change number of cup
1 cup --> 2 cup --> 3 cup --> 4 cup --> 1 cup

Preparation: Unwrap and place onto the center (for 1 cup)



For two or more cups ,place on the same circumference.



2 Cup



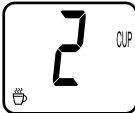
3 Cup



4 Cup

- Put beverage in a standard weight per cup.
Milk: 200mL, Coffee: 150mL (mL = cc)
- Container: Use a container that a standard weight should be eight tens of the space of the container.
Cup: Use a lower wide mouth cup
Stir before and after reheat

Suppose you want to cook 2 cup of Tea.

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the Beverages pad twice.	 x 2	
2	Press the START pad.	 x1	 ↓ After 30 sec.  The cooking time will begin counting down. When it reaches zero, the oven will "beep".

Wait 1-2 mins after finish heating before take out dishes.

Cautions:

- Transfer a beverage from a bottle before reheat.
- When a actual weight is less than a standard weight use manual reheating micro 800W
Look a status while reheat. Use Sensor Reheat may cause sudden boil.

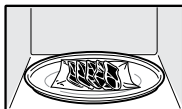
Defrost (Meat and Fish)

1. 100g
2. 200g
3. 300g
4. 400g
5. 500g



DEFROST will automatically compute the microwave power and defrosting time.
Each time of press Defrost pad will change quantity of defrost
100g --> 200g --> 300g --> 400g --> 500g --> 100g

Preparation: Place a wrap onto the center of tray (do not use a container)



Able to defrost 100g~500g in each time.
Defrost foods that just before take out from a freezer room.
If foods already starts defrosted, use manual reheating micro 200W with attention.
Prevent discolor or be boiled by cover the thin area of foods with aluminium foil.
Be careful not to make the foil touched a wall inside the cabinet or a door, to prevent sparks or broken of glass door.

Suppose you want to defrost 400g of Meat.

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the DEFROST pad four times.	 ละลายอาหารแช่แข็ง x 4	
2	Press the START pad.		 ↓ After 30 sec.  The defrosting time will begin counting down. When it reaches zero, the oven will "beep".

Materia		Less / More pad	Techniques
Meat	Hard meat	 More	Use aluminium foil cover thin area of chicken's legs.
	Minced meat -Slice meat Chicken		
Fish	Tuna -shrimp	 Less	Use aluminium foil cover a thin area of fish's tail.
	Fish		

NOTE: Shield thin end of chops or steaks with foil.

When freezing minced meat, shape it into flat even sizes.

For chicken pieces, steaks and chop, freeze separately in single flat layers and if necessary interleave with freezer plastic to separate layers. This will ensure even defrosting.

It is also a good idea to label the packs with the correct weights.

OTHER CONVENIENT FEATURES

Less/More Setting

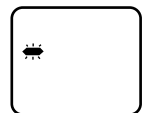
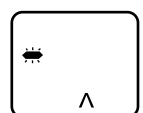
The cooking times programmed into the automatic menus are tailored to the most popular tastes. To adjust the cooking time to your individual preference use the “more” or “less” feature to either add (more) or reduce (less) cooking time.

The Less/More can be used to adjust the cooking time of the following features

- ONE TOUCH REHEATING
- INSTANT NOODLES
- DEFROST
- BEVERAGES (Less setting only)

(1) ONE TOUCH REHEATING

* Suppose you want to reheat 1 cup of Soup for more time than the standard setting.

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the START (Sensor Reheat) pad once.	 x 1	 The reheating with sensor will begin operation.
2	Press the More pad once.	More  x 1	 The reheating with sensor continues operation with more setting. When it detected vapor, the oven will stop the display will be “0”.

(2) DEFROST

* Suppose you want to defrost 400g of fish for less time than the standard setting

Step	Procedure	Pad Order	Display
1	Press the DEFROST pad four times for defrost 400g.	 x 4	
2	Press the START pad.		
3	Press the Less pad once. Within 30 sec. after press start pad.	 Less x 1	 Less indicator will appear. ↓ After 30 sec.  The defrosting time will begin counting down. When it reaches zero, the oven will “beep”.

CARE AND CLEANING

Disconnect the power supply cord before cleaning or leave the door open to inactivate the oven during cleaning.

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.

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 splatters. Do not use abrasive cleaners.

Touch Control Panel:

Wipe the panel with a cloth dampened slightly with water only.

Do not scrub or use any sort of chemical cleaners. Avoid the use of excess water.

Interior walls:

To clean the interior surfaces, wipe with a soft cloth and warm water. After use wipe the waveguide cover in the oven with a soft damp cloth to remove any food splashes. Built-up splashes may overheat and begin to smoke or catch fire. Do not remove the waveguide cover. **DO NOT USE A COMMERCIAL OVEN CLEANER, ABRASIVE OR HARSH CLEANERS AND SCOURING PADS ON ANY PART OF YOUR MICROWAVE OVEN. NEVER SPRAY OVEN CLEANERS DIRECTLY ONTO ANY PART OF YOUR OVEN.**

Avoid using excess water. After cleaning the oven, ensure any water is removed with a soft cloth.

Turntable/Roller Tray:

Wash with mild soapy water and dry thoroughly.

SERVICE CALL CHECK

Please check the following before calling for service:

1. Does the display light up? YES _____ NO _____

2. Place one cup of water (approx. 250 ml) in a glass measure in the oven and close the door securely.

Start to operate the oven for 1 minute at power 800W.

A. Does the oven lamp come on? YES _____ NO _____

B. Does the cooling fan work? YES _____ NO _____

(Put your hand over the rear ventilation openings.)

C. Does the turntable rotate? YES _____ NO _____

(The turntable can rotate clockwise or counterclockwise. This is quite normal.)

D. After two minutes, did an audible signal sound and COOK indicator go off? YES _____ NO _____

E. Is the water inside the oven hot? 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.**

SPECIFICATIONS

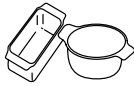
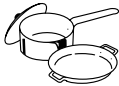
AC Line Voltage	: Refer to the rating label.
AC Power Required	: 1.25 kW
Output Power	: 800 W* (IEC test procedure)
Microwave Frequency	: 2450 MHz (Class B/Group 2)**
Outside Dimensions	: 460 mm(W) x 275 mm(H) x 368 mm(D)
Cavity Dimensions	: 319 mm(W) x 204 mm(H) x 336 mm(D)***
Oven Capacity	: 22 litre***
Cooking Uniformity	: Turntable (ø272 mm tray) system
Weight	: Approx. 12 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.

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

Cookware and Utensil Guide

Utensil		Microwave
Glassware (heat-resistant)		O
Ceramic (heat-resistant)		O
Pottery, Stoneware		O
Metal Cookware, Stainless Steel Cookware		X
Straw, Wicker and Wood		Short time
Plastic Cookware (microwave-safe only)		Short time
Paper Plates/Towel		Short time
Plastic Wrap (microwave-safe only)		O
Aluminium Foil Paper		Shielding
Aluminium Foil Dish		X

NOTE

Measure Standard

1 cup	=	250 ml
1 tbsp.	=	15 ml
1 tsp.	=	5 ml
1 tbsp.	=	3 tsp.

RECIPES

SOUP

Shrimp Balls and Straw Mushroom Soup

[Ingredients]

230 g Shrimps
40 g Pork fat
1 can Straw mushrooms
few Spring onions (strips)
few Sesame oil

[Seasonings]

(A)		(B)	
1 tsp	Salt	1 tsp	Salt
1/2 tsp	Monosodium glutamate	1 tbsp	Rice wine
1/2 tsp	Pepper	2 tsp	Monosodium glutamate
1	Egg white	3 cups	Water
1/2 tsp	Cornflour		

[Method]

1. Remove veins from shrimps, drain and chop. Add pork fat and seasonings (A), stir well, to make a thick paste. Use a tablespoon to form shrimp balls. Set aside.
2. Combine seasonings (B) in large casserole. Cover and microwave at 800W for 7 minutes.
3. Add shrimp balls, straw mushrooms and spring onions. Cover and microwave at 800W for another 3 to 4 minutes until shrimp balls float. Sprinkle sesame oil in soup and serve.

Meatballs and Tomato Soup

[Ingredients]

150 g	Tomatoes	few	Coriander, chopped
150 g	Ground pork		
2 stalks	Spring onion	few	Celery, chopped
2 slices	Ginger	few	Sesame oil

[Seasonings]

(A)		(B)	
1/2 tsp	Salt	1/2 tsp	Salt
1/4 tsp	Monosodium glutamate	1 stalk	Spring onion
1/2 tsp	Rice wine	1/4 tsp	Pepper
1/2 tsp	Soy sauce	1/4 tsp	Monosodium glutamate
1 tsp	Cornstarch		
1	Egg white		

[Method]

1. Finely chop spring onion and ginger. Cut tomatoes into quarters.
2. Mix ground pork with spring onion, ginger and seasonings (A), then add egg white and cornstarch, stir well. Use tablespoon to form meatballs.
3. Microwave 3 cups water and tomatoes in a large, covered bowl at 800W for 7 minutes. Add meat balls and seasonings (B), cover, microwave at 800W for another 3 to 4 minutes. Garnish with coriander and celery, sprinkle sesame oil before serving.

Broccoli and Minced Fish Soup

[Ingredients]

300 g Fish meat
150 g Broccoli
2 tbsp Ham, chopped
1 tbsp Celery, chopped

[Seasonings]

(A)		(C)	
1	Egg white	1/2 tsp	Salt
1/2 tsp	Salt	1/4 tsp	Monosodium glutamate
1 tsp	Rice wine	1/4 tsp	Pepper
(B)			
1 stalk	Spring onion		
2 slices	Ginger		
1 tsp	Rice wine		

[Method]

1. Remove fish bones and finely chop fish meat. Add in seasonings (A), stir slightly.
2. Rinse broccoli and cut into small pieces. Put it in casserole and add 2 tablespoons of water, then cover and microwave at 800W for 2 minutes 30 seconds.
3. In a casserole put in 3 cups of water and seasonings (B), stir well. Cover and microwave at 800W for 7 minutes. Add seasonings (C) and broccoli. Microwave at 800W for another 2 minutes 30 seconds.
4. Stir chopped fish mixture into boiling soup, cover and microwave at 800W for 1 minute. Garnish with chopped ham and celery.

MEAT

Cold Chicken with Chili

[Ingredients]

1 $\frac{3}{5}$ cups Jellyfish
1 (50 g) Cucumber
230 g Chicken leg
10 cm Green onion
3 slices Ginger
1 tbsp Chinese wine
few Tomato
few Parsley

[Sauce]

3 tbsp Green onion,
chopped
1 tsp Ginger,
grated
4 tbsp Soy sauce
 $\frac{1}{2}$ tsp Sugar
1 tbsp Vinegar
2 tbsp Chili sauce
2 tbsp Sesame
paste

[Method]

1. Soak jellyfish in lukewarm water overnight or for 2 to 3 days. Drain.
2. Pour hot water over jellyfish and mix with fork or chopsticks. As soon as it shrivels, add cold water, soak for a while, and drain.
3. Shred cucumber.
4. Cut chicken legs, pierce the skin of each chicken leg with toothpick, and put them in casserole with skin facing down. Add green onion, ginger and wine, cover and microwave at 800W for 2 minutes 30 seconds, let cool and then slice.
5. Place ingredients from 2,3 and 4 on plate.
6. Pour over mixture of sauce. Mix well before serving.
7. Garnish with tomato and parsley.

Meatballs with Long Mustard Sauce

[Ingredients]

200 g Pork, minced
10 Mushrooms
2 slices Ginger
300 g Long mustard
1 tbsp Oil
800 ml Water
2 tsp Bicarbonate of
soda

[Sauce]

300 ml Stock
 $\frac{1}{2}$ tsp Salt
 $\frac{1}{2}$ tsp Monosodium
glutamate
 $\frac{1}{2}$ tsp Sugar
1 tsp Light soy
sauce
 $\frac{1}{2}$ tsp Sesame oil
1 tbsp Cornflour
dash Pepper

[Method]

1. Mix minced pork with all seasonings. Make into balls and cover, microwave at 800W for 1 minute 30 seconds.
2. Cut away long mustard leaves and cut into decorative pieces.
3. Soak in 800 ml water and add 2 tsp bicarbonate of soda. Drain.
4. Place mustard leaves, ginger and mushrooms in casserole, sprinkle 1 tbsp oil and cover, microwave for around 4 to 5 minutes at 800W. Stir after half the time.
5. Mix together sauce ingredients and cover, microwave at 800W for 2 minutes.
6. Pour sauce over cooked ingredients and serve

[Seasonings]

$\frac{1}{2}$ tsp Salt
 $\frac{1}{4}$ tsp Monosodium glutamate
 $\frac{1}{2}$ tsp Light soy sauce
 $\frac{1}{2}$ tsp Sesame oil
1 tsp Cornflour
dash Pepper



SEAFOOD

Stuffed Clams

[Ingredients]

8 Clams
40 g Pork, ground
1 tsp Wine
1 tsp Soy sauce
1 tbsp Green onion,
chopped
1/2 Egg, beaten
1 1/2 tbsp Corn flour
1/4 tsp Ginger juice
1/2 tsp Salt
1/4 tsp Sugar

[Method]

1. Soak clams in salt water to remove sand. Clean clams thoroughly by rubbing shells against each other.
2. Place clams in casserole, add 70 ml water, cover and microwave at 800W for around 3 minutes (or until shells open).
3. Mix all other ingredients together and divide into 8 portions.
4. Stuff each portion into each empty half-shell of clam.
5. Arrange all 16 half-shells on a platter, add 50 ml water and cover, microwave at 800W for around 3 to 3 minutes 30 seconds. Serve hot.

Fillet of Sole in Lemon Parsley Butter

[Ingredients]

1/2 cup Margarine or
butter
2 2/3 tsp Plain flour
2 2/3 tbsp Fresh lemon
juice
1 tbsp Chopped parsley
1/4 tsp Salt
few Pepper
few Celery seed
500 g Sole or flounder fillets, fresh or
frozen, thawed

[Method]

1. Place margarine in rectangular baking dish or 25 cm square casserole. Microwave at 800W for 1 to 2 minutes until melted. Blend in remaining ingredients except fish fillets to make into butter sauce.
2. Coat both sides of fish fillets with butter sauce. Arrange in the baking dish. Cover with plastic wrap. Microwave at 800W for 7 to 8 minutes until fish flakes easily in centre with fork.

Prawns with Chili Peppers

[Ingredients]

6 Prawns (about 200 g)
2 Green onions
8 Chili peppers
3 tbsp Wine
1 tbsp Corn flour
2 slices Ginger
1 tbsp Oil

[Seasonings]

1 1/2 tbsp Soy sauce
1 tbsp Sugar
1 tbsp Vinegar

[Method]

1. Clean prawns, slit the back and remove the vein. Cut each into two or three pieces, and place in bowl. Sprinkle with wine and leave to marinate.
2. Cut green onion into 5 cm lengths. Halve chili peppers and remove seeds.
3. Remove prawns from wine, sprinkle with cornflour.
4. Place prawns, green onion, chili pepper and ginger in casserole, add 1 tablespoon oil and stir well. Cover and microwave at 800W for 2 minutes. Take out and stir. Add seasonings, stir well. Cover and microwave at 800W for 2 minutes.
5. Stir, serve hot.





VEGETABLES

Cold Bean Curd

[Ingredients]

1 block Bean curd
110 g Ground pork or,
ground beef
1/4 cup Onion, chopped

[Seasonings]

1 tbsp Bean paste
1 tbsp Soy sauce
1/2 tbsp Sesame oil
1 1/2 tsp Sugar
50 ml Water
1 tsp Cornflour mixed with 2 tsp water

[Method]

1. Place bean curd in casserole, microwave at 800W for 1 minute. Remove and soak in water. Drain and cut into pieces. Arrange on serving plate.
2. Place meat and chopped onion in casserole, cover and microwave at 800W for 3 minutes. Stir well after half the time, and remove excess oil. Add bean paste, soy sauce, sesame oil, sugar and water, stir well. Cover with the lid, microwave at 800W for around 3 minutes, stir well after half. Check the color and doneness while cooking.
3. Pour in the corn flour mixture and stir. Uncover and microwave at 800W for another 40 seconds to 1 minute.
4. Top bean curd with meat mixture. Garnish with lettuce, shredded green onion and cherries.

Stuffed Potatoes with Mince Meat

[Ingredients]

3 Potatoes (about 600 g)
150 g Onion, minced
100 g Ground beef
50 g Green peas
1 tsp Oil

[Seasonings]

1 tsp Salt
20 g Butter

[Method]

1. Wash potatoes and drain. Pierce the skin of each potato with a fork or skewer to allow steam to escape.
2. Place potatoes on the turntable, microwave at 800W for 8 to 9 minutes, turn over after half the time. When done, cover with foil and set aside.
3. Place minced onion and 1 teaspoon of oil in casserole, stir well. Cover and microwave at 800W for 2 to 3 minutes. Stir after half the time. Check the color and doneness while cooking.
4. Stir in ground beef, green peas and salt, cover and microwave at 800W for 2 minutes. Stir after half the cooking time.
5. Cut out the potatoes from the top, then hollow out potatoes with a spoon.
6. Stuff potatoes with mixture from (4) and cover openings with potato pieces taken out from (5).
7. Glaze thoroughly with butter. Place on a plate and microwave at 800W for 2 minutes 30 seconds to 3 minutes. Serve hot.

Vegetable Platter

[Ingredients]

30 g Baby bamboo shoots, canned
6 Cherry tomatoes
6 Champignon mushrooms
6 Baby cornshoots, canned
6 Straw mushrooms, canned
230 g Green vegetable
14 Green asparagus, cut in half
1 Carrot (sliced for decoration)
3 slices Potato
1/2 can Ginkgo nuts
1 1/2 tsp Salt
800 ml Vegetable stock
300 ml Stock mix with
1 1/2 tbsp cornstarch
few Cooked oil

[Method]

1. Clean all the vegetables. Place in casserole with salt and stock and microwave at 800W for 1 minute 30 seconds to 2 minutes for each kind.
2. Discard the stock each time.
3. Dip tomatoes in boiling water; remove skin.
4. Arrange vegetables colorfully on plate.
5. Heat 300 ml of cornstarch in microwave at 800W for 2 to 2 minutes 30 seconds until thicken. Pour over vegetables, sprinkle cooked fat oil on top and serve.

NOTE

Types of vegetables can vary or adjust according to personal taste.





EGGS

Scrambled Eggs

[Ingredients]

1 Egg
1 tbsp Milk

[Seasonings]

pinch Salt
pinch Pepper

[Method]

1. Break the egg, put it into a heat-resistant cooking dish together with the milk, salt and pepper, and stir them well enough. Then place the dish in the middle of the turntable of the microwave oven, and cook, uncovered, on microwave 800W for 40 seconds to 1 minute.
2. Stir the heated egg to small pieces.

DESSERTS

Almond Bean Curd

[Ingredients]

2 tbsp Gelatin
600 ml Water
200 ml Milk
 $\frac{3}{4}$ tbsp Almond extract
few Canned mixed fruits (with syrup)

[Method]

1. Put gelatin into casserole, add 600 ml water, cover and microwave at 800W for 7 to 9 minutes, and stir until it dissolves completely.
2. Add milk and almond extract and stir well.
3. Pour into bowl, allow to set, and cool in refrigerator.
4. Cut into diamond shapes, garnish with mixed fruits and syrup.



Steam Raisin Cake

[Ingredients]

90 g Flour
3 Eggs
70 g White sugar
50 g Raisins

[Method]

1. Sift flour well and set aside.
2. Beat egg white in bowl until soft peaks form.
3. Gradually add sugar, continue beating.
4. Combine yolks and beaten egg white.
5. Add flour and stir quickly.
6. Add raisins and stir.
7. Pour the mixture into a well greased mold. Cover with a paper towel and microwave at 800W for 3 to 4 minutes until the center part is cooked.



Trifle

[Ingredients]

1 packet Port wine jelly crystals
1 $\frac{1}{2}$ cups Boiling water
5 $\frac{1}{3}$ tbsp Custard powder
375 ml Milk
 $\frac{1}{2}$ cup Sugar
1 tsp Vanilla essence
1 cup Whipped cream
12 Macaroons
1 Madeira cake
 $\frac{1}{2}$ cup Sherry wine
few Strawberries
few Blueberries

[Method]

1. Dissolve jelly crystals in boiling water. Refrigerate until partially set.
2. Blend custard powder with milk; add sugar and vanilla essence. Cook on microwave 800W for 4 to 6 minutes, stirring twice during cooking. Cool.
3. Fold half the whipped cream into custard.
4. Arrange macaroons and cake in the base of 4 individual serving dishes. Pour half the sherry wine over macaroons and cake. Top with a layer of strawberries, blueberries, jelly and custard.
5. Repeat layers. Chill for 2 to 3 hours.
6. Decorate with remaining whipped cream.





SHARP®

บริษัท ชาร์ป ไทย จำกัด

952 ชั้น 12 อาคารรามาสแลนด์

ถนนพระรามที่ 4 แขวงสุริยวงศ์ เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500

โทร: 0-2638-3500 E-mail: www.sharphai.co.th

SHARP®
SHARP CORPORATION

TINZA291WRRZ-T31

