SHARP

Achtung
Avertissement
Waarschuwing
Avvertenza
Advertencia
Attention

DEUTSCH FRANÇAIS NEDERLANDS ITALIANO ESPAÑOL ENGLISH

R-26ST

MIKROWELLENGERÄT - BEDIENUNGSANLEITUNG MIT KOCHBUCH
FOUR A MICRO-ONDES - MODE D'EMPLOI AVEC LIVRE DE RECETTES
MAGNETRONOVEN - GEBRUIKSAANWIJZING MET KOOKBOEK
FORNO A MICROONDE - MANUALE D'ISTRUZIONI E LIBRO DI RICETTE
HORNO DE MICROONDAS - MANUAL DE INSTRUCCIONES Y RECETARIO
MICROWAVE OVEN - OPERATION MANUAL WITH COOKBOOK

(D)

Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen, welche Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes unbedingt sorgfältig durchlesen sollten.
Achtung: Die Nichtbeachtung der Gebrauchs- und Serviceanweisungen sowie jeglicher Eingriff, der das Betreiben des Gerätes in geöffnetem Zustand (z.B. geöffnetes Gehäuse) erlaubt, führt zu erheblichen Gesundheitsschäden.

(F)

Ce mode d'emploi du four contient des informations importantes, que vous devez lire avant d'utiliser votre four à micro–ondes.
Avertissement: Des risques sérieux pour la santé peuvent être encourus si ces instructions d'utilisation et d'entretien ne sont pas respectées ou si le four est modifié de sorte qu'il soit possible de le faire fonctionner lorsque la porte est ouverte.

(NL)

Deze gebruiksaanwijzing bevat belangrijke informatie die u dient te lezen alvorens u de oven in gebruik neemt.
Waarschuwing: Het niet naleven van de gebruiks- en onder- houdsvoorschriften evenals elke ingreep die het mogelijk maakt dat het toestel in niet-gesloten toestand in werking kan gesteld worden, kan leiden tot ernstige gezondheidsletsels.

(I)

Questo manuale contiene informazioni importanti, che dovete leggere prima di usare il forno.
Avvertenza: La mancata osservanza di queste istruzioni sull'uso e sulla manutenzione del forno, o l'alterazione del forno che ne permetta l'uso a sportello aperto, possono costituire un grave pericolo per la vostra salute.

(E)

Este manual contiene información muy importante que debe leer antes de utilizar el horno.
Advertencia: Pueden presentarse serios riesgos para su salud si no respeta estas instrucciones de uso y mantenimiento, o si el horno se modifica de forma que pueda ponerse en funcionamiento con la puerta abierta.

(GB)

This operation manual contains important information which you should read carefully before using your microwave oven.
Important: There may be a serious risk to health if this operation manual is not followed or if the oven is modified so that it operates with the door open.

800 W (IEC 60705)

(D) Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Mikrowellengerät, das Ihnen ab jetzt die Arbeit im Haushalt wesentlich erleichtern wird.
Sie werden angenehm überrascht sein, was man mit der Mikrowelle alles machen kann. Sie können nicht nur schnell Speisen auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten.
In unserer Versuchsküche hat das Mikrowellen-Team eine Auswahl der köstlichsten internationalen Rezepte zusammengestellt, die Sie schnell und einfach nachkochen können.
Lassen Sie sich von den beigefügten Rezepten inspirieren und bereiten Sie Ihre Lieblingsgerichte in der Mikrowelle zu.
Sicher werden Sie von den zahlreichen Vorteilen eines Mikrowellengerätes begeistert sein:

- Speisen können direkt in den Portionstellern zubereitet werden, dadurch entsteht weniger Abwasch.
- Durch kürzere Garzeiten und die Verwendung von wenig Wasser und Fett bleiben viele Vitamine, Mineralien und Aromen erhalten.

Wir empfehlen Ihnen, die Bedienungsanleitung und den Ratgeber genau durchzulesen.
So wird Ihnen die Bedienung Ihres Gerätes leicht von der Hand gehen.

Viel Spaß beim Umgang mit Ihrem neuen Mikrowellengerät und beim Ausprobieren der köstlichen Rezepte.

(F) Chère cliente, cher client,

Félicitations! Vous venez de faire l'acquisition d'un nouveau four à micro-ondes, qui va vous simplifier considérablement la vie en cuisine.
Vous serez agréablement surpris de voir tout ce qu'il est possible de faire avec un four à micro-ondes. Vous pouvez non seulement décongeler et réchauffer rapidement des aliments, mais également préparer des repas entiers.
Dans notre cuisine test, notre équipe spécialisée dans les fours à micro-ondes a sélectionné les meilleures recettes du monde entier, rapides et faciles à préparer.
Inspirez-vous des recettes que nous avons choisies et préparez vos plats préférés au four à micro-ondes.
Il y a de nombreux avantages à posséder un four à micro-ondes, et vous ne pourrez que vous en réjouir:

- Les aliments peuvent être préparés directement dans les plats de service, ce qui réduira la vaisselle.
- Grâce aux temps de cuisson plus courts et à la faible quantité d'eau et de graisse utilisée, nombre de vitamines, minéraux et saveurs originales sont préservés.

Nous vous conseillons de lire avec attention le guide des recettes et les instructions d'utilisation.
Vous comprendrez dès lors plus aisément comment utiliser votre four.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans l'utilisation de votre four à micro-ondes et l'élaboration de délicieuses recettes.

(NL) Geachte klant,

Wij feliciteren u met de aankoop van uw nieuwe magnetronoven, die het werk in de keuken voortaan aanzienlijk zal vergemakkelijken.
U zult aangenaam verrast zijn over wat u allemaal met de magnetron kunt doen. U kunt er niet alleen snel mee ontdooien en opwarmen, maar u kunt er ook volledige maaltijden mee bereiden.
Ons magnetronteam heeft in onze testkeuken een selectie gemaakt uit de lekkerste internationale recepten die snel en gemakkelijk kunnen worden klaargemaakt.
Laat u inspireren door onze recepten en maak uw favoriete gerechten klaar in uw magnetronoven.
Een magnetronoven heeft zo veel voordelen en we zijn er zeker van dat u ze snel zult ontdekken:

- U kunt eten meteen klaarmaken in de borden waarin het wordt geserveerd, waardoor u minder moet afwassen.
- Door de kortere kooktijden en omdat er weinig water en vetstoffen worden gebruikt, blijven vitaminen, mineralen en typische smaken beter bewaard.

Wij adviseren u de gebruiksaanwijzing en het bijgeleverde kookboek zorgvuldig door te lezen.
Op die manier zal het bedienen van uw oven voor u geen enkel probleem opleveren.

Veel plezier met uw magnetronoven en met het uitproberen van de heerlijke recepten.

(I) **Gentile Cliente,**

Congratulazioni per l'acquisto del Vostro nuovo forno a microonde, con il quale potrete preparare molto più agevolmente i Vostri piatti preferiti.
Potrete ben presto apprezzare quante cose si possono fare con un forno a microonde. Oltre a scongelare rapidamente cibi surgelati o riscaldare vivande precotte, potrete infatti preparare anche interi pranzi.
Nella nostra cucina di prova, il nostro team di esperti in microonde ha preparato una raccolta delle più prelibate ricette internazionali, facili e semplici da preparare.
Ispirati da tali ricette abbiamo preparato e allegato le ricette per cucinare i Vostri piatti preferiti nel forno a microonde.
Un forno a microonde offre numerosi vantaggi che siamo certi che apprezzerete:

- Possibilità di cucinare i cibi direttamente nei piatti di portata, riducendo il numero di stoviglie da lavare.
- Tempi di cottura più brevi e uso di quantità limitate di acqua e grassi che consentono di conservare molte vitamine, minerali e sapori caratteristici.

Vi consigliamo di leggere attentamente il manuale di istruzioni insieme al ricettario.
Potrete così apprendere come utilizzare al meglio il vostro forno.

Divertitevi a cucinare con questo forno sperimentando le deliziose ricette proposte.

(E) **Estimado cliente:**

Le felicitamos por haber adquirido este nuevo horno microondas que le facilitará notablemente sus quehaceres culinarios.
Le sorprenderá la cantidad de cosas que se pueden hacer con un microondas. No sólo podrá descongelar rápidamente o calentar la comida, sino que también podrá preparar menús completos.
Nuestro equipo ha recopilado en nuestra cocina una selección de las más deliciosas recetas internacionales fáciles y rápidas de preparar.
Las recetas que hemos incluido le permitirán inspirarse y preparar sus platos favoritos con ayuda del horno microondas.
Son tantas las ventajas de tener un horno microondas que estamos seguros de que le sorprenderán:

- La comida se puede preparar directamente en las bandejas, por lo que tendrá menos utensilios a la hora de lavar los platos.
- Gracias a unos tiempos de cocción reducidos así como a la utilización de pequeñas cantidades de agua y grasa, se conservan muchas de las vitaminas, minerales y sabores característicos de los alimentos.

Le aconsejamos que lea detenidamente el libro de recetas y el manual de instrucciones.
De este modo podrá entender rápidamente como utilizar su horno microondas.

Esperamos que disfrute de su horno de microondas y de las deliciosas recetas que le proponemos.

(GB) **Dear Customer,**

Congratulations on acquiring your new microwave oven, which from now on will make your kitchen chores considerably easier.
You will be pleasantly surprised by the kinds of things you can do with a microwave. Not only can you use it for rapid defrosting or heating up of food, you can also prepare whole meals.
In our test kitchen our microwave team has gathered together a selection of the most delicious international recipes which are quick and simple to prepare.
Be inspired by the recipes we have included and prepare your own favourite dishes in your microwave oven.
There are so many advantages to having a microwave oven which we are sure you will find exciting:

- Food can be prepared directly in the serving dishes, leaving less to wash up.
- Shorter cooking times and the use of little water and fat ensure that many vitamins, minerals and characteristic flavours are preserved.

We advise you to read the cookery book guide and operating instructions carefully.
You will then easily understand how to use your oven.

Enjoy using your microwave oven and trying out the delicious recipes.

D

Achtung:
Ihr Produkt trägt dieses Symbol. Es besagt, dass Elektro- und Elektronikgeräte nicht mit dem Haushaltsmüll entsorgt, sondern einem getrennten Rücknahmesystem zugeführt werden sollten.

A. Entsorgungsinformationen für Benutzer aus Privathaushalten

1. In der Europäischen Union

Achtung: Werfen Sie dieses Gerät zur Entsorgung bitte nicht in den normalen Hausmüll !

Gemäß einer neuen EU-Richtlinie, die die ordnungsgemäße Rücknahme, Behandlung und Verwertung von gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräten vorschreibt, müssen elektrische und elektronische Altgeräte getrennt entsorgt werden.

Nach der Einführung der Richtlinie in den EU-Mitgliedstaaten können Privathaushalte ihre gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräte nun kostenlos an ausgewiesenen Rücknahmestellen abgeben*.

In einigen Ländern* können Sie Altgeräte u.U. auch kostenlos bei Ihrem Fachhändler abgeben, wenn Sie ein vergleichbares neues Gerät kaufen.

*) Weitere Einzelheiten erhalten Sie von Ihrer Gemeindeverwaltung.

Wenn Ihre gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräte Batterien oder Akkus enthalten, sollten diese vorher entnommen und gemäß örtlich geltenden Regelungen getrennt entsorgt werden.

Durch die ordnungsgemäße Entsorgung tragen Sie dazu bei, dass Altgeräte angemessen gesammelt, behandelt und verwendet werden. Dies verhindert mögliche schädliche Auswirkungen auf Umwelt und Gesundheit durch eine unsachgemäße Entsorgung.

2. In anderen Ländern außerhalb der EU

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Gemeindeverwaltung nach dem ordnungsgemäßen Verfahren zur Entsorgung dieses Geräts.

Für die Schweiz: Gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte können kostenlos beim Händler abgegeben werden, auch wenn Sie kein neues Produkt kaufen. Weitere Rücknahmesysteme finden Sie auf der Homepage von www.swico.ch oder www.sens.ch.

B. Entsorgungsinformationen für gewerbliche Nutzer

1. In der Europäischen Union

Wenn Sie dieses Produkt für gewerbliche Zwecke genutzt haben und nun entsorgen möchten:

Bitte wenden Sie sich an Ihren SHARP Fachhändler, der Sie über die Rücknahme des Produkts informieren kann. Möglicherweise müssen Sie die Kosten für die Rücknahme und Verwertung tragen. Kleine Produkte (und kleine Mengen) können möglicherweise bei Ihrer örtlichen Rücknahmestelle abgegeben werden.

Für Spanien: Bitte wenden Sie sich an das vorhandene Rücknahmesystem oder Ihre Gemeindeverwaltung, wenn Sie Fragen zur Rücknahme Ihrer Altgeräte haben.

2. In anderen Ländern außerhalb der EU

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Gemeindeverwaltung nach dem ordnungsgemäßen Verfahren zur Entsorgung dieses Geräts.

F

Attention :
votre produit comporte ce symbole.
Il signifie que les produits électriques et électroniques usagés ne doivent pas être mélangés avec les déchets ménagers généraux. Un système de collecte séparé est prévu pour ces produits.

A. Informations sur la mise au rebut à l'intention des utilisateurs privés (ménages)

1. Au sein de l'Union européenne

Attention : si vous souhaitez mettre cet appareil au rebut, ne le jetez pas dans une poubelle ordinaire !

Les appareils électriques et électroniques usagés doivent être traités séparément et conformément aux lois en vigueur en matière de traitement, de récupération et de recyclage adéquats de ces appareils.

Suite à la mise en oeuvre de ces dispositions dans les Etats membres, les ménages résidant au sein de l'Union européenne peuvent désormais ramener gratuitement* leurs appareils électriques et électroniques usagés sur des sites de collecte désignés.

Dans certains pays*, votre détaillant reprendra également gratuitement votre ancien produit si vous achetez un produit neuf similaire.

*) Veuillez contacter votre administration locale pour plus de renseignements.

Si votre appareil électrique ou électronique usagé comporte des piles ou des accumulateurs, veuillez les mettre séparément et préalablement au rebut conformément à la législation locale en vigueur.

En veillant à la mise au rebut correcte de ce produit, vous contribuerez à assurer le traitement, la récupération et le recyclage nécessaires de ces déchets, et préviendrez ainsi les effets néfastes potentiels de leur mauvaise gestion sur l'environnement et la santé humaine.

2. Pays hors de l'Union européenne

Si vous souhaitez mettre ce produit au rebut, veuillez contacter votre administration locale qui vous renseignera sur la méthode d'élimination correcte de cet appareil.

Suisse : les équipements électriques ou électroniques usagés peuvent être ramenés gratuitement au détaillant, même si vous n'achetez pas un nouvel appareil. Pour obtenir la liste des autres sites de collecte, veuillez vous reporter à la page d'accueil du site www.swico.ch ou www.sens.ch.

B. Informations sur la mise au rebut à l'intention des entreprises

1. Au sein de l'Union européenne

Si ce produit est utilisé dans le cadre des activités de votre entreprise et que vous souhaitiez le mettre au rebut :

Veuillez contacter votre revendeur SHARP qui vous informera des conditions de reprise du produit. Les frais de reprise et de recyclage pourront vous être facturés. Les produits de petite taille (et en petites quantités) pourront être repris par vos organisations de collecte locales.

Espagne : veuillez contacter l'organisation de collecte existante ou votre administration locale pour les modalités de reprise de vos produits usagés.

2. Pays hors de l'Union européenne

Si vous souhaitez mettre ce produit au rebut, veuillez contacter votre administration locale qui vous renseignera sur la méthode d'élimination correcte de cet appareil.

NL

Let op:
Uw product is van dit merkteken voorzien.
Dit betekent dat afgedankte elektrische en elektronische apparatuur niet samen met het normale huisafval mogen worden weggegooid.
Er bestaat een afzonderlijk inzamelingssysteem voor deze producten.

A. Informatie over afvalverwijdering voor gebruikers (particuliere huishoudens)

1. In de Europese Unie

Let op: Deze apparatuur niet samen met het normale huisafval weggooien!
Afgedankte elektrische en elektronische apparatuur moet gescheiden worden ingezameld conform de wetgeving inzake de verantwoorde verwerking, terugwinning en recycling van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur.
Na de invoering van de wet door de lidstaten mogen particuliere huishoudens in de lidstaten van de Europese Unie hun afgedankte elektrische en elektronische apparatuur kosteloos* naar hiertoe aangewezen inzamelingsinrichtingen brengen*.
In sommige landen* kunt u bij de aanschaf van een nieuw apparaat het oude product kosteloos bij uw lokale distributeur inleveren.
*) Neem contact op met de plaatselijke autoriteiten voor verdere informatie.
Als uw elektrische of elektronische apparatuur batterijen of accumulatoren bevat dan moet u deze afzonderlijk conform de plaatselijke voorschriften weggooien.
Door dit product op een verantwoorde manier weg te gooien, zorgt u ervoor dat het afval de juiste verwerking, terugwinning en recycling ondergaat en potentiële negatieve effecten op het milieu en de menselijke gezondheid worden voorkomen die anders zouden ontstaan door het verkeerd verwerken van het afval.

2. In andere landen buiten de Europese Unie

Als u dit product wilt weggooien, neem dan contact op met de plaatselijke autoriteiten voor informatie omtrent de juiste verwijderingsprocedure.
Voor Zwitserland: U kunt afgedankte elektrische en elektronische apparatuur kosteloos bij de distributeur inleveren, zelfs als u geen nieuw product koopt. Aanvullende inzamelingsinrichtingen zijn vermeld op de startpagina van www.swico.ch or www.sens.ch.

B. Informatie over afvalverwijdering voor bedrijven

1. In de Europese Unie

Als u het product voor zakelijke doeleinden heeft gebruikt en als u dit wilt weggooien:
Neem contact op met uw SHARP distributeur die u inlichtingen verschaft over de terugname van het product. Het kan zijn dat u een afvalverwijderingsbijdrage voor de terugname en recycling moet betalen. Kleine producten (en kleine hoeveelheden) kunnen door de lokale inzamelingsinrichtingen worden verwerkt.
Voor Spanje: Neem contact op met de inzamelingsinrichting of de lokale autoriteiten voor de terugname van uw afgedankte producten.

2. In andere landen buiten de Europese Unie

Als u dit product wilt weggooien, neem dan contact op met de plaatselijke autoriteiten voor informatie omtrent de juiste verwijderingsprocedure.

I

Attenzione:
Il dispositivo è contrassegnato da questo simbolo, che segnala di non smaltire le apparecchiature elettriche ed elettroniche insieme ai normali rifiuti domestici.
Per tali prodotti è previsto un sistema di raccolta a parte.

A. Informazioni sullo smaltimento per gli utenti (privati)

1. Nell'Unione europea

Attenzione: Per smaltire il presente dispositivo, non utilizzare il normale bidone della spazzatura!

Le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate devono essere gestite a parte e in conformità alla legislazione che richiede il trattamento, il recupero e il riciclaggio adeguato dei suddetti prodotti.

In seguito alle disposizioni attuate dagli Stati membri, i privati residenti nella UE possono conferire gratuitamente le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate a centri di raccolta designati*.

In alcuni paesi*, anche il rivenditore locale può ritirare gratuitamente il vecchio prodotto se l'utente acquista un altro nuovo di tipologia simile.

*) Per maggiori informazioni si prega di contattare l'autorità locale competente.

Se le apparecchiature elettriche o elettroniche usate hanno batterie o accumulatori, l'utente dovrà smaltirli a parte preventivamente in conformità alle disposizioni locali.

Lo smaltimento corretto del presente prodotto contribuirà a garantire che i rifiuti siano sottoposti al trattamento, al recupero e al riciclaggio necessari prevenendone il potenziale impatto negativo sull'ambiente e sulla salute umana, che potrebbe derivare da un'inadeguata gestione dei rifiuti.

2. In paesi che non fanno parte dell'UE

Se si desidera eliminare il presente prodotto, contattare le autorità locali e informarsi sul metodo di smaltimento corretto.

Per la Svizzera: Le apparecchiature elettriche o elettroniche usate possono essere restituite gratuitamente al rivenditore, anche se non si acquista un prodotto nuovo. Altri centri di raccolta sono elencati sulle homepage di www.swico.ch o di www.sens.ch.

B. Informazioni sullo smaltimento per gli utenti commerciali

1. Nell'Unione europea

Se il prodotto è impiegato a scopi commerciali, procedere come segue per eliminarlo.

Contattare il proprio rivenditore SHARP che fornirà informazioni circa il ritiro del prodotto. Potrebbero essere addebitate le spese di ritiro e riciclaggio. Prodotti piccoli (e quantitativi ridotti) potranno essere ritirati anche dai centri di raccolta locali.

Per la Spagna: Contattare il sistema di raccolta ufficiale o l'ente locale preposto al ritiro dei prodotti usati.

2. In paesi che non fanno parte dell'UE

Se si desidera eliminare il presente prodotto, contattare le autorità locali e informarsi sul metodo di smaltimento corretto.

E

Atención:
su producto está marcado con este símbolo.
Significa que los productos eléctricos y electrónicos usados no deberían mezclarse con los residuos domésticos generales.
Existe un sistema de recogida independiente para estos productos.

A. Información sobre eliminación para usuarios particulares

1. En la Unión Europea

Atención: si quiere desechar este equipo, ¡por favor no utilice el cubo de la basura habitual!

Los equipos eléctricos y electrónicos usados deberían tratarse por separado de acuerdo con la legislación que requiere un tratamiento, una recuperación y un reciclaje adecuados de los equipos eléctricos y electrónicos usados.

Tras la puesta en práctica por parte de los estados miembros, los hogares de particulares dentro de los estados de la Unión Europea pueden devolver sus equipos eléctricos y electrónicos a los centros de recogida designados sin coste alguno *.

En algunos países* es posible que también su vendedor local se lleve su viejo producto sin coste alguno si Ud. compra uno nuevo similar.

*) Por favor, póngase en contacto con su autoridad local para obtener más detalles.

Si sus equipos eléctricos o electrónicos usados tienen pilas o acumuladores, por favor deséchelos por separado con antelación según los requisitos locales.

Al desechar este producto correctamente, ayudará a asegurar que los residuos reciban el tratamiento, la recuperación y el reciclaje necesarios, previniendo de esta forma posibles efectos negativos en el medio ambiente y la salud humana que de otra forma podrían producirse debido a una manipulación de residuos inapropiada.

2. En otros países fuera de la Unión Europea

Si desea desechar este producto, por favor póngase en contacto con las autoridades locales y pregunte por el método de eliminación correcto.

Para Suiza: Los equipos eléctricos o electrónicos pueden devolverse al vendedor sin coste alguno, incluso si no compra ningún nuevo producto. Se puede encontrar una lista de otros centros de recogida en la página principal de www.swico.ch o www.sens.ch.

B. Información sobre Eliminación para empresas usuarias

1. En la Unión Europea

Si el producto se utiliza en una empresa y quiere desecharlo:

Por favor póngase en contacto con su distribuidor SHARP, quien le informará sobre la recogida del producto. Puede ser que le cobren los costes de recogida y reciclaje. Puede ser que los productos de tamaño pequeño (y las cantidades pequeñas) sean recogidos por sus centros de recogida locales.

Para España: por favor, póngase en contacto con el sistema de recogida establecido o con las autoridades locales para la recogida de los productos usados.

2. En otros países fuera de la Unión Europea

Si desea desechar este producto, por favor póngase en contacto con sus autoridades locales y pregunte por el método de eliminación correcto.

GB

Attention:
Your product is marked with this symbol.
It means that used electrical and electronic products should not be mixed with general household waste. There is a separate collection system for these products.

A. Information on Disposal for Users (private households)

1. In the European Union

Attention: If you want to dispose of this equipment, please do not use the ordinary dust bin!

Used electrical and electronic equipment must be treated separately and in accordance with legislation that requires proper treatment, recovery and recycling of used electrical and electronic equipment.

Following the implementation by member states, private households within the EU states may return their used electrical and electronic equipment to designated collection facilities free of charge*.

In some countries* your local retailer may also take back your old product free of charge if you purchase a similar new one.

*) Please contact your local authority for further details.

If your used electrical or electronic equipment has batteries or accumulators, please dispose of these separately beforehand according to local requirements.

By disposing of this product correctly you will help ensure that the waste undergoes the necessary treatment, recovery and recycling and thus prevent potential negative effects on the environment and human health which could otherwise arise due to inappropriate waste handling.

2. In other Countries outside the EU

If you wish to discard this product, please contact your local authorities and ask for the correct method of disposal.

For Switzerland: Used electrical or electronic equipment can be returned free of charge to the dealer, even if you don't purchase a new product. Further collection facilities are listed on the homepage of www.swico.ch or www.sens.ch.

B. Information on Disposal for Business Users

1. In the European Union

If the product is used for business purposes and you want to discard it:

Please contact your SHARP dealer who will inform you about the take-back of the product. You might be charged for the costs arising from take-back and recycling. Small products (and small amounts) might be taken back by your local collection facilities.

For Spain: Please contact the established collection system or your local authority for take-back of your used products.

2. In other Countries outside the EU

If you wish to discard of this product, please contact your local authorities and ask for the correct method of disposal.

(D) INHALT

Bedienungsanleitung

SEHR GEEHRTER KUNDE 1
ENTSORGUNGSINFORMATIONEN 3
GERÄT 11
ZUBEHÖR 12
BEDIENFELD 13-14
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE D-1-3
AUFSTELLANWEISUNGEN D-3
VOR INBETRIEBNAHME D-4
EINSTELLEN DER UHR D-4
MIKROWELLENLEISTUNG D-5
GAREN MIT DER MIKROWELLE D-5
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN D-6-7
BEDIENUNG VON EXPRESS-MENÜ,
EXPRESS-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN . . .D-8-9
TABELLE EXPRESS-MENÜ D-10
TABELLE EXPRESS-GAREN D-11
TABELLE EXPRESS-AUFTAUEN D-12
REZEPTE FÜR EXPRESS-MENÜ D-13-14
REINIGUNG UND PFLEGE D-15
FUNKTIONSPRÜFUNG D-15

Kochbuch

WAS SIND MIKROWELLEN? D-16
DAS GEEIGNETE GESCHIRR D-16
TIPPS UND TECHNIKEN D-17-19
TABELLEN UND REZEPTE D-20-26

SERVICE NIEDERLASSUNGEN 171-176
TECHNISCHE DATEN 177

(F) TABLE DES MATIERES

Mode d'emploi

CHÈRE CLIENTE, CHER CLIENT 1
INFORMATIONS SUR LA MISE AU REBUT
CORRECTE 4
FOUR 11
ACCESSOIRES 12
PANNEAU DE COMMANDE 13-14
INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE . . .F-1-3
INSTALLATION F-3
AVANT MISE EN SERVICE F-4
REGLER L'HORLOGE F-4
NIVEAU DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES F-5
FONCTIONNEMENT MANUEL F-5
AUTRES FONCTIONS PRATIQUES F-6-7
MENU RAPIDE, CUISSON RAPIDE &
DÉCONGÉLATION RAPIDE F-8-9
TABLEAU DE MENUS RAPIDES F-10
TABLEAU DE CUISSON RAPIDE F-11
TABLEAU DE DECONGELATION RAPIDE F-12
RECETTES POUR MENU RAPIDE F-13-14
ENTRETIEN ET NETTOYAGE F-15
AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR F-15

Livre de recette

QUE SONT LES MICRO-ONDES? F-16
BIEN CHOISIR LA VAISSELLE F-16
CONSEILS ET TECHNIQUES F-17-19
TABLEAUX ET RECETTES F-20-26

ADDRESSES D'ENTRETIEN 171-176
FICHE TECHNIQUE 177

(NL) INHOUDSOPGAVE

Gebruiksaanwijzing

GEACHTE KLANT 1
INFORMATIE OVER VERANTWOORDE
VERWIJDERING 5
OVEN 11
TOEBEHOREN 12
BEDIENINGSPANEEL 13-14
BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMAATREGELEN . .NL-1-3
INSTALLATIE NL-3
ALVORENS IN GEBRUIK TE NEMEN NL-4
INSTELLEN VAN DE KLOK NL-4
KOKEN MET DE MAGNETRON NL-5
HANDBEDIENING NL-5
ANDERE GEHAKKELIJKE FUNCTIES NL-6-7
SNELMENU, SNEL BEREIDEN &
SNEL ONTDOOIEN NL-8-9
TABEL SNELMENU NL-10
TABEL SNEL BEREIDEN NL-11
TABEL SNEL ONTDOOIEN NL-12
RECEPTEN VOOR SNELMENU NL-13-14
ONDERHOUD EN REINIGEN NL-15
VOORDAT U EEN REPARATEUR BELT NL-15

Kookboek

WAT ZIJN MICROGOLVEN? NL-16
GESCHIKTE SCHALEN/TIPS EN ADVIES . .NL-16-19
TABEL EN RECEPTEN NL-20-26

ONDERHOUDSADRESSEN 171-176
SPECIFICATIES 178

(I) INDICE

Manuale d'istruzioni

GENTILE CLIENTE 2
INFORMAZIONI PER UN CORRETTO SMALTIMENTO 6
FORNO 11
ACCESSORI 12
PANNELLO DEI COMANDI 13-14
ISTRUZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA . .I-1-3
INSTALLAZIONE I-3
COTTURA A MICROONDE I-4
REGOLAZIONE DELL'OROLGIO I-4
PRIMA DI USARE IL FORNO I-5
OPERAZIONI MANUALI I-5
ALTRE FUNZIONI UTILI I-6-7
MENU, COTTURA E SCONGELAMENTO RAPIDI I-8-9
TABELLA MENU RAPIDI I-10
TABELLA COTTURA RAPIDA I-11
TABELLA SCONGELAMENTO RAPIDO I-12
RICETTE PER MENU RAPIDI I-13-14
MANUTENZIONE E PULIZIA I-15
COSA VERIFICARE PRIMA DI CHIAMARE IL SERVIZIO DI ASSISTENZA I-15

Libro di ricette

CHE COSA SONO LE MICRO-ONDE ? I-16
UTENSILI ADATTI I-16
CONSIGLI E TECNICHE DI COTTURA . . .I-17-20
TABELLAS E RICETTE I-20-26

DIRECCIONES DE SERVICIO 171-176
DATI TECHNICI 178

(E) INDICE

Manual de instrucciones

ESTIMADO CLIENTE 2
INFORMACIÓN SOBRE LA ELIMINACIÓN 7
HORNO 11
ACCESORIOS 12
PANEL DE CONTROL 13-14
MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD E-1-3
INSTALACION E-3
ANTES DE LA PUESTA EN FUNCTIONAMIENTO . .E-4
PUESTA EN HORA DEL RELOJ E-4
COCCIÓN POR MICROONDAS E-5
OPERACIONES MANUALES E-5
OTRAS FUNCIONES CÓMODAS E-6-7
MENÚ RÁPIDO, COCCIÓN RÁPIDA Y FUNCIONAMIENTO DE LA DESCONGELACIÓN RÁPIDA E-8-9
TABLA DEL MENÚ RÁPIDO E-10
TABLA DE COCCIÓN RÁPIDA E-11
TABLA DE DESCONGELACIÓN RÁPIDA E-12
RECETAS PARA MENÚS RÁPIDOS E-13-14
LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO E-15
COMPROBACIONES ANTES DE LLAMAR AL SERVICIO DE REPARACIONES E-15

Recetario

QUÉ SON LAS MICROONDAS? E-16
LA VAJILLA APPROPIADA E-16
SUGERENCIAS Y TECNICAS E-17-20
TABLAS Y RECETAS E-21-26

INDIRIZZI DE SERVICIO 171-176
ESPECIFICACIONES 179

(GB) CONTENTS

Operation manual

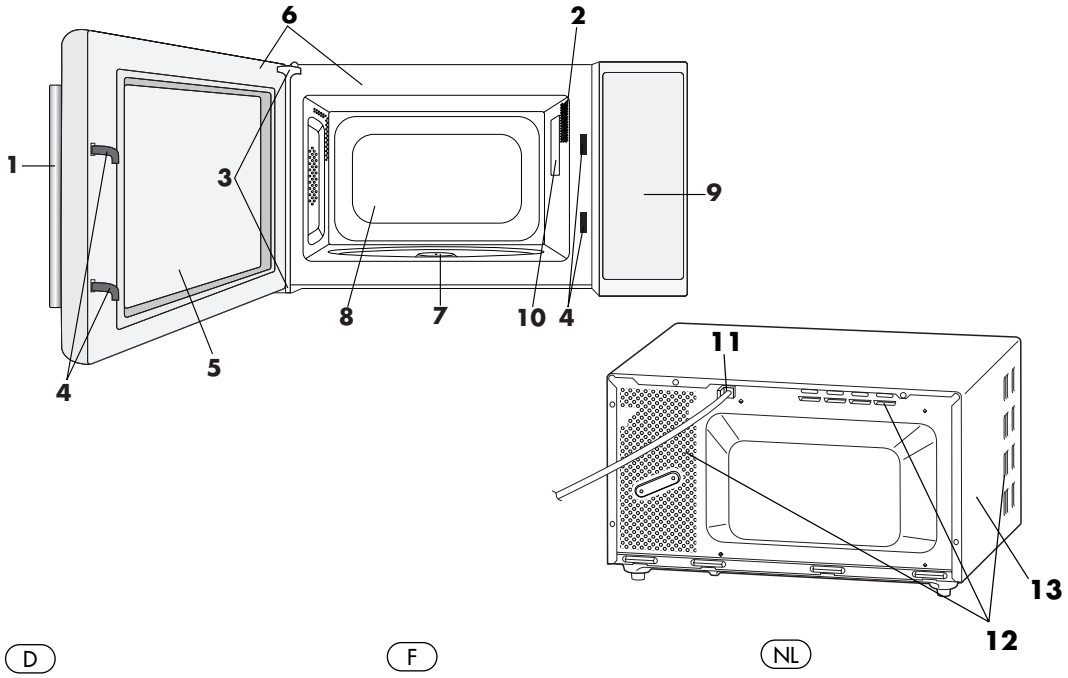
DEAR CUSTOMER 2
INFORMATION ON PROPER DISPOSAL 8
OVEN 11
ACCESSORIES 12
CONTROL PANEL 13-14
IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS GB-1-3
INSTALLATION GB-3
BEFORE OPERATION GB-4
SETTING THE CLOCK GB-4
MICROWAVE POWER LEVEL GB-5
MANUAL OPERATION GB-5
OTHER CONVENIENT FUNCTION GB-6-7
EXPRESS MENU, EXPRESS COOK & EXPRESS DEFROST OPERATION GB-8-9
EXPRESS MENU CHART GB-10
EXPRESS COOK CHART GB-11
EXPRESS DEFROST CHART GB-12
RECIPES FOR EXPRESS MENU GB-13-14
CARE AND CLEANING GB-15
SERVICE CALL CHECK GB-15

Cookbook

WHAT ARE MICROWAVES? GB-16
SUITABLE OVENWARE GB-16
TIPS AND ADVICE GB-17-19
TABLES AND RECIPES GB-20-26

SERVICE ADDRESSES 171-176
SPECIFICATIONS 179

GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO/OVEN



D

1 Türgriff
2 Garraumlampe
3 Türscharniere
4 Türsicherheitsverriegelung
5 Tür
6 Türdichtungen und Dichtungsoberflächen
7 Antriebswelle
8 Garraum
9 Bedienfeld
10 Spritzschutz für den Hohlleiter
11 Netzkabel
12 Lüftungsöffnungen
13 Außenseite

F

1 Poignée d'ouverture de la porte
2 Eclairage du four
3 Charnières de porte
4 Loquets de sécurité de la porte
5 Porte
6 Joint de porte et surface de contact du joint
7 Entraînement
8 Cavité du four
9 Panneau de commande
10 Cadre du répartiteur d'ondes
11 Cordon d'alimentation
12 Ouvertures de ventilation
13 Partie extérieure

NL

1 Deurhendel
2 Ovenlamp
3 Deurscharnieren
4 Veiligheidsvergrendeling van de deur
5 Deur
6 Deurafdichtingen en pasvlakke
7 Verbindingsstuk
8 Ovenruimte
9 Bedieningspaneel
10 Afdekplaatje (voor golfgeleider)
11 Netsnoer
12 Ventilatie-openingen
13 Behuizing

I

1 Maniglia di apertura sportello
2 Luce del forno
3 Cerniere sportello
4 Chiusura di sicurezza sportello
5 Sportello
6 Guarnizioni e superfici di tenuta sportello
7 Accoppiatore
8 Cavità del forno
9 Pannello dei comandi
10 Coperchio guida onde
11 Cavo di alimentazione
12 Apperture di ventilazione
13 Mobile esterno

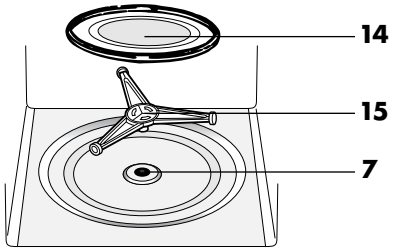
E

1 Tirador para abrir la puerta
2 Lámpara del horno
3 Bisagras
4 Pestillos de seguridad de la puerta
5 Puerta
6 Sellos de la puerta y superficies de sellado
7 Acoplamiento
8 Cavidad del horno
9 Panel de control
10 Tapa de la guía de ondas
11 Cable de alimentación
12 Orificios de ventilación
13 Exterior de la caja

GB

1 Door opening handle
2 Oven lamp
3 Door hinges
4 Door safety latches
5 Door
6 Door seals and sealing surfaces
7 Coupling
8 Oven cavity
9 Control panel
10 Waveguide cover
11 Power supply cord
12 Ventilation openings
13 Outer cabinet

ZUBEHÖR/ACCESSOIRES/TOEBEHOREN ACCESSORI/ACCESORIOS/ACCESSORIES



(D) ZUBEHÖR

Überprüfen Sie, dass die Zubehörteile vorhanden sind: den Drehteller-Träger **(15)** auf die abgedichte Antriebswelle **(7)** auf den Garraumboden legen. Dann den Drehteller **(14)** darauf legen.
Um Schäden am Drehteller zu vermeiden, ist darauf zu achten, dass Gefäße und Behälter bei der Entnahme nicht den Rand des Drehtellers berühren.
Hinweis: Bei der Bestellung von Zubehörteilen müssen Sie dem Händler bzw. dem SHARP Kundendienst immer die Teilebezeichnung und den Modellnamen angeben.

(F) ACCESSORIES

Assurez-vous que les accessoires sont contenus dans l'emballage: Posez le pied du plateau **(15)** sur la entraînement **(7)**. Puis posez le plateau **(14)** tournant dessus en tenant compte de l'accouplement de la sole de la cavité.
Pour éviter d'endommager le plateau tournant, s'assurez que les plats ou les récipients ne touchent pas le bord du plateau lorsqu'ils sont retirés du four.
Remarques: Lorsque vous passez une commande d'accessories, veuillez mentionner au revendeur ou au service d'entretien agréé par SHARP le nom des pièces et nom du modèle.

(NL) TOEBEHOREN

Kontroleer dat de volgende accessoires zijn geleverd: Plaats de draaisteun **(15)** op de vloer van de ovenruimte. Plaats vervolgens de draaitafel **(14)** op het verbindingsstuk **(7)** van de draaisteun.
Om ervoor te zorgen dat de draaitafel niet wordt beschadigd, moeten de borden of schalen goed worden opgetild, zodat ze de rand van de draaitafel niet raken wanneer u ze uit de oven haalt.
Opmerking: Stel uw handelaar of erkend SHARP onderhoudspersoneel bij het nabestellen van accessoires op de hoogte van: de naam en de modelnaam.

(I) ACCESSORI

Accertatevi che i seguenti accessori siano presenti: Mettere il sostegno rotante **(15)** nella accoppiatore **(7)** sul pavimento della cavità del forno. Mettere poi il piatto rotante **(14)** sul sostegno rotante.
Per evitare di danneggiare il piatto rotante, al momento di togliere i piatti o i contenitori dal forno, sollevateli completamente dal piatto facendo attenzione a non urtare il bordo.
Nota: Ordinando gli accesori, dita al rivenditore o ad un tecnico di servizio SHARP autorizzato il nome della parte e il nome del modello.

(E) ACCESORIOS

Compruebe que dispone de todos los accesorios siguientes: Coloque el soporte del rodillo **(15)** en el suelo de la cavidad del horno. Coloque después el plato giratorio **(14)** sobre el soporte colocado en la acoplamiento **(7)**.
Levante los platos o recipientes cuando vaya a sacarlos del horno para no golpear el borde del plato giratorio y evitar dañarlo.
Nota: Cuando haga el pedido de los accesorios, indíquele a su distribuidor o técnico de servicio SHARP autorizado los dos datos siguientes: el nombre de la pieza, y el nombre del modelo.

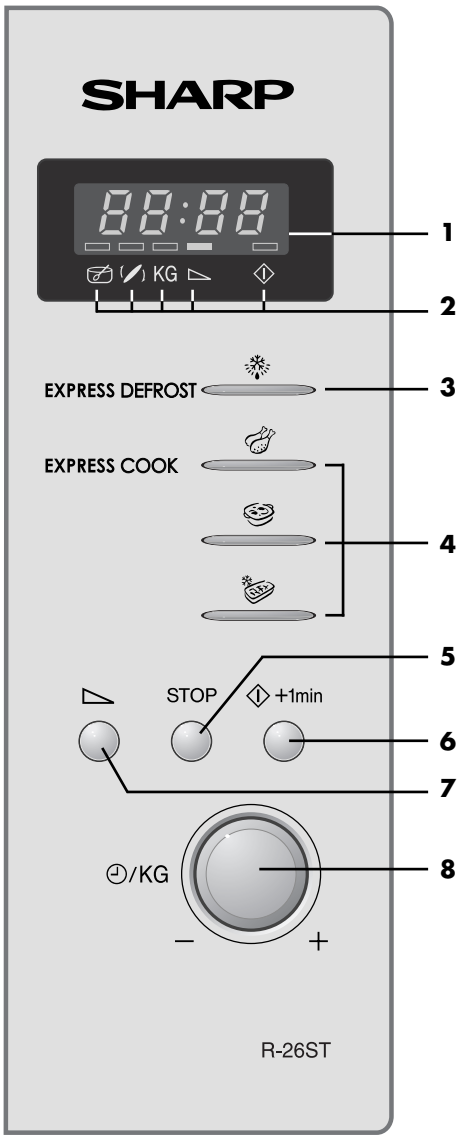
(GB) ACCESSORIES

Check to make sure the following accessories are provided:
(14) Turntable **(15)** Roller stay

- Place the roller stay in the coupling **(7)** on the floor of the cavity.
- Then place the turntable on the roller stay.
- To avoid turntable damage, ensure dishes or containers are lifted clear of the turntable rim when removing them from the oven.

Note: When you order accessories, please mention two items: part name and model name to your dealer or SHARP authorised service agent.

BEDIENFELD/PANNEAU DE COMMANDE



(D) **BEDIENFELD**

1 Display

2 Symbole

Die entsprechende Anzeige über einem Symbol blinkt oder leuchtet auf. Wenn eine Anzeige blinkt, drücken Sie die entsprechende Taste (mit dem gleichen Symbol) oder führen Sie den den erforderlichen Bedienungsschritt durch.

- Umrühren
- Wenden
- KG/Gewicht
- Symbol für Mikrowellen-Leistungsstufen
- Symbol für Garen

3 Taste **EXPRESS-AUFTAUEN**
Diese Taste zur Auswahl von einem der 5 Automatikprogramme drücken

4 Tasten **EXPRESS-GAREN (Express-Menü & Express-Garen)**
Diese Taste zur Auswahl von einem der 7 Automatikprogramme drücken

5 **STOP**-Taste

6 **START/+1min**-Taste

7 **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste

8 **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopf

(F) **PANNEAU DE COMMANDE**

1 Affichage numérique

2 Témoins

L'indicateur clignotera ou s'allumera juste au-dessus de son symbole respectif, en fonction de l'instruction donnée. Lorsqu'un indicateur clignote, appuyez sur la touche adéquate (qui comporte le même symbole) ou effectuez l'opération nécessaire.

- Remuer
- Retourner
- KG/Poids
- Témoin de niveau de puissance
- Témoin de cuisson

3 Touche de **DECONGELATION RAPIDE**
Appuyer pour sélectionner l'un des 5 programmes automatiques.

4 Touches de **CUISSON RAPIDE (Menu rapide & Cuisson rapide)**
Appuyer pour sélectionner l'un des 7 programmes automatiques.

5 Touche **ARRET**

6 Touche **DEPART/+1min**

7 Touche **NIVEAUX DE PUISSANCE MICRO-ONDES**

8 Bouton **MINUTERIE/POIDS**

BEDIENINGSPANEEL/PANNELLO DI CONTROLLO PANEL DE MANDOS/CONTROL PANEL

NL BEDIENINGSPANEEL

1 Digitale display

2 Indikators

De overeenkomstige indicator boven elk symbool zal gaan knipperen of gaan branden volgens de gebruiksaanwijzing. Als een indicator knippert, drukt u op de gepaste toets (met hetzelfde symbool) of voert u de vereiste bewerking uit.

- Roeren
- Omdraaien
- KG/Gewicht
- Vermogenniveau-indikator
- Koken-indikator

3 Toets **SNEL ONTDOOIEN**

Druk op de toets om één van de 5 automatische kookprogramma's te kiezen.

4 Toetsen **SNEL BEREIDEN (Snelmenu & Snel bereiden)**

Druk op de toets om één van de 7 automatische kookprogramma's te kiezen.

5 **STOP**-toets

6 **START/+1min**-toets

7 **MAGNETRON VERMOGENNIVEAU**-toets

8 **TIJDSCHAKELAAR/GEWICHT**-knop

I PANNELLO DEI COMANDI

1 Display digitale

2 Indicatori

Il relativo indicatore situato superiormente a ciascun simbolo lampeggerà oppure si accenderà a luce fissa a seconda del comando. Quando un indicatore lampeggia, premere il relativo pulsante (che presenta lo stesso simbolo) oppure effettuare l'operazione necessaria.

- Mescolare
- Voltare
- KG/Peso
- Indicatore di livello potenza microonde
- Indicatore di cottura

3 Pulsante **SCONGELAMENTO RAPIDO**

Premere il pulsante per selezionare uno dei 5 programmi automatici.

4 Pulsanti **COTTURA RAPIDA (Menu rapido e Cottura rapida)**

Premere il pulsante per selezionare uno dei 7 programmi automatici.

5 Pulsante di **ARRESTO**

6 Pulsante di **INIZIO/+1min**

7 Pulsante delle **LIVELLO DI POTENZA MICROONDE**

8 Manopola **RUTTORE/PESO**

E PANEL DE CONTROL

1 Visualizador digital

2 Indicadores

Según la acción que se realice, el indicador correspondiente se iluminará o parpadeará encima de su símbolo. Cuando el indicador parpadee, pulse el botón apropiado (con el mismo símbolo) o lleve a cabo la acción necesaria.

- Remover
- Darle vuelta
- KG/Peso
- Indicador del nivel de potencia de microondas
- Indicador de cocción

3 Botón de **DESCONGELACIÓN RÁPIDA**

Pulsar para seleccionar uno de los 5 programas automáticos.

4 Botones para **COCCIÓN RÁPIDA (Menú rápido y Cocción rápida)**

Pulsar para seleccionar uno de los 7 programas automáticos.

5 Tecla de **PARADA**

6 Tecla **COMENZAR/+1min**

7 Tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**

8 Mando **TEMPORIZADOR/PESO**

GB CONTROL PANEL

1 Digital Display

2 Indicators

The appropriate indicator will flash or light up, just above each symbol according to the instruction. When an indicator is flashing, press the suitable button (having the same symbol) or do the necessary operation.

- Stir
- Turn over
- Weight
- Microwave power level
- Cooking in progress

3 **EXPRESS DEFROST** button

Press to select one of the 5 automatic programmes.

4 **EXPRESS COOK (Express Menu & Express Cook)** buttons

Press to select one of the 7 automatic programmes.

5 **STOP** button

6 **START/+1min** button

7 **MICROWAVE POWER LEVEL** button

8 **TIMER/WEIGHT** knob

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

WICHTIG FÜR IHRE SICHERHEIT: LESEN SIE DIE FOLGENDEN HINWEISE AUFMERKSAM DURCH, UND BEWAHREN SIE DIE BEDIENUNGSANLEITUNG AUF.

Zur Vermeidung von Feuer

Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungsstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen.

Dieses Gerät ist nur für den Einsatz auf einer Arbeitsfläche vorgesehen. Es ist nicht für den Einbau in einem Küchenschrank vorgesehen.
Die Steckdose muss ständig zugänglich sein, so dass der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann.
Die Netzspannung muss 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 10 A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 10 A ausgestattet sein.
Eine getrennte, nur dem Betrieb dieses Geräts dienende Schaltung sollte vorgesehen werden.
Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen Wärme erzeugt wird, z.B. in der Nähe eines konventionellen Herdes.
Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen eine hohe Luftfeuchtigkeit vorhanden ist oder sich Kondenswasser bilden kann.
Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.

Wird Rauch festgestellt, so ist das Gerät auszuschalten oder der Netzstecker abzuziehen und die Tür geschlossen zu halten, damit eventuelle Flammen erstickt werden.

Nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Behälter und Geschirr verwenden. Siehe die entsprechenden Hinweise im nachfolgenden Kochbuch-Ratgeber (Seite D-16). Es ist zu prüfen, ob das verwendete Küchengeschirr für den Einsatz in Mikrowellengeräten geeignet ist.

Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff- oder Papier-Behälter zum Garen oder Erwärmen von Lebensmitteln verwendet werden. Diese könnten überhitzen und sich entzünden.

Den Spritzschutz für den Hohlleiter, den Garraum, den Drehteller und den Drehteller-Träger nach der Verwendung des Gerätes reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.

Keine brennbaren Materialien in der Nähe des Gerätes oder den Lüftungsöffnungen lagern.
Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren.
Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen.
Das Mikrowellengerät nicht zum Frittieren von Lebensmitteln in Öl oder Fett verwenden. Temperaturen können nicht kontrolliert werden und das Fett kann sich entzünden.
Zum Herstellen von Popcorn sollte nur für Mikrowellengeräte vorgesehenes Popcorn-Geschirr verwendet werden.
Keine Lebensmittel oder andere Gegenstände im Gerät lagern.
Die Einstellungen nach dem Starten des Gerätes überprüfen um sicherzustellen, dass das Gerät wie gewünscht arbeitet.
Zur Vermeidung von Überhitzung und Feuer sollte besonders vorsichtig vorgegangen werden, wenn Lebensmittel mit einem besonders hohen Zucker- oder Fettgehalt gekocht oder aufgewärmt werden, z.B. Würstchen, Kuchen oder weihnachtliche Süßspeisen.
Diese Bedienungsanleitung und den Kochbuch-Ratgeber zusammen verwenden.

Zur Vermeidung von Verletzungen

WARNHINWEIS:
Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie vor dem Betrieb die folgenden Punkte:

a) Die Tür muss einwandfrei schließen und darf nicht schlecht ausgerichtet oder verzogen sein.
b) Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht gebrochen oder lose sein.
c) Die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen dürfen nicht beschädigt sein.
d) Im Garraum und an der Tür dürfen keine Dellen oder andere Beschädigungen vorhanden sein.
e) Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.

Falls die Tür bzw. die Türdichtungen beschädigt sind, darf das Gerät, vor der Reparatur durch eine kompetente Person, nicht betrieben werden.
Nehmen Sie unter keinen Umständen Reparaturen oder Änderungen an Ihrem Mikrowellengerät selbst vor. Reparaturen, insbesondere solche, bei denen die Abdeckung des Geräts entfernt werden muss, dürfen ausschließlich von entsprechend qualifizierten Technikern vorgenommen werden.

Das Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverriegelung betreiben.
Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände zwischen den Türdichtungen und den abdichtenden Oberflächen befinden.

Vermeiden Sie die Ansammlung von Fett oder Verschmutzungen auf der Türdichtung und angrenzenden Teilen. Säubern Sie die Mikrowelle in regelmäßigen Abständen und entfernen Sie alle möglichen Essensreste. Bitte folgen Sie den Hinweisen im Kapitel "Reinigung und Pflege" auf Seite D-15. Wird das Gerät nicht saubergehalten, kann dies die Oberfläche beeinträchtigen und sich negativ auf die Lebensdauer des Geräts auswirken. Schlimmstenfalls kann die Sicherheit des Geräts beeinträchtigt werden.

Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.

Zur Vermeidung von elektrischem Schlag

Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden.
Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherheitsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen

lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn größere Mengen Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den SHARP-Kundendienst anfordern.
Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten legen.
Das Netzkabel nicht über die scharfe Kante eines Tisches oder einer Arbeitsplatte führen.
Das Netzkabel von erwärmten Oberflächen fernhalten, einschließlich Geräterückseite.
Auf keinen Fall versuchen, die Garraumlampe selbst auszuwechseln, sondern nur von einem von SHARP autorisierten Elektriker auswechseln lassen! Wenn die Garraumlampe ausfallen sollte, wenden Sie sich bitte an Ihren Elektrohändler oder eine von SHARP autorisierte Kundendienststelle!
Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch ein neues Spezialkabel ersetzt werden.
Bitte das Auswechseln durch einen von SHARP autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden:

WARNUNG: Speisen in flüssiger und anderer Form dürfen nicht in verschlossenen Gefäßen erhitzt werden, da sie explodieren könnten. Die Erhitzung von Getränken durch Mikrowellen kann verspätetes Aufwallen verursachen. Bei der Handhabung der Gefäße ist daher Vorsicht geboten.

Niemals verschlossene Behälter verwenden. Verschlüsse und Abdeckungen entfernen. Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren.
Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig sein. Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können.

Niemals Flüssigkeiten in schmalen, hohen Gefäßen (z.B. Babyflaschen) erhitzen, da der Inhalt herausspritzen kann und zu Verbrennungen führen könnte.

Um Verbrennungen durch plötzliches Überkochen (Siedeverzug) zu vermeiden:

1. Stellen Sie keine extrem langen Zeiten ein (siehe Seite D-20).
2. Die Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.
3. Es wird empfohlen, während des Erhitzens einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand (kein Metall) in den Behälter zu stecken.
4. Nach dem Erhitzen die Flüssigkeiten noch mindestens 20 Sekunden im Gerät stehen lassen, um verspätetes Aufwallen durch Siedeverzug zu verhindern.

Eier nicht in der Schale kochen. Hartgekochte Eier dürfen nicht in Mikrowellengeräten erwärmt werden, da sie selbst nach der Erwärmung explodieren können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb und Eiweiss anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.

Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit der Dampf entweichen kann.

Zur Vermeidung von Verbrennungen

WARNUNG: Der Inhalt von Saugflaschen und Baby-Nahrungsbehältnissen muss vor dem Gebrauch geschüttelt bzw. gerührt werden, um Verbrennungen zu vermeiden.

Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen o.ä. verwendet werden.
Behälter, Popcorngeschirr, Kochbeutel, usw. immer vom Gesicht und den Händen abgewandt öffnen, um Verbrennungen durch Dampf und Siedeverzug zu vermeiden.

Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Lebensmitteltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden.

Die Temperatur des Behälters ist kein echter Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur prüfen.
Halten Sie beim Öffnen der Gerätetür ausreichenden Abstand, um Verbrennungen durch austretende Hitze oder Dampf zu vermeiden.
Schneiden Sie gefüllte, gebackene Speisen nach dem Garen in Scheiben, um den Dampf entweichen zu lassen und Verbrennungen zu vermeiden.
Kinder vom Türglas fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden.

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

WARNUNG: Kinder dürfen das Gerät nur unter Aufsicht benutzen oder wenn sie ausreichende Anweisungen zur sicheren Benutzung erhalten haben und die Gefahren eines unsachgemäßen Gebrauchs verstehen.

Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen. Das Mikrowellengerät ist kein Spielzeug!
Kinder sollten mit allen wichtigen Sicherheitshinweisen vertraut gemacht werden: z.B. Verwendung von Topflappen und vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbstbräunende Materialien), indem sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern.
Das Gerät während des Betriebs nicht bewegen.
Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen und darf nur zum Garen von Lebensmitteln verwendet werden. Es eignet sich nicht für gewerbliche Zwecke oder den Gebrauch in einem Labor.

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Gerätes

Das Gerät niemals leer in Betrieb nehmen.
Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muss eine wärmefeste Isolierung (z.B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und des Drehteller-Trägers durch Wärme vermieden. Die angegebene

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

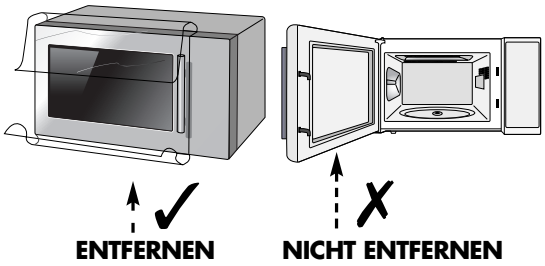
Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.
Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führt.
Keine Konserven in das Gerät stellen.
Nur den für dieses Gerät vorgesehenen Drehteller und den Drehteller-Träger verwenden. Benutzen Sie das Mikrowellengerät nicht ohne den Drehteller.
Um das Zerspringen des Drehtellers zu vermeiden:
(a) Vor dem Reinigen, den Drehteller abkühlen lassen.
(b) Kein heißes Gargut oder heißes Geschirr auf den kalten Drehteller stellen.
(c) Keine kalten Lebensmittel oder kaltes Geschirr auf den heißen Drehteller stellen
Während das Gerät arbeitet, keine Gegenstände auf das äußere Gehäuse stellen.

HINWEISE:
Bei Fragen zum Anschluss des Gerätes wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrofachmann.
Sowohl der Hersteller als auch der Händler können keine Verantwortung für Beschädigungen des Gerätes oder Verletzungen von Personen übernehmen, die als Folge eines falschen elektrischen Anschlusses entstehen.
Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen bilden. Dies ist normal und ist kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.

AUFSTELLANWEISUNGEN

1. Sämtliches Verpackungsmaterial aus dem Geräteinnenraum entnehmen.
Die Polyethylenschicht zwischen Tür und Innenraum entfernen. Den Aufkleber (falls vorhanden) von der **Außenseite** der Tür abziehen.

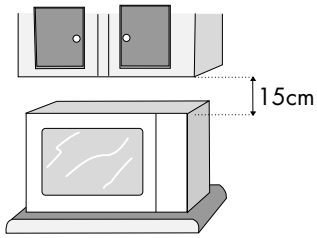
Die Schutzfolie an der **Innenseite** der Tür nicht entfernen.



2. Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist.

3. Das Mikrowellengerät auf einer flachen, geraden Oberfläche aufstellen, die stabil genug ist, das Gewicht des Gerätes und der darin zubereiteten Lebensmittel zu tragen.

4. Stellen Sie sicher, dass über dem Gerät ein Freiraum von mindestens 15cm vorhanden ist.



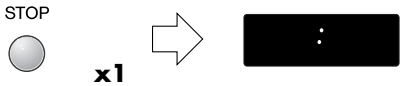
5. Den Netzstecker des Mikrowellengerätes mit einer normalen, geerdeten Steckdose verbinden.

VOR INBETRIEBNAHME

Das Gerät an eine Steckdose anschließen.

1. Die Anzeige beginnt zu blinken.

2. Die **STOP**-Taste drücken. Anzeige prüfen.



Die Uhr gemäß der nachstehenden Anleitung einstellen.

Benutzung der STOP-Taste

1. Löschen eines Eingabefehlers beim Programmieren.
2. Vorübergehendes Unterbrechen des laufenden Betriebes.
3. Löschen eines Programms während des laufenden Betriebes durch zweimaliges Drücken.

DEUTSCH

EINSTELLEN DER UHR

Die Uhr läuft im 12 Stunden- oder im 24 Stunden-Format.

1. Um die Uhr auf das 12 Stunden-Format einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste 3 Sekunden lang gedrückt halten. 12 H erscheint auf dem Display.

2. Um die Uhr auf das 24 Stunden-Format einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste nach Schritt 1 **noch einmal** drücken, 24 H wird auf dem Display angezeigt.

x1 für 3 Sekunden lang drücken

Beispiel:

Einstellen der 24 Stunden-Uhr auf 23.35 Uhr

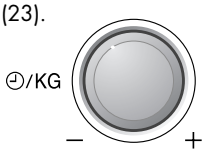
1. Wählen Sie die Uhren-Funktion. (12 Stunden-Uhr)

x1 für 3 Sekunden lang drücken

Wählen Sie die 24 Stunden-Uhr.

x 1

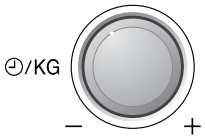
2. Stellen Sie die Stunden ein. Den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopf drehen, bis die richtige Stunde angezeigt wird (23).



3. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSTUFEN**-Taste um von den Stunden zu den Minuten zu wechseln.

x 1

4. Stellen Sie die Minuten ein. Den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopf drehen, bis die richtigen Minuten angezeigt werden (35).



5. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um die Uhr zu starten.

x1

Anzeige prüfen.

HINWEIS:

1. Sie können den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopf im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen.
2. Drücken Sie die **STOP**-Taste, wenn Sie beim Programmieren einen Fehler gemacht haben.
3. Wenn die Stromversorgung Ihres Mikrowellengerätes unterbrochen wird, meldet das Display in Abständen 88:88, nachdem die Stromversorgung wiederhergestellt wurde. Wenn das während des Garvorgangs passiert, wird das Programm gelöscht. Die Uhrzeit wird ebenfalls gelöscht.
4. Wenn Sie die Uhrzeit neu einstellen möchten, verfahren Sie wie im obigen Beispiel.

MIKROWELLENLEISTUNG

Für den manuellen Betrieb stehen 5 verschiedene Leistungsstufen zur Auswahl. Zur Wahl der Mikrowellenleistung sollten Sie sich an den Angaben in dem nachfolgenden Kochbuch-Ratgeber orientieren. Generell gelten folgende Empfehlungen:

100 P (800 W)
Für schnelles Garen oder Erwärmen, z.B. für Suppen, Eintöpfe, Dosengerichte, heiße Getränke, Gemüse, Fisch usw.

70 P (560 W)
Zum längeren Garen von kompakteren Speisen wie Braten, Hackbraten und Tellergerichten, auch für empfindliche Gerichte wie Käsesoßen oder Rührkuchen. Mit dieser niedrigeren Einstellung kochen Soßen nicht über und die Speisen garen gleichmäßig, ohne am Rand hart zu werden oder überzulaufen.

50 P (400 W)
Für kompaktere Speisen, die beim Garen mit herkömmlichen Methoden eine lange Garzeit erfordern, z.B. Rindfleischgerichte, wird diese Leistungsstufe empfohlen, damit das Fleisch zart bleibt.

30 P (240 W Auftau-Einstellung)
Wählen Sie diese Stufe zum Auftauen, damit Speisen gleichmäßig auftauen. Diese Stufe ist auch bestens geeignet, um Reis, Nudeln und Klöße zu köcheln und gebackenen Eierpudding zu kochen.

10 P (80 W)
Zum sanften Auftauen, z.B. für Sahnetorten oder Blätterteig.

P = Prozent

Um die Leistung einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste drücken, bis die gewünschte Leistungsstufe angezeigt wird. Wenn die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einmal gedrückt wird, erscheint 100P. Falls die gewünschte Leistungsstufe überschritten wird, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste so oft drücken bis die gewünschte Stufe wieder angezeigt wird. **Wenn die Taste nicht gedrückt wird, arbeitet das Gerät automatisch mit voller Leistung 100 P.**

GAREN MIT DER MIKROWELLE

Der manuelle Betrieb ermöglicht das Einstellen einer Garzeit bis zu 90 Minuten. (90.00)
Die Zeiteinheit zum Garen (Auftauen) variiert von 10 Sekunden bis fünf Minuten, in Abhängigkeit von der Gesamtgar- oder auftauzeit, wie in der Tabelle aufgeführt.

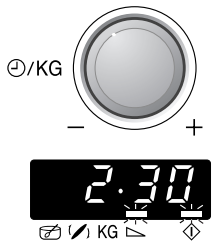
Garzeit	Zeiteinheiten
0-5 Minuten	10 Sekunden
5-10 Minuten	30 Sekunden
10-30 Minuten	1 Minute
30-90 Minuten	5 Minuten

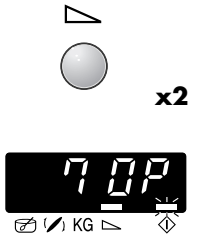
Beispiel:
Erhitzen von Suppe für 2 Min. 30 Sek. mit 70 P Mikrowellenleistung.

1. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHTS-**Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.

2. Die gewünschte Leistung durch zweimaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einstellen.

3. Starten Sie den Garvorgang durch einmaliges Drücken der **START/+1min-**Taste.

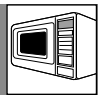




HINWEIS:

1. Wird die Gerätetür während des Garvorgangs geöffnet, wird die Garzeit auf dem Display automatisch angehalten. Die Rückwärtszählung der Garzeit setzt wieder ein, wenn die Tür geschlossen und die **START/+1min-**Taste gedrückt wird.
2. Wenn Sie während des Garvorgangs die Leistungsstufe überprüfen wollen, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Solange Ihr Finger diese Taste berührt, wird die Leistungsstufe angezeigt.
3. Sie können den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopf im oder entgegen dem Uhrzeigersinn drehen. Wenn Sie den Drehknopf entgegen dem Uhrzeigersinn drehen, wird die Garzeit graduell von 90 Minuten vermindert.

ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN



DEUTSCH

1. GAREN MIT VERSCHIEDENEN GARFOLGEN

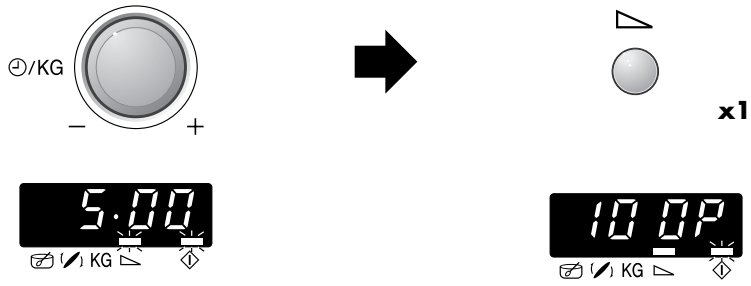
Eine Folge von (maximal) 3 Stufen kann programmiert werden.

Beispiel:
Garen: 5 Minuten bei 100 P Leistung (Stufe 1)
16 Minuten bei 30 P Leistung (Stufe 2)

STUFE 1

1. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHTS-**Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.

2. Die gewünschte Leistung durch einmaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste wählen.

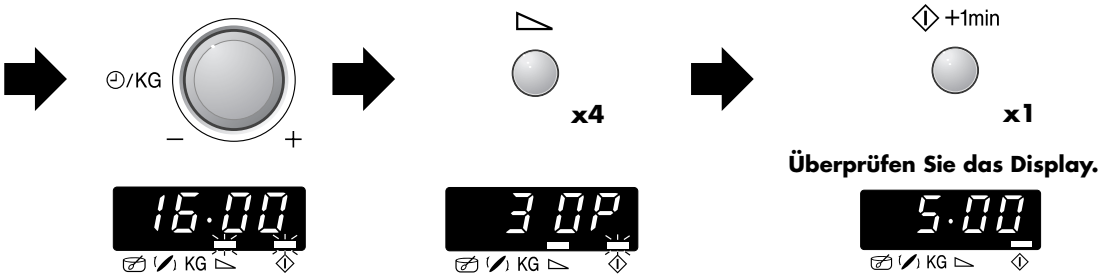


STUFE 2

3. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.

4. Die gewünschte Leistung durch viermaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste wählen

5. Drücken Sie die **START/+1min**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



(Das Gerät arbeitet nun 5 Minuten lang bei 100 P und anschließend 16 Minuten bei 30 P)

ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN

2. +1min-FUNKTION

Mit der **START/+1min**-Taste können Sie die folgenden Funktionen bedienen:

a. Direktstart
Durch Drücken der **START/+1min**-Taste können Sie den Garvorgang bei 100 P Mikrowellenleistung direkt starten.

HINWEIS:
Um einen Missbrauch durch Kinder zu verhindern, kann die **START/+1min**-Taste nur 3 Minute nach dem vorausgehenden Bedienungsschritt, d. h. Schließen der Tür oder Drücken der **STOP**-Taste, betätigt werden.

b. Verlängern der Garzeit
Bei manuellem Betrieb kann die Garzeit um das Mehrfache von 1 Minute verlängert werden, indem die Taste während des Gerätebetriebes gedrückt wird.

3. ÜBERPRÜFEN DER LEISTUNGSSTUFE

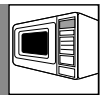
Um während des Garvorgangs die Mikrowellen-Leistungsstufe zu überprüfen, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste.

x1

Solange Sie mit dem Finger die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**–Taste berühren, wird die Leistungsstufe angezeigt.

Die Rückzählung der Garzeit läuft weiter, auch wenn auf dem Display die Leistungsstufe angezeigt wird.

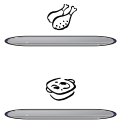
BEDIENUNG VON EXPRESS-MENÜ, EXPRESS-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN



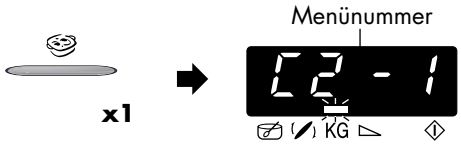
DEUTSCH

EXPRESS-MENÜ, EXPRESS-GAREN und **EXPRESS-AUFTAUEN** bestimmen automatisch die passende Betriebsart and Garzeit. Sie können unter 4 Menüs für **EXPRESS-MENÜ**, 3 Menüs für **EXPRESS-GAREN** und 5 Menüs für **EXPRESS-AUFTAUEN** auswählen. Folgendes müssen Sie bei der Verwendung dieser Automatikfunktion beachten:
Beispiel:

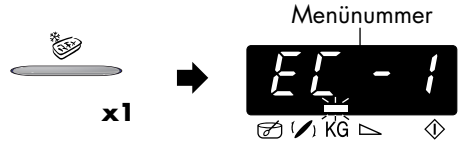
1a. EXPRESS-MENÜ: Jede **EXPRESS-MENÜ**-Taste hat zwei Menüs.



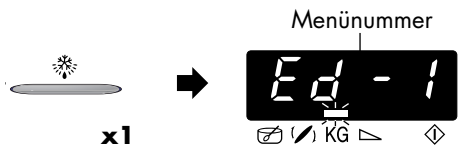
Drücken Sie die "**FISCHFILET MIT SAUCE/GRATIN**-Taste" einmal, die Anzeige entspricht dann der Abbildung:



1b. EXPRESS-GAREN: Drücken Sie die **EXPRESS-GAREN**-Taste einmal, die Anzeige entspricht dann der Abbildung.



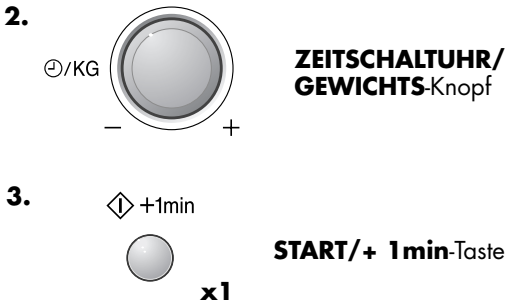
1c. EXPRESS-AUFTAUEN: Drücken Sie die **EXPRESS-AUFTAUEN**-Taste einmal, die Anzeige entspricht dann der Abbildung.



Das Menü wird gewählt durch Drücken der **EXPRESS-MENÜ**, **EXPRESS-GAREN** oder **EXPRESS-AUFTAUEN**-Taste, bis die gewünschte Menünummer angezeigt wird. Siehe Seite D-10 - D-12 "Tabellen **EXPRESS-MENÜ**, **EXPRESS-GAREN** und **EXPRESS-AUFTAUEN**".
Das Menü wird durch Gedrückthalten der **EXPRESS-MENÜ, EXPRESS-GAREN** oder **EXPRESS-AUFTAUEN**-Taste automatisch geändert.

2. Geben Sie das Gewicht oder die Menge des Garguts durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHTS**-Knopfes ein, bis das gewünschte Gewicht/die gewünschte Menge angezeigt wird.
- Nur das Gewicht des Garguts eingeben. Das Gewicht des Geschirrs nicht mit einbeziehen.
- Bei Gargut, das über oder unter den Angaben in den Tabellen für **EXPRESS-MENÜ, EXPRESS-GAREN** und **EXPRESS-AUFTAUEN** liegt, nutzen Sie die manuelle Bedienung. Um einwandfreie Resultate zu erzielen, beachten Sie die Angaben in den Tabellen im Kochbuch-Abschnitt.

3. Um den Garvorgang zu beginnen,drücken Sie die **START/+ 1min**-Taste.



Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z. B. zum Wenden der Speisen), stoppt das Gerät, das akustische Signal ertönt und die verbleibende Garzeit sowie ein Symbol werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die Taste **START/+ 1min**.

Die Temperatur am Ende der Garzeit hängt von der Ausgangstemperatur ab. Vergewissern Sie sich, dass die Speisen nach dem Garen ausreichend heiß sind. Falls nötig, können Sie den Garvorgang manuell verlängern.

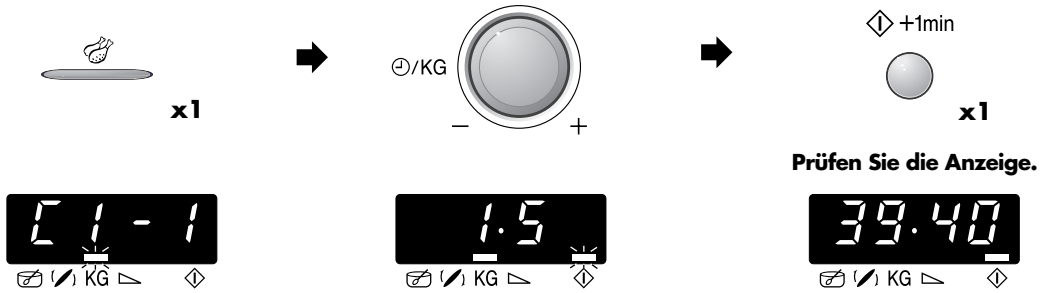
BEDIENUNG VON EXPRESS-MENÜ, EXPRESS-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN

Beispiel 1 für EXPRESS-MENÜ:
Für die Zubereitung von Hähnchenpfanne mit Gemüse mit einem Gewicht von 1,5 kg verwenden Sie Express-Menü C1-1.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch einmaliges Drücken der **HÄHNCHENPFANNE MIT GEMÜSE/HACK UND ZWIEBEL**-Taste

2. Geben Sie das Gewicht durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHTS**-Knopfes ein.

3. Drücken Sie die **START/+ 1min**-Taste.

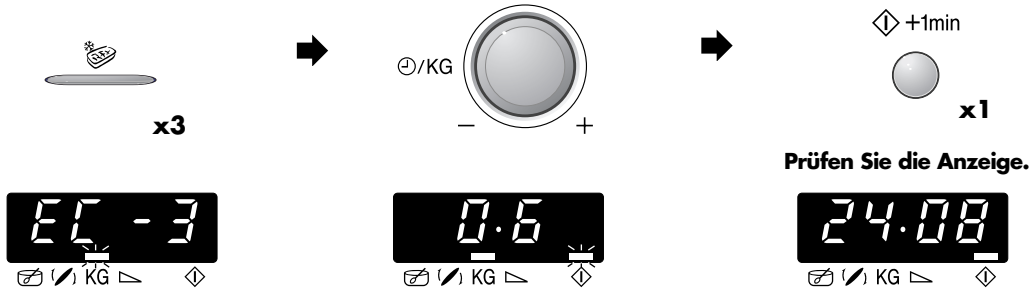


Beispiel 2 für EXPRESS-GAREN:
Für die Zubereitung von Tiefkühl-Auflauf mit einem Gewicht von 0,6 kg verwenden Sie EXPRESS-GAREN EC-3.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch dreimaliges Drücken der **EXPRESS-GAREN**-Taste.

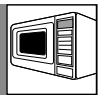
2. Geben Sie das Gewicht durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHTS**-Knopfes ein.

3. Drücken Sie die **START/+ 1min**-Taste.



Das Programm EXPRESS-AUFTAUEN arbeitet in gleicher Weise wie im obigen Anwendungsbeispiel für EXPRESS-GAREN beschrieben.

TABELLE EXPRESS-MENÜ



DEUTSCH

TASTE	EXPRESS-MENÜ Nr.	MENGE (Gewichtseingabe-schritt) / GESCHIRR	VERFAHREN
x1	**C1-1 Express-Menü** Hähnchenpfanne mit Gemüse	0,5–1,5 kg* (500 g) (Ausgangstemp. Hähnchenfleisch: 5° C) Auflaufform mit Mikrowellenfolie	• Siehe Rezept für Hähnchenpfanne mit Gemüse auf Seite D-13. * Gesamtgewicht aller Zutaten
x2	**C1-2 Express-Menü** Hack und Zwiebel	0,5–1,5 kg* (500 g) (Ausgangstemp. Hackfleisch: 5° C) Schale mit Deckel	• Siehe Rezept für Hack und Zwiebel auf Seite D-13. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'UMRÜHREN' angezeigt wird, rühren Sie das Gargut um und decken Sie es wieder ab. * Gesamtgewicht aller Zutaten
x1	**C2-1 Express-Menü** Fischfilet mit Sauce	0,5–1,5 kg* (500 g) (Ausgangstemp. Fisch: 5° C, Sauce: 20° C) Auflaufform & Mikrowellenfolie	• Siehe Rezept für "Fischfilet mit Sauce" auf Seite D-13. * Gesamtgewicht aller Zutaten
x2	**C2-2 Express-Menü** Auflauf	0,5–1,5 kg* (500 g) (Ausgangstemp. 20° C) Auflaufform	• Siehe Rezept für "Aufläufe" auf Seite D-14. * Gesamtgewicht aller Zutaten

TABELLE EXPRESS-GAREN

TASTE	EXPRESS-GAREN Nr.	MENGE (Gewichtseingabeschritt) / GESCHIRR	VERFAHREN
x1	**EC-1 Garen** Tiefkühl-Gemüse z.B. Rosenkohl, Blumenkohl, Erbsen, Mischgemüse, Brokkoli	0,1 - 0,6 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) Schüssel mit Deckel	• Pro 100 g 1 EL Wasser und etwas Salz zufügen. (Für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit einem Deckel abdecken. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'UMRÜHREN' angezeigt wird, das Gargut umrühren und wieder abdecken. • Nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen. **HINWEIS:** Kompakt gefrorenes Gemüse im manuellen Betrieb garen.
x2	**EC-2 Garen** Tiefkühl-Fertiggerichte Speisen zum Umrühren wie Nudeln Bolognese, Chinesische Menüs	0,3 - 1,0 kg* (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) Schüssel mit Deckel * Wenn der Hersteller die Zugabe von Wasser empfiehlt, die Gesamtmenge für das Programm unter Einbeziehung der zusätzlichen Flüssigkeit berechnen.	• Die Speise in ein geeignetes Mikrowellen-Gefäß geben. • Falls vom Hersteller empfohlen, etwas Flüssigkeit zugeben. • Mit einem Deckel abdecken. • Falls vom Hersteller empfohlen, ohne Deckel garen. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'UMRÜHREN' angezeigt wird, das Gargut umrühren und wieder abdecken. • Nach dem Garen umrühren und ca. 2 Minuten stehen lassen.
x3	**EC-3 Garen** Tiefkühl-Auflauf z.B. Lasagne, Nudelaufläufe.	0,2 - 0,6 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) Flache, ovale Auflaufform mit Mikrowellenfolie oder mikrowellengeeigneten Originalbehälter mit Mikrowellenfolie	• Nehmen Sie den gefrorenen Auflauf aus der Packung. Wenn der Behälter nicht für die Mikrowelle geeignet ist, bitte in eine Auflaufform geben. • Mit Mikrowellenfolie abdecken. • Wenn der Behälter für Mikrowellen geeignet ist, bitte den Originalpapierfilm abziehen und mit Mikrowellenfolie abdecken. • Die Speise nach dem Garen ungefähr 5 Minuten stehen lassen.

TABELLE EXPRESS-AUFTAUEN

TASTE	EXPRESS-AUFTAUEN Nr.	MENGE (Gewichtseingabeschritt) / GESCHIRR	VERFAHREN
x1	**Ed-1 Auftauen** Steaks und Koteletts	0,2 - 0,8 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) (Siehe Hinweis unten) flachen Teller	• Die Speise auf einem flachen Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'WENDEN' angezeigt wird, wenden Sie das Gargut, trennen Sie es oder ordnen Sie es um. Decken Sie dünne Teile und warme Stellen mit kleinen Stücken Aluminiumfolie ab. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 10 - 15 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
x2	**Ed-2 Auftauen** Hackfleisch	0,2 - 0,8 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) (Siehe Hinweis unten) flachen Teller	• Den Block Hackfleisch auf einem flachen Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'WENDEN' angezeigt wird, wenden Sie das Hackfleisch. Entfernen Sie die aufgetauten Teile, sofern möglich. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 5 - 10 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
x3	**Ed-3 Auftauen** Geflügel	0,9 - 1,5 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) (Siehe Hinweis unten) flachen Teller	• Das Geflügel auf einem flachen Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'WENDEN' angezeigt wird, wenden Sie das Geflügel und decken Sie dünne Teile und warme Stellen mit kleinen Stücken Aluminiumfolie ab. • Das Hähnchen nach dem Auftauen mit kaltem Wasser abspülen und mit Aluminiumfolie abgedeckt 15 - 30 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist. • Zum Abschluss das Geflügel unter fließendem Wasser säubern.
x4	**Ed-4 Auftauen** Kuchen	0,1 - 1,4 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) Teller	• Den Kuchen von jeglicher Verpackung befreien. • Auf einem Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Den Kuchen nach dem Auftauen in möglichst gleich große Stücke schneiden, zwischen den Stücken etwas Abstand lassen und 10 - 60 Minuten stehenlassen, bis er gleichmäßig aufgetaut ist.
x5	**Ed-5 Auftauen** Brot	0,1 - 1,0 kg (100 g) (Ausgangstemp. -18° C) flachen Teller (Für dieses Programm werden nur Brotscheiben empfohlen.)	• Das Brot auf einen flachen Teller verteilen und den Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. Bei großen Mengen direkt auf den Drehteller legen. • Wenn das Gerät stoppt, das akustische Signal ertönt und 'WENDEN' angezeigt wird, wenden Sie das Brot, ordnen Sie es um und entfernen Sie aufgetaute Scheiben. • Nach dem Auftauen das Brot mit Aluminiumfolie abdecken und 5 - 15 Minuten stehen lassen, bis es gründlich aufgetaut ist.

HINWEIS: Express-Auftauen
1. Steaks und Koteletts sollten nebeneinander (einlagig) eingefroren werden.
2. Hackfleisch sollte flach eingefroren werden.
3. Nach dem Wenden die aufgetauten Portionen mit dünnen Aluminiumstreifen abdecken.
4. Das Geflügel sollte sofort nach dem Auftauen weiterverarbeitet werden.

REZEPTE FÜR EXPRESS-MENÜ

HÄHNCHENPFANNE MIT GEMÜSE (C1-1)
Pikantes Hühnerfrikassee

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
60 g	120 g	180 g	Langkornreis (Parboiled)
1	1	1	Päckchen Safran
25 g	50 g	75 g	Zwiebel (in Ringe geschnitten)
50 g	100 g	150 g	rote Paprika (in Streifen)
50 g	100 g	150 g	Lauch (in Streifen)
150 g	300 g	450 g	Hühnerbrustfilet (in Würfel geschnitten)
			Pfeffer, Paprikapulver
10 g	20 g	30 g	Butter
150 ml	300 ml	450 ml	Fleischbrühe

Zubereitung
1. Den Reis mit dem Safran mischen und in eine gefettete Auflaufform geben.
2. Zwiebeln, Paprika und Lauch mit dem Hähnchenbrustfilet mischen. Würzen und auf den Reis geben.
3. Die Butter in Flöckchen darauf verteilen.
4. Die Brühe darübergießen und mit Mikrowellenfolie abdecken. Mit der Einstellung **EXPRESS-MEN C1-1** "Hähnchenpfanne mit Gemüse" garen.
5. Nach dem Garen 5 Minuten stehen lassen.

HACK UND ZWIEBEL (C1-2)

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
150 g	300 g	450 g	Hackfleisch (gemischt)
50 g	100 g	150 g	Zwiebel (fein gehackt)
1/2	1	1 1/2	Ei
15 g	30 g	45 g	Semmelbrösel
			Salz und Pfeffer
115 ml	230 ml	345 ml	Fleischbrühe
20 g	40 g	60 g	passierte Tomaten
65 g	125 g	190 g	Kartoffeln (klein geschnitten)
65 g	125 g	190 g	Möhren (klein geschnitten)
1/2 tbsp	1 tbsp	1 1/2 tbsp	gehackte Petersilie

Zubereitung
1. Das Hackfleisch mit Zwiebeln, Ei und Semmelbrösel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Fleischteig in eine Schüssel geben.
2. Die Fleischbrühe mit den passierten Tomaten mischen.
3. Die Flüssigkeit, Kartoffeln, Möhren und Petersilie zum Fleisch geben und alles gut miteinander vermengen.
4. Abdecken und mit der Einstellung **EXPRESS-MENÜ C1-2** "Hack und Zwiebel" garen.
5. Wenn das Gerät stoppt und das akustische Siganl ertönt, umrühren und wieder abdecken.
6. Nach dem Garen umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

FISCHFILET MIT SAUCE (C2-1)
Fischfilet mit pikanter Sauce

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
175 g	350 g	525 g	Tomaten aus der Dose (abgetropft)
50 g	100 g	150 g	Mais
5 g	10 g	15 g	Chilisauce
15 g	30 g	45 g	Zwiebel (fein gehackt)
1 tsp	1-2 tsp	2-3 tsp	Rotweinessig
			Senf, Thymian, Cayennepfeffer
250 g	500 g	750 g	Fischfilet
			Salz

Zubereitung
1. Die Zutaten für die Sauce mischen.
2. Die Fischfilets (z.B. Rotbarschfilet) mit den dünnen Enden zur Mitte in eine Auflaufform geben und salzen.
3. Aus Tomaten, Mais, Chilisauce, Zwiebel, Essig und Gewürzen eine Sauce herstellen und über die Filets gießen.
4. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit **EXPRESS-MENÜ C2-1** für "Fischfilet mit Sauce" garen.
5. Nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

FISCHFILET MIT SAUCE (C2-1)
Fischfilet mit Currysauce

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
250 g	500 g	750 g	Fischfilet
			Salz
50 g	100 g	150 g	Bananen (in kleinen Stücken)
200 g	400 g	600 g	Currysauce (fertig zubereitet)

Zubereitung
1. Die Fischfilets mit den dünnen Enden zur Mitte in eine Auflaufform geben und salzen.
2. Die fertige Currysauce und die Bananen über die Filets geben.
3. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit **EXPRESS-MENÜ C2-1** für "Fischfilet mit Sauce" garen.
4. Nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

AUFLÄUFE (C2-2)
Spinatauflauf

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
150 g	300 g	450 g	Blattspinat (auftauen und abgießen)
15 g	30 g	45 g	Zwiebel (fein gehackt)
			Salz, Pfeffer, Muskat
150 g	300 g	450 g	gekochte Kartoffeln (in Scheiben)
35 g	75 g	110 g	gekochter Schinken (gewürfelt)
50 g	100 g	150 g	Crème fraîche
1	2	3	Eier
40 g	75 g	115 g	geriebener Käse
			Paprikapulver

Zubereitung

1. Den Blattspinat mit der Zwiebel mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
2. Die Auflaufform einfetten. Abwechselnd die Kartoffelscheiben, die Schinkenwürfel und den Spinat in die Auflaufform schichten. Die letzte Lage sollte Spinat sein.
3. Die Eier mit Crème fraîche verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und über das Gemüse gießen.
4. Den Auflauf mit dem geriebenen Käse und Paprika bestreuen und mit **EXPRESS-MENÜ C2-2** für "Gratin" garen.
5. Nach dem Garen 5 Minuten stehen lassen.

AUFLÄUFE (C2-2)
Kartoffel-Zucchini-Auflauf

Zutaten

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
200 g	400 g	600 g	Kartoffeln (in Scheiben)
115 g	230 g	345 g	Zucchini (feine Scheiben)
75 g	150 g	225 g	Crème fraîche
1	2	3	Eier
1/2	1	2	Knoblauchzehe (zerdrückt)
			Salz, Pfeffer
40 g	80 g	120 g	Schafskäse (gewürfelt)
10 g	20 g	30 g	Sonnenblumenkerne
			Paprikapulver

Zubereitung

1. Die Auflaufform einfetten und abwechselnd Lagen von Kartoffelscheiben und Zucchinischeiben in die Schale geben.
2. Die Eier mit Crème fraîche mischen, mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen und über das Gemüse gießen.
3. Den Schafskäse zerkrümeln und den Auflauf damit bestreuen.
4. Abschließend den Auflauf mit Sonnenblumenkernen und Paprikapulver bestreuen und mit **Express-MENÜ C2-2**, "Gratin" garen.
5. Nach dem Garen 5 Minuten stehen lassen.

REINIGUNG UND PFLEGE

VORSICHT: ZUR REINIGUNG DÜRFEN KEINESFALLS HANDELSÜBLICHE OFENREINIGER, DAMPFREINIGER, SCHEUERMITTEL, SCHARFE REINIGUNGSMITTEL, NATRIUMHYDROXID ENTHALTENDE REINIGUNGSMITTEL ODER SCHEUERSCHWÄMME VERWENDET WERDEN. DIES GILT FÜR ALLE TEILE DES GERÄTS.

DAS GERÄT IN REGELMÄßIGEN ABSTÄNDEN REINIGEN UND JEGLICHE ESSENSRESTE ENTFERNEN – Das Gerät sauber halten, da sonst die Oberflächen beschädigt werden können. Dies kann die Gebrauchsdauer des Geräts nachteilig beeinflussen und möglicherweise zu einer Gefahrensituation führen.

Gerätegehäuse: Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld: Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld zu inaktivieren.
Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Geräteinnenraum:

1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind. Entfernen Sie nicht den Spritzschutz für den Hohlleiter.
2. Sicherstellen, dass weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.
3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.

Drehteller und Drehteller-Träger: Entfernen Sie zuerst den Drehteller und den Drehteller-Träger aus dem Garraum. Den Drehteller und den Träger mit einer milden Seifenlauge reinigen und mit einem weichen Tuch trocknen. Beide Teile sind spülmaschinenfest.

Gerätetür: Die Tür auf beiden Seiten, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen. Keine scheuernden Reinigungsmittel verwenden.

HINWEIS: Dampfreiniger dürfen nicht verwendet werden.

FUNKTIONSPRÜFUNG

Bitte prüfen Sie die folgenden Punkte, bevor Sie den Kundendienst rufen.

1. Stromversorgung:
   Überprüfen Sie, ob der Netzstecker richtig an eine spannungsführende Netzsteckdose angeschlossen ist.
   Vergewissern Sie sich, dass die Netzsicherung und der Sicherungsautomat in Ordnung sind.
2. Stellen Sie einen Messbecher mit etwa 150 ml Wasser in das Gerät und schließen Sie die Tür.
   Programmieren Sie das Gerät auf 1 Minute bei 100 P Leistung und starten Sie es.

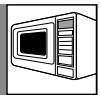
Leuchtet die Lampe?	JA	_____	NEIN	_____
Dreht sich der Drehteller?	JA	_____	NEIN	_____
HINWEIS: Der Drehteller dreht sich in beide Richtungen.				
Arbeitet die Lüftung? (Durch Auflegen der Hand auf die Lüftungsöffnungen auf Luftstrom prüfen.)	JA	_____	NEIN	_____
Ertönt der Signalton nach einer Minute?	JA	_____	NEIN	_____
Erlischt die Anzeige "Garen"?	JA	_____	NEIN	_____
Ist das Wasser im Messbecher nach dem gerade durchgeführten Betrieb heiß?	JA	_____	NEIN	_____

Wenn die Antwort auf eine der obigen Fragen "NEIN" lautet, wenden Sie sich an Ihren Fachhändler oder den SHARP-Kundendienst und teilen Sie diesen die Ergebnisse Ihrer Überprüfung mit.

HINWEIS: Wenn Sie die Speisen in der Standardgarzeit in nur einer Betriebsart garen, wird die Leistung des Gerätes automatisch reduziert, um eine Überhitzung zu vermeiden. (Die Mikrowellenleistung wird vermindert.)

Betriebsart	Standardzeit
Mikrowelle 100 P	20 Minuten

WAS SIND MIKROWELLEN?



Mikrowellen werden im Mikrowellengerät vom Magnetron erzeugt und versetzen die Wassermoleküle im Lebensmittel in Schwingungen. Durch die verursachte Reibung entsteht Wärme, die dafür sorgt, dass die Speisen aufgetaut, erhitzt oder gegart werden.

DAS GEEIGNETE GESCHIRR

DEUTSCH

GLAS UND GLAS-KERAMIK

Hitzebeständiges Glasgeschirr ist sehr gut geeignet. Der Garvorgang kann von allen Seiten beobachtet werden. Es darf jedoch nicht metallhaltig (Bleikristall) oder mit einer Metallauflage versehen sein (z.B. Goldrand, Kobaltblau).

KERAMIK

ist im allgemeinen gut geeignet. Keramik muss glasiert sein, da bei unglasierter Keramik Feuchtigkeit in das Geschirr eindringen kann. Feuchtigkeit erhitzt das Material und kann es zum Zerspringen bringen. Falls Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr für die Mikrowelle geeignet ist, führen Sie den Geschirr-Eignungstest durch.

PORZELLAN

ist sehr gut geeignet. Achten Sie darauf, dass das Porzellan keine Gold- oder Silberauflage hat bzw. nicht metallhaltig ist.

KUNSTSTOFF UND PAPIER-GESCHIRR

Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Kunststoffgeschirr ist zum Auftauen, Erhitzen und Garen geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers. Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Papiergeschirr ist ebenfalls geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

MIKROWELLENFOLIE

oder hitzebeständige Folie ist zum Abdecken oder Umwickeln gut geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

BRATBEUTEL

können im Mikrowellengerät verwendet werden. Metallclipse sind jedoch zum Verschließen ungeeignet, da die Bratbeutelfolie schmelzen kann. Nehmen Sie Bindfaden zum Verschließen und stechen Sie den Bratbeutel mehrmals mit einer Gabel ein. Nicht hitzebeständige Folie, wie z.B. Frischhaltefolie, ist für die Benutzung im Mikrowellengerät nicht empfehlenswert.

BRÄUNUNGSGESCHIRR

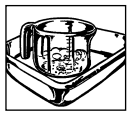
ist spezielles Mikrowellenbratgeschirr aus Glaskeramik mit einer Metallegierung am Boden, die dafür sorgt, dass die Speise gebräunt wird. Bei Verwendung von Bräunungsgeschirr muss ein geeigneter Isolator, z.B. ein Porzellanteller, zwischen Drehteller und Bräunungsschale gelegt werden. Beachten Sie genau die Vorheizzeit gemäß Herstelleranweisung. Bei Überschreitung kann es zur Beschädigung des Drehtellers und Drehteller-Trägers kommen bzw. die Schutzsicherung des Gerätes auslösen und das Gerät ausschalten.

METALL

sollte in der Regel nicht verwendet werden, da Mikrowellen Metall nicht durchdringen und so nicht an die Speisen gelangen können. Es gibt jedoch Ausnahmen: Schmale Streifen aus Aluminiumfolie können zum Abdecken von Teilen verwendet werden, damit diese nicht zu schnell auftauen oder garen (z.B. die Flügel beim Hähnchen). Kleine Metallspieße und Aluminiumschalen (z.B. bei Fertiggerichten) können benutzt werden. Sie müssen aber im Verhältnis zur Speise klein sein, z.B. müssen Aluminiumschalen mindestens $^{2}/_{3}$ bis $^{3}/_{4}$ mit Speise gefüllt sein. Empfehlenswert ist, die Speise in mikrowellengeeignetes Geschirr umzufüllen. Bei Verwendung von Aluminiumschalen oder anderem Metallgeschirr muss ein Mindestabstand von ungefähr 2,0 cm zu den Garraumwänden eingehalten werden, da diese sonst durch mögliche Funkenbildung beschädigt werden können.

Kein Geschirr mit Metallauflage,

Metallteilen oder Metalleinschlüssen, wie z.B. mit Schrauben, Bändern oder Griffen verwenden.



GESCHIRR-EIGNUNGSTEST

Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr mikrowellengeeignet ist, führen Sie folgenden Test durch: Das Geschirr in das Gerät stellen. Ein Glasgefäß mit 150 ml Wasser gefüllt auf oder neben das Geschirr stellen. Das Gerät 1 bis 2 Minuten bei 800 W Leistung betreiben. Wenn das Geschirr kühl oder handwarm bleibt, ist es geeignet. Diesen Test nicht für Kunststoffgeschirr durchführen. Es könnte schmelzen.

TIPPS UND TECHNIKEN

EINSTELLUNG DER ZEITEN

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind im allgemeinen erheblich kürzer als in einem konventionellen Herd oder Backofen. Halten Sie sich deshalb an die in diesem Kochbuch empfohlenen Zeiten. Stellen Sie die Zeiten eher kürzer als länger ein. Machen Sie nach dem Garen eine Garprobe. Lieber kurz nachgaren als etwas übergaren lassen.

AUSGANGSTEMPERATUR

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind von der Ausgangstemperatur der Lebensmittel abhängig. Tiefgefrorene und kühlschranktemperierte Lebensmittel benötigen beispielsweise länger als raumtemperierte. Für das Erhitzen und Garen von Lebensmitteln werden normale Lagertemperaturen vorausgesetzt (Kühlschranktemperatur ungefähr 5° C, Raumtemperatur ungefähr 20° C). Für das Auftauen von Lebensmitteln wird von -18° C Tiefkühltemperatur ausgegangen.

ALLE ANGEGEBENEN ZEITEN . . . .

in diesem Kochbuch sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht und Beschaffenheit (Wasser-, Fettgehalt etc.) der Lebensmittel variieren können.

SALZ, GEWÜRZE UND KRÄUTER

In der Mikrowelle gegarte Speisen erhalten ihren Eigengeschmack besser als bei konventionellen Zubereitungsarten. Verwenden Sie deshalb Salz sehr sparsam und salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen. Salz bindet Flüssigkeit und trocknet die Oberfläche aus. Gewürze und Kräuter können wie gewohnt verwendet werden.

WASSERZUGABE

Gemüse und andere sehr wasserhaltige Lebensmittel können im eigenen Saft oder mit wenig Wasserzugabe gegart werden. Dadurch bleiben viele Vitamine und Mineralstoffe im Lebensmittel erhalten.

FETTE SPEISEN

Mit Fett durchwachsenes Fleisch und Fettschichten garen schneller als magere Teile. Decken Sie deshalb diese Teile beim Garen mit etwas Aluminiumfolie ab oder legen Sie die Lebensmittel mit der fetten Seite nach unten.

LEBENSMITTEL MIT HAUT ODER SCHALE

wie Würstchen, Hähnchen, Hähnchenschenkel, Pellkartoffeln, Tomaten, Äpfel, Eigelb oder ähnliches, mit einer Gabel oder einem Holzstäbchen einstechen. Dadurch kann der sich bildende Dampf entweichen, ohne dass die Haut oder Schale platzt.

KLEINE UND GROSSE MENGEN

Die Mikrowellenzeiten sind direkt abhängig von der Menge des Lebensmittels, das Sie auftauen, erhitzen oder garen möchten. Das bedeutet, kleine Portionen garen schneller als große. Als Faustregel gilt:
Doppelte Menge=fast doppelte Zeit
Halbe Menge=halbe Zeit

HOHE UND FLACHE GEFÄSSE

Beide Gefäße haben das gleiche Fassungsvermögen, aber in der hohen Form ist die Garzeit länger als in der flachen. Bevorzugen Sie deshalb möglichst flache Gefäße mit großer Oberfläche. Hohe Gefäße nur für Gerichte verwenden, bei denen die Gefahr des Überkochens besteht, z.B. für Nudeln, Reis, Milch etc.

RUNDE UND OVALE GEFÄSSE

In runden und ovalen Formen garen Speisen gleichmäßiger als in eckigen, da sich in Ecken Mikrowellenenergie konzentriert und die Speise an diesen Stellen übergaren könnte.

ABDECKEN

Durch Abdecken bleibt die Feuchtigkeit im Lebensmittel erhalten und die Garzeit verkürzt sich. Zum Abdecken einen Deckel, Mikrowellenfolie oder eine Abdeckhaube verwenden. Speisen, die eine Kruste erhalten sollen, z.B. Braten oder Hähnchen, nicht abdecken. Es gilt die Regel, was im konventionellen Herd abgedeckt wird, sollte auch im Mikrowellengerät abgedeckt werden. Was im Herd offen gegart wird, kann auch im Mikrowellengerät offen gegart werden.

UNREGELMÄSSIGE TEILE

mit der dickeren bzw. kompakten Seite nach außen platzieren. Gemüse (z.B. Broccoli) mit den Stielen nach außen legen. Dickere Teile benötigen eine längere Garzeit und erhalten an den Außenseiten mehr Mikrowellenenergie, so dass die Lebensmittel gleichmäßig garen.

UMRÜHREN

Das Umrühren der Speisen ist notwendig, da die Mikrowellen zuerst die äußeren Bereiche erhitzen. Dadurch wird die Temperatur ausgeglichen und die Speise gleichmäßig erhitzt.

ANORDNUNG

Mehrere Einzelportionen, z.B. Puddingförmchen, Tassen oder Pellkartoffeln, ringförmig auf dem Drehteller anordnen. Zwischen den Portionen Platz lassen, so dass die Mikrowellenenergie von allen Seiten eindringen kann.

WENDEN

Mittelgroße Teile, wie Hamburger und Steaks, während des Garvorgangs einmal wenden, um die Garzeit zu verkürzen. Große Teile, wie Braten und Hähnchen, müssen gewendet werden, da die nach oben gerichtete Seite mehr Mikrowellenenergie erhält und austrocken könnte, falls nicht gewendet wird.

STANDZEIT

Die Einhaltung der Standzeit ist eine der wichtigsten Mikrowellen-Regeln. Fast alle Speisen, die in der Mikrowelle aufgetaut, erhitzt oder gegart werden, benötigen eine kurze oder längere Standzeit, in der ein Temperaturausgleich stattfindet und sich die Flüssigkeit in der Speise gleichmäßig verteilen kann.

BRÄUNUNGSMITTEL

Lebensmittel erhalten nach mehr als 15 Minuten Garzeit eine Bräune, die jedoch nicht mit der intensiven Bräune und Kruste beim konventionellen Garen zu vergleichen ist. Um eine appetitliche braune Farbe zu erhalten, können Bräunungsmittel eingesetzt werden. Sie dienen meist gleichzeitig als Würzmittel. Nachfolgend finden Sie einige Empfehlungen für Bräunungsmittel und Anwendungsmöglichkeiten:

BRÄUNUNGSMITTEL	GERICHTE	VERFAHREN
Zerlassene Butter und Paprikapulver	Geflügel	Das Geflügel mit der Butter/ Paprikamischung bestreichen
Paprikapulver	Aufläufe, Käsetoasts	Mit Paprikapulver bestäuben
Sojasauce	Fleisch und Geflügel	Mit der Sauce bestreichen
Barbecue- und Worcestersauce, Bratensauce	Braten, Frikadellen, Kurzgebratenes	Mit der Sauce bestreichen
Ausgelassene Speckwürfel oder Trockenzwiebeln	Aufläufe, Toasts, Suppen, Eintöpfe	Mit den Speckwürfeln oder Trockenzwiebeln bestreuen
Kakao, Schokostreusel, braune Glasuren, Honig und Marmelade	Kuchen und Desserts	Kuchen und Desserts damit bestreuen oder glasieren

ERHITZEN

- Fertiggerichte in Aluminiumbehältern sollten herausgenommen und auf einem Teller oder in einer Schüssel erhitzt werden.
- Speisen mit Mikrowellenfolie, Teller oder Abdeckhaube (im Handel erhältlich) abdecken, damit die Oberfläche nicht austrocknet. Getränke müssen nicht abgedeckt werden.
- Bei fest verschlossenen Gefäßen die Deckel entfernen.
- Beim Kochen von Flüssigkeiten wie Wasser, Kaffee, Tee oder Milch, einen Glasstab in das Gefäß stellen.
- Größere Mengen, wenn möglich, zwischendurch umrühren, so dass sich die Temperatur gleichmäßig verteilt.
- Die Zeiten sind für Lebensmittel bei einer Zimmertemperatur von 20° C angegeben. Bei kühlschranktemperierten Lebensmitteln erhöht sich die Erhitzungszeit geringfügig.
- Lassen Sie die Speisen nach dem Erhitzen 1-2 Minuten stehen, so dass sich die Temperatur gleichmäßig innerhalb der Speise verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht, Wassergehalt, Fettgehalt und gewünschtem Endzustand etc. variieren können.

AUFTAUEN

Die Mikrowelle ist ideal zum Auftauen von Lebensmitteln. Die Auftauzeiten sind in der Regel erheblich kürzer als beim Auftauen auf herkömmliche Weise. Nachfolgend einige Tipps. Nehmen Sie das Gefriergut aus der Verpackung und legen Sie es zum Auftauen auf einen Teller.

VERPACKUNGEN UND BEHÄLTER

Gut geeignet zum Auftauen und Erhitzen von Speisen sind mikrowellengeeignete Verpackungen und Behälter, die sowohl tiefkühlgeeignet (bis ungefähr -40° C) als auch hitzebeständig (bis ungefähr 220° C) sind. So können Sie im gleichen Geschirr auftauen, erhitzen und sogar garen, ohne die Speise zwischendurch umfüllen zu müssen.

ABDECKEN

Dünnere Teile vor dem Auftauen mit kleinen Aluminiumstreifen abdecken. Angetaute oder warme Teile während des Auftauens ebenfalls mit Aluminiumstreifen abdecken. Dies verhindert, dass dünnere Teile bereits zu heiß werden, während dickere Teile noch gefroren sind.

DIE MIKROWELLENLEISTUNG

eher niedriger als zu hoch wählen. So erzielen Sie ein gleichmäßiges Auftauergebnis. Ist die Mikrowellenleistung zu hoch, gart die Speisenoberfläche bereits an, während das Innere noch gefroren ist.

TIPPS UND TECHNIKEN

WENDEN/UMRÜHREN

Fast alle Lebensmittel müssen zwischendurch einmal gewendet oder umgerührt werden. Teile, die aneinanderhaften, so bald wie möglich voneinander trennen und umordnen.

KLEINERE MENGEN

tauen gleichmäßiger und schneller auf als große. Wir empfehlen deshalb, möglichst kleine Portionen einzufrieren. So können Sie sich schnell und einfach ganze Menüs zusammenstellen.

EMPFINDLICHE LEBENSMITTEL,

wie Torte, Sahne, Käse und Brot, nicht vollständig auftauen, sondern nur antauen und bei Raumtemperatur fertig auftauen. Dadurch wird vermieden, dass die äußeren Bereiche bereits zu heiß werden, während die inneren noch gefroren sind.

DIE STANDZEIT

nach dem Auftauen von Lebensmitteln ist besonders wichtig, da der Auftauvorgang während dieser Zeit fortgesetzt wird. In der Auftautabelle finden Sie die Standzeiten für verschiedene Lebensmittel. Dicke, kompakte Lebensmittel benötigen eine längere Standzeit als flache oder Lebensmittel mit poröser Struktur. Sollte das Lebensmittel nicht ausreichend aufgetaut sein, können Sie es weiter im Mikrowellengerät auftauen oder die Standzeit entsprechend verlängern. Die Lebensmittel nach der Standzeit möglichst sofort weiterverarbeiten und nicht wieder einfrieren.

GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

- Achten Sie beim Kauf von Gemüse darauf, dass die Stücke möglichst gleichmäßig sind. Dies ist vor allem dann wichtig, wenn Sie das Gemüse im Stück garen möchten (z.B. Pellkartoffeln).
- Gemüse vor der Zubereitung waschen, putzen und dann erst die erforderliche Menge für das Rezept abwiegen und zerkleinern.
- Würzen Sie wie gewohnt, aber salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen.
- Pro 500 g Gemüse ungefähr 5 EL Wasser zugeben. Faserreiches Gemüse benötigt etwas mehr Wasserzugabe. Angaben hierzu finden Sie in der Tabelle.
- Gemüse wird in der Regel in einer Schüssel mit Deckel gegart. Flüssigkeitsreiche Gemüsesorten, wie z.B. Gemüsezwiebeln oder Pellkartoffeln, können ohne Wasserzugabe in Mikrowellenfolie gegart werden.
- Gemüse nach der Hälfte der Garzeit umrühren oder wenden.
- Nach dem Garen das Gemüse ungefähr 2 Minuten stehenlassen, damit sich die Temperatur gleichmäßig verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Garzeiten sind Richtwerte und hängen vom Gewicht, der Ausgangstemperatur und der Beschaffenheit der Gemüsesorte ab. Je frischer das Gemüse ist, desto kürzer sind die Garzeiten.

GAREN VON FLEISCH, FISCH & GEFLÜGEL

- Achten Sie beim Einkauf darauf, dass die Stücke möglichst gleichmäßig sind. So erhalten Sie ein gutes Garergebnis.
- Fleisch, Fisch und Geflügel vor der Zubereitung gründlich unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Danach wie gewohnt weiterverarbeiten.
- Rindfleisch sollte gut abgehangen und sehnenarm sein.
- Trotz gleicher Größe der Stücke kann das Garergebnis unterschiedlich ausfallen. Dies liegt u.a. an der Art des Lebensmittels, am unterschiedlichen Fett- und Flüssigkeitsgehalt als auch an der Temperatur vor dem Garen.
- Ab 15 Minuten Garzeit erhält man eine natürliche Bräunung, die durch die Verwendung von Bräunungsmitteln noch verstärkt werden kann. Um außerdem eine knusprige Oberfläche zu erhalten, sollten Sie Bräunungsgeschirr verwenden oder das Lebensmittel auf dem Herd anbraten und in der Mikrowelle fertig garen. Auf diese Weise erhalten Sie gleichzeitig einen braunen Fond für die Zubereitung einer Sauce.
- Größere Fleisch-, Fisch- und Geflügelstücke nach der halben Garzeit wenden, so dass sie von allen Seiten gleichmäßig gegart werden.
- Decken Sie Braten nach dem Garen mit Aluminiumfolie ab und lassen ihn ungefähr 10 Minuten ruhen (Standzeit). Während dieser Zeit gart der Braten nach, und die Flüssigkeit verteilt sich gleichmäßig, so dass beim Anschneiden weniger Fleischsaft verlorengeht.

AUFTAUEN UND GAREN

Tiefkühl-Gerichte können in der Mikrowelle in einem Arbeitsgang aufgetaut und gleichzeitig gegart werden. In der Tabelle finden Sie hierzu einige Beispiele. Beachten Sie außerdem die allgemeinen Hinweise zu “Erhitzen” und “Auftauen” von Lebensmitteln. Für die Zubereitung von handelsüblichen Tiefkühl-Fertiggerichten richten Sie sich bitte nach den Hertsellerangaben auf der Verpackung. In der Regel werden genaue Garzeiten und Hinweise für die Zubereitung im Mikrowellengerät gegeben.

VERWENDETE ABKÜRZUNGEN

EL = Esslöffel	kg = Kilogramm	TK = Tiefkühlprodukt
TL = Teelöffel	g = Gramm	Msp = Messerspitze
Pr = Prise	l = Liter	Pck = Päckchen
Ta = Tasse	ml = Milliliter	MW = Mikrowellen
Min = Minuten	cm = Zentimeter	Sec = Sekunden
MWG = Mikrowellengerät	Durchm = Durchmesser	F.i.Tr. = Fett in der Trockenmasse

TABELLE : ERHITZEN VON GETRÄNKEN UND SPEISEN

Getränk/Speise	Menge -g/ml-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Kaffee, 1 Tasse	150	800 W	ca.1	nicht abdecken
Milch, 1 Tasse	150	800 W	ca.1	nicht abdecken
Wasser, 1 Tasse	150	800 W	1 1/2-2	nicht abdecken, zum Kochen bringen
6 Tassen	900	800 W	10-12	nicht abdecken, zum Kochen bringen
1 Schüssel	1000	800 W	10-12	nicht abdecken, zum Kochen bringen
Tellergericht (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	400	800 W	ca.4	Sauce mit Wasser beträufeln, abdecken, zwischendurch umrühren
Eintopf	200	800 W	2-3	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Suppe, klar	200	800 W	ca.2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Cremesuppe	200	800 W	ca.2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Gemüse	200	800 W	2-3	eventuell etwas Wasser zugeben, abdecken,
	500	800 W	4-5	nach der halben Erhitzungszeit umrühren
Beilagen	200	800 W	1-2	mit etwas Wasser beträufeln, abdecken,
	500	800 W	4-5	zwischendurch umrühren
Fleisch, 1 Scheibe*	200	800 W	3-4	mit etwas Sauce beträufeln, abdecken
Fischfilet*	200	800 W	2-3	abdecken
Würstchen, 2 Stück	180	560 W	ca.2	die Haut mehrmals einstechen
Kuchen, 1 Stück	100	400 W	1/2	auf ein Kuchengitter legen
Babynahrung, 1 Glas	190	400 W	ca.1	Deckel entfernen, nach dem Erhitzen gut umrühren und die Temperatur prüfen
Margarine oder Butter schmelzen *	50	800 W	ca.1/2	abdecken
Schokolade schmelzen	100	400 W	2-3	zwischendurch umrühren
6 Blatt Gelatine auflösen	10	400 W	1/2	in Wasser einweichen, gut ausdrücken und in eine Suppentasse geben; zwischendurch umrühren
Tortenguss für 1/4 l Flüssigkeit	10	400 W	5-6	mit Zucker und 250 ml Flüssigkeit anrühren, abdecken, zwischendurch und nach dem Erhitzen gut umrühren

*ab Kühlschranktemperatur

TABELLE : GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Braten	500	800 W	8-10*	nach Geschmack würzen,	10
(Schwein,		400 W	10-12	in eine flache Auflaufform legen,	
Kalb, Lamm)	1000	800 W	20-23*	nach * wenden	10
		400 W	11-13		
Roastbeef (medium)	1000	800 W	9-11*	nach Geschmack würzen, in eine Auflaufform legen,	10
		400 W	5-7	nach * wenden	
Hackbraten	1000	800 W	16-18	Hackfleischteig aus gemischtem Hack (halb Schwein/halb Rind) zubereiten, in eine flache Auflaufform legen	10
Fischfilet	200	800 W	3-4	nach Geschmack würzen, auf einen Teller legen, abdecken	3
Hähnchen	1200	800 W	22-25*	nach Geschmack würzen, in eine flache Auflaufform legen, nach der halben Garzeit wenden *	3
Hähnchenschenkel	200	800 W	3-4	nach Geschmack würzen, auf einen Teller legen, abdecken	3

* Beim Wenden der Speisen den Bratensaft abgießen.

TABELLEN

TABELLE : AUFTAUEN

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Auftauzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Bratenfleisch (z.B. Schwein, Rind,	1500	80 W	58-64	auf einen umgedrehten Teller legen,	30-90
Lamm, Kalb)	1000	80 W	42-48	nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
	500	80 W	18-20		30-90
Steaks, Schnitzel, Koteletts, Leber	200	80 W	7-8	nach der halben Auftauzeit wenden	30
Gulasch	500	240 W	8-12	zwischendurch zweimal umdrehen und trennen	10-15
Würstchen, 8 Stück	600	240 W	6-9	nebeneinander legen, nach der halben	5-10
4 Stück	300	240 W	4-5	Auftauzeit wenden	5-10
Ente/Pute	1500	80 W	48-52	auf einen umgedrehten Teller legen, nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
Hähnchen	1200	80 W	39-43	auf einen umgedrehten Teller legen, nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
	1000	80 W	33-37	auf einen umgedrehten Teller legen, nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
Hähnchenschenkel	200	240 W	4-5	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Fisch im Stück	800	240 W	9-12	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Fischfilet	400	240 W	7-10	nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Krabben	300	240 W	6-8	nach der halben Auftauzeit wenden und aufgetaute Teile entfernen	30
Brötchen, 2 Stück	80	240 W	ca. 1	nur antauen	-
Vollkornbrot in Scheiben Toastbrotscheiben	250	240 W	2-4	Scheiben nebeneinander legen, nur antauen	5
Mischbrot, Weißbrot, ganz	750	240 W	7-10	nach der halben Auftauzeit wenden, Eiskern bleibt	30
Kuchen, 1 Stück	100-150	80 W	2-5	auf einen Teller legen	5
Sahnetorte, 1 Stück		80 W	3-4	auf einen Teller legen	10
Torte ganz, Ø 25 cm		80 W	20-24	auf einen Teller legen	30-60
Butter	250	240 W	2-4	nur antauen	15
Obst wie Erdbeeren Himbeeren, Kirschen, Pflaumen	250	240 W	4-5	gleichmäßig nebeneinander legen nach der halben Auftauzeit wenden	5

TABELLE : AUFTAUEN UND GAREN

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Auftauzeit -Min-	Wasserzugabe -EL-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Fischfilet	300	800 W	10-11	-	abdecken	1-2
Forelle, 1 Stück	250	800 W	7-9	-	abdecken	-
Tellergericht	400	800 W	8-9	-	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	-
Blattspinat	300	800 W	7-9	-	abdecken, ein-bis zweimal zwischendurch umrühren	2
Brokkoli	300	800 W	7-9	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Erbsen	300	800 W	7-9	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Kohlrabi	300	800 W	7-9	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Mischgemüse	500	800 W	12-14	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Rosenkohl	300	800 W	7-9	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Rotkohl	450	800 W	11-13	3-5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2

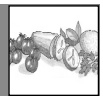
TABELLEN

TABELLE : GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

Gemüse	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Wasserzugabe -EL/ml-
Blattspinat	300	800 W	5-7	nach dem Waschen gut abtropfen lassen, abdecken, zwischendurch ein- bis zweimal umrühren	-
Blumenkohl	800	800 W	15-17	1 ganzer Kopf, abdecken in Röschen teilen,	5-6 EL
	500	800 W	10-12	zwischendurch umrühren	4-5 EL
Brokkoli	500	800 W	10-12	in Röschen teilen, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Champignons	500	800 W	8-10	ganze Köpfe, abdecken, zwischendurch umrühren	-
Chinakohl	300	800 W	9-11	in Streifen schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Erbsen	500	800 W	9-11	abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Fenchel	500	800 W	9-11	in Viertel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Gemüsezwiebel	250	800 W	5-7	ganz, in Mikrowellenfolie garen	-
Kohlrabi	500	800 W	10-12	in Würfel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Möhren	500	800 W	10-12	in Scheiben schneiden,abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
	300	800 W	9-11	in Scheiben schneiden,abdecken, zwischendurch umrühren	2-3 EL
Paprikaschote	500	800 W	7-9	in Würfel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Pellkartoffeln	500	800 W	9-11	abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Porree/Lauch	500	800 W	9-11	in Ringe schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Rotkohl	500	800 W	10-12	in Streifen schneiden,abdecken, zwischendurch ein- bis zweimal umrühren	50 ml
Rosenkohl	500	800 W	9-11	ganze Köpfe, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Salzkartoffeln	500	800 W	9-11	in gleich große Stücke schneiden, etwas salzen, abdecken, zwischendurch umrühren	150 ml
Sellerie	500	800 W	9-11	in feine Würfel scheiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Weißkohl	500	800 W	10-12	in Streifen scheiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Zucchini	500	800 W	9-11	in Scheiben schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL

DEUTSCH

REZEPTE



ABWANDLUNG VON KONVENTIONELLEN REZEPTEN

Wenn Sie Ihre altbewährten Rezepte auf die Mikrowelle abwandeln wollen, sollten Sie folgendes beachten:

Die Garzeiten um ein Drittel bis zur Hälfte verkürzen. Orientieren Sie sich an den Rezepten in diesem Kochbuch.

Flüssigkeitsreiche Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Obst, Eintöpfe und Suppen können problemlos in der Mikrowelle zubereitet werden. Bei flüssigkeitsarmen Lebensmitteln, wie Tellergerichte, sollte die Oberfläche vor dem Erhitzen oder Garen angefeuchtet werden.

Die Flüssigkeitszugabe bei rohen Lebensmitteln, die gedünstet werden, auf etwa zwei Drittel der Menge im Originalrezept reduzieren. Falls notwendig, während des Garens Flüssigkeit zugeben.

Die Fettzugabe kann erheblich reduziert werden. Eine kleine Menge Butter, Margarine oder Öl ist ausreichend, um der Speise Geschmack zu geben. Deshalb ist die Mikrowelle hervorragend zur Zubereitung fettarmer Speisen im Rahmen einer Diät geeignet.

DER UMGANG MIT DEN REZEPTEN

- Alle Rezepte in diesem Kochbuch sind - wenn nicht anders angegeben - für 4 Portionen berechnet.
- Empfehlungen für das geeignete Geschirr und die Gesamtgarzeit finden Sie jeweils am Anfang der Rezepte.
- Es wird in der Regel von verzehrsfertigen Mengen ausgegangen, außer wenn speziell etwas anderes angegeben ist.
- Die in den Rezepten angegebenen Eier haben ein Gewicht von ungefähr 55 g (Gewichtsklasse 3).

REZEPTE

Deutschland

CAMEMBERTTOAST

Gesamtgarzeit: ungefähr 1-2 Minuten
Geschirr: Flacher Teller
Zutaten

4	Scheiben Toastbrot (80 g)
2 EL	Butter oder Margarine (20 g)
150 g	Camembert
4 TL	Preiselbeerkonfitüre (40 g)
	Cayennepfeffer

1. Die Brotscheiben toasten und mit Butter bestreichen.
2. Den Camembert in Scheiben schneiden und diese mit der Schnittfläche nach oben auf die Toastscheiben legen. Die Preiselbeeren in die Mitte des Käses geben, und die Toasts mit Cayennepfeffer bestreuen.
3. Die Toasts auf einen Teller legen und erhitzen.
   ungefähr 1-2 Min. 800 W

Tipp:
Sie können die Toasts nach Belieben variieren, z.B. mit frischen Champignons und geraspeltem Käse oder gekochtem Schinken, Spargel und Emmentaler.

Niederlande

CHAMPIGNONSUPPE

Champignonsoep
Gesamtgarzeit: ungefähr 13-17 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Zutaten

200 g	Champignons, in Scheiben
1	Zwiebel (50 g), fein gehackt
300 ml	Fleischbrühe
300 ml	Sahne
2½ EL	Mehl (25 g)
2½ EL	Butter/Margarine (25 g)
	Salz & Pfeffer
1	Eigelb
150 g	Rahm (Crème fraîche)

1. Das Gemüse mit der Fleischbrühe in die Schüssel geben und abgedeckt garen.
   8-9 Min. 800 W
2. Mit einem Mixer alle Zutaten pürieren. Die Sahne zufügen.
3. Das Mehl und die Butter zu einem Teig verkneten und in der Champignonsuppe glattrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, abdecken und garen. Nach dem Garen umrühren.
   5-6 Min. 800 W
4. Das Eigelb mit dem Rahm (Crème fraîche) verrühren, nach und nach in die Suppe rühren. Das Ganze nochmals kurz erhitzen, jedoch nicht mehr kochen lassen!
   1-2 Min. 800 W
   Die Suppe nach dem Garen ungefähr 5 Minuten stehen lassen.

Schweiz

ZÜRICHER GESCHNETZELTES

Züricher Geschnetzeltes
Gesamtgarzeit: ungefähr 12-16 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Zutaten

600 g	Kalbsfilet
1 EL	Butter oder Margarine
1	Zwiebel (50 g), fein gehackt
100 ml	Weißwein
	Saucenbinder, dunkel, für ungefähr $^1/_2$ l

Sauce

300 ml	Sahne
	Salz & Pfeffer
1 EL	Petersilie, gehackt

1. Das Filet in fingerdicke Streifen schneiden.
2. Die Butter in der Schüssel gleichmäßig verstreichen. Die Zwiebel und das Fleisch in die Schüssel geben und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
   7-9 Min. 800 W
3. Den Weißwein, den Saucenbinder und die Sahne zufügen, umrühren und abgedeckt weitergaren. Zwischendurch einmal umrühren.
   5-6 Min. 800 W
4. Das Geschnetzelte abschmecken nochmals umrühren und ungefähr 5 Minuten stehen lassen. Mit der Petersilie garniert servieren.

Frankreich

SEEZUNGENFILETS

Filets de sole für 2 Portionen
Gesamtgarzeit: ungefähr 11-14 Minuten
Geschirr: Flache, ovale Auflaufform und Mikrowellenfolie (ungefähr 26 cm)
Zutaten

400 g	Seezungenfilets
1	Zitrone, unbehandelt
2	Tomaten (150 g)
1 TL	Butter/Margarine zum Einfetten der Form
1 EL	Pflanzenöl
1 EL	Petersilie, gehackt
	Salz & Pfeffer
4 EL	Weißwein (30 ml)
2 EL	Butter/Margarine (20 g)

1. Die Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Vorhandene Gräten entfernen.
2. Die Zitrone und die Tomaten in feine Scheiben schneiden.
3. Die Auflaufform mit Butter einfetten. Die Fischfilets hineinlegen und mit dem Pflanzenöl beträufeln.
4. Den Fisch mit der Petersilie bestreuen, darauf die Tomatenscheiben legen und würzen. Auf die Tomaten die Zitronenscheiben legen und mit dem Weißwein angießen.
5. Die Zitronen mit Butterflöckchen belegen, abdecken und garen.
   10-12 Min. 800 W
   Die Fischfilets nach dem Garen 2 Min. stehen lassen.

Tipp:
Für dieses Gericht können Sie auch Rotbarsch, Heilbutt, Meeräsche, Scholle oder Kabeljau verwenden.

Griechenland

SCHMORFLEISCH MIT GRÜNEN BOHNEN

Kréas mé fasólia
Gesamtgarzeit: ungefähr 20-24 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Zutaten

1 - 2	Tomaten (100 g)
400 g	Lammfleisch, ohne Knochen
1 TL	Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
1	Zwiebel (50 g), fein gehackt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
	Salz & Pfeffer & Zucker
250 g	grüne Bohnen aus der Dose

1. Die Tomaten häuten, die Stängelansätze herausschneiden und im Mixer pürieren.
2. Das Lammfleisch in große Würfel schneiden. Die Schüssel mit Butter einfetten. Das Fleisch, die Zwiebelwürfel und die zerdrückte Knoblauchzehe zugeben, würzen und abgedeckt garen.
   9-11 Min. 800 W
3. Die Bohnen und die pürierten Tomaten zum Fleisch geben und abgedeckt weitergaren.
   11-13 Min. 560 W
   Das Schmorfleisch nach dem Garen ungefähr 5 Minuten stehen lassen.

Tipp:
Wenn Sie frische Bohnen verwenden, müssen diese vorgegart werden.

REZEPTE

Italien

LASAGNE AL FORNO

Gesamtgarzeit: ungefähr 22-27 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache, quadratische Auflaufform mit Deckel (ungefähr 20x20x6 cm)
Zutaten

300 g	Tomaten aus der Dose
50 g	Schinken, fein gewürfelt
1	Zwiebel (50 g), fein gehackt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
250 g	Hackfleisch vom Rind
2 EL	Tomatenmark (30 g)
	Oregano & Thymian & Basilikum
150 ml	Rahm (Crème fraîche)
100 ml	Milch
50 g	geriebener Parmesankäse
1 TL	gemischte gehackte Kräuter
1 TL	Olivenöl
	Salz & Pfeffer & Musskatnuss
1 TL	Pflanzenöl zum Einfetten der Form
125 g	grüne Plattennudeln
1 EL	geriebener Parmesankäse
1 EL	Butter / Margarine

1. Die Tomaten in Scheiben schneiden, mit den Schinken- und Zwiebelwürfeln, dem Knoblauch, dem Rinderhack und dem Tomatenmark mischen. Würzen, und abgedeckt dünsten. Während des Kochvorgangs umrühren.
   7-9 Min. 800 W
2. Den Rahm mit der Milch, dem Parmesankäse, den Kräutern und dem Öl verrühren und würzen.
3. Die Auflaufform fetten. Den Boden der Form mit einem Drittel der Nudelplatten auslegen. Die Hälfte der Hackfleischmasse auf die Nudeln geben und mit etwas Sauce begießen. Das zweite Drittel der Nudeln darüberlegen und nacheinander die Hackfleischmasse, etwas Sauce und die restlichen Nudeln oben aufschichten. Zum Abschluss die Nudeln mit viel Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. Butterflöckchen obenaufsetzen und abgedeckt garen.
   15-16 Min. 560 W
   Die Lasagne nach dem Garen etwa 5 bis 10 Minuten ruhen lassen.

Frankreich

GEMÜSETOPF

Ratatouille spécial
Gesamtgarzeit: ungefähr 19-21 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Zutaten

5 EL	Olivenöl (50 ml)
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
1	Zwiebel (50 g), in Scheiben
1	kleine Aubergine (250 g), grob gewürfelt
1	Zucchini (200 g), grob gewürfelt
1	Paprikaschote (200 g), grob gewürfelt
1	kleine Fenchelknolle (75 g), grob gewürfelt
	Pfeffer
1	Bouquet garni
200 g	Dose Artischockenherzen, aus der Dose, geviertelt
	Salz & Pfeffer

1. Das Olivenöl und die Knoblauchzehe in die Schüssel geben. Das vorbereitete Gemüse mit Ausnahme der Artischockenherzen dazugeben und mit Pfeffer würzen. Das Bouquet garni zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
   18-20 Min. 800 W
   Die letzten 5 Minuten die Artischockenherzen zufügen und erhitzen.
2. Das Ratatouille mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bouquet garni vor dem Servieren herausnehmen. Das Ratatouille nach dem Garen ungefähr 2 Minuten stehen lassen.
   Tipp:
   Den heißen Gemüsetopf zu Fleischgerichten servieren. Kalt schmeckt er ausgezeichnet als Vorspeise.
   Ein Bouquet garni besteht aus:
   einer Petersilienwurzel, einem Bund Suppengrün, einem Zweig Liebstöckel, einem Zweig Thymian, einigen Lorbeerblättern.

Spanien

GEFÜLLTE KARTOFFELN

Patatas Rellenas

Gesamtgarzeit: ungefähr 12-16 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Porzellanteller

Zutaten

4	mittelgroße Kartoffeln (400 g)
100 ml	Wasser
60 g	Schinken, fein gewürfelt
1/2	Zwiebel (25 g), fein gehackt
75-100 ml	Milch
2 EL	geriebener Parmesankäse (20 g)
	Salz
	Pfeffer
2 EL	geriebener Emmentaler Käse

1. Die Kartoffeln in die Schüssel geben, das Wasser zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
   8-9 Min. 800 W
   Abkühlen lassen.
2. Die Kartoffeln der Länge nach halbieren und vorsichtig aushöhlen. Die Kartoffelmasse mit dem Schinken, der Zwiebel, der Milch und dem Parmesankäse zu einem glatten Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Die Masse in die Kartoffelhälften füllen, mit dem Emmentaler bestreuen, auf den Teller setzen und garen.
   4-6 Min. 800 W
   Die Kartoffeln nach dem Garen ungefähr 2 Minuten stehen lassen.

Dänemark

BEERENGRÜTZE MIT VANILLESAUCE

Rødgrød med vanilie sovs

Gesamtgarzeit: ungefähr 10-13 Minuten

Geschirr: 2 Schüsseln mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

150 g	Johannisbeeren, rot, gewaschen und verlesen
150 g	Erdbeeren, gewaschen und verlesen
150 g	Himbeeren, gewaschen und verlesen
250 ml	Weißwein
100 g	Zucker
50 ml	Zitronensaft
8	Blatt Gelatine
300 ml	Milch
	Mark einer 1/2 Vanilleschote
30 g	Zucker
15 g	Speisestärke

1. Einige Früchte zum Garnieren zurückbehalten. Die restlichen Beeren mit dem Weißwein pürieren, in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.
   7-9 Min. 800 W
   Den Zucker und den Zitronensaft unterziehen.
2. Die Gelatine in kaltem Wasser ungefähr 10 Minuten einweichen, danach herausnehmen und ausdrücken. Die Gelatine in das heiße Früchtepüree rühren, bis sie sich gelöst hat. Die Grütze in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
3. Für die Vanillesauce die Milch in eine Schüssel geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Das Vanillemark, den Zucker und die Speisestärke in die Milch einrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch und zum Schluss noch einmal umrühren.
   3-4 Min. 800 W
4. Die Grütze auf einen Teller stürzen und mit den ganzen Früchten garnieren. Die Vanillesauce dazu reichen.

   Tipp:
   Sie können auch gefrorenes Obst verwenden, wenn dieses zuvor aufgetaut wurde.

• SEULEMENT VALIDE POUR L'ALLEMAGNE ET L'AUTRICHE • SLECHTS GELDIG VOOR DUITSLAND EN OOSTENRUK •
• SOLTANTO VALIDO PER LA GERMANIA E L'AUSTRIA • SOLAMENTE VÁLIDO PARA ALEMANIA Y AUSTRIA •

Vorgehensweise bei Vorliegen eines Produktmangels:
- Wurde Ihr Gerät durch einen Fachbetrieb mit einem von Sharp genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/untergebaut, können Sie die unter Ziffer 1. aufgeführten Garantieansprüche im Rahmen des Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service geltend machen und sich direkt an den KUNDEN-SERVICE wenden oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.
- Für alle übrigen Geräte können Sie die unter Ziffer 2. aufgeführten Garantieansprüche ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.

DER SHARP KUNDEN-SERVICE

SHARP QUICK 48 Mikrowellen Vor-Ort-Service
Hotline - Deutschland: 0180 - 523 46 74 (€ 0,12/Min.)
Hotline - Österreich: 0820 - 240 496 (€ 0,145/Min.)

Sie erreichen die Service-Hotline:
montags bis freitags zwischen 9 und 17 Uhr
in Deutschland: 0180 - 523 46 74 (€ 0,12/Min.)
in Österreich: 0820 - 240 496 (€ 0,145/Min.)

1. Garantie mit Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Gilt für Deutschland und Österreich

Haushalts- Mikrowellengeräte im Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Sehr geehrter Sharp Kunde,

alle ein-/ untergebauten Haushalts-Mikrowellengeräte, die durch einen Fachbetrieb fachgerecht mit einem von SHARP genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/ bzw. untergebaut worden sind, werden im Quick 48 Vor-Ort-Service abgewickelt. Die in dieser Garantie beschriebenen Ansprüche stehen Ihnen zusätzlich neben den gesetzlichen Sachmängelansprüchen gegen Ihren Verkäufer zu.

Umfang der Garantie: Sollte Ihr Mikrowellengerät trotz sorgfältiger Herstellung und Endkontrolle einen Mangel aufweisen, können Sie innerhalb der Garantiezeit, Garantieleistungen gegen Sharp Electronics (Europe) GmbH in Anspruch nehmen. Diese stehen Ihnen zu, wenn ein herstellungsbedingter Material- und/oder Verarbeitungsmangel (nachfolgend „Mangel") bei dem Mikrowellengerät oder Teilen davon - mit Ausnahme der Garraum-Glühlampe - innerhalb von 24 Monaten auftritt. Die Garantie umfasst nicht Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Bedienungsfehler oder durch Fremdeinwirkung entstanden sind. Transportschäden bei Neugeräten müssen Sie bei Ihrem Verkäufer geltend machen. Die Garantiefrist von 24 Monaten beginnt mit dem Tag, an dem Sie das fabrikneue Gerät von einem Händler gekauft haben. Die Erbringung von Garantieleistungen verlängert nicht die Garantiezeit.

Die Garantie gilt für alle Geräte, die in Deutschland ab dem 01.12.2001 und in Österreich ab dem 01.04.2004 gekauft worden sind.

Garantieleistungen: Sharp Electronics (Europe) GmbH erfüllt seine Garantieverpflichtungen für Mängel durch kostenlose Reparatur und einen **Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service**. Etwa anfallende Transportkosten innerhalb Deutschlands und Österreich übernehmen wir.

Im Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service werden alle Reklamationen, die an Werktagen außer samstags bis 17:00 Uhr beim Quick 48 Deutschland, Tel.: 0180 / 5 23 46 74 *(€ 0,12/Min) und in Österreich Tel.: 0820 / 240 496 **(€ 0,145/Min) eingehen, ab dem darauffolgenden Werktag gerechnet, im Regelfall innerhalb 48 Stunden bei Ihnen im Vor-Ort-Service repariert.

Geltendmachung der Garantie: Der Mangel des Gerätes muss innerhalb der Garantiefrist unter Angabe des Kaufdatums, der Modellbezeichnung und der Seriennummer des Gerätes unter den oben aufgeführten Telefonnummern Deutschland Tel.: 0180 / 5 23 46 74 (€ 0,12/Min) und Österreich Tel.: 0820 / 240 496 (€ 0,145/Min) geltend gemacht werden. Bei der Vor-Ort-Reparatur ist dann der Kaufbeleg, aus dem sich das Kaufdatum, die Modellbezeichnung und die Seriennummer des Gerätes ergibt, vorzulegen.

Achtung:
Wird dieser Service für von Ihnen selbst ein-/untergebaute Geräte in Anspruch genommen, sind für Aus-/und Einbau, Fahrzeit und Km die entstehenden Kosten von Ihnen zu tragen!
Bitte erkundigen Sie sich vor Anforderung des Kundendienstes bei diesem über die anfallenden Kosten. Den für Sie nächstgelegenen Kundendienst nennt Ihnen gern unsere o.g. Hotline.

Als Nachweis für Sachmängel-/ Garantiearbeiten dient Ihr Kaufbeleg / Rechnung.

Selbstverständlich können Sie unseren QUICK 48 Vor-Ort-Service Mikrowellengeräte auch nach Ablauf der Verjährungsfristen für Sachmängel-/Garantiefristen in Anspruch nehmen, dann jedoch gegen Aufwandsberechnung des jeweiligen Kundendienstes.

Garantiegeber: SHARP Electronics (Europe) GmbH, Sonninstraße 3, 20097 Hamburg
www.sharp.de

• SEULEMENT VALIDE POUR L'ALLEMAGNE ET L'AUTRICHE • SLECHTS GELDIG VOOR DUITSLAND EN OOSTENRUK • • SOLTANTO VALIDO PER LA GERMANIA E L'AUSTRIA • SOLAMENTE VÁLIDO PARA ALEMANIA Y AUSTRIA •

Vorgehensweise bei Vorliegen eines Produktmangels:
- Wurde Ihr Gerät durch einen Fachbetrieb mit einem von Sharp genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/untergebaut, können Sie die unter Ziffer 1. aufgeführten Garantieansprüche im Rahmen des Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service geltend machen und sich direkt an den KUNDEN-SERVICE wenden oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.
- Für alle übrigen Geräte können Sie die unter Ziffer 2. aufgeführten Garantieansprüche ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.

2. Garantie ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Gilt für Deutschland und Österreich

Haushalts - Mikrowellengeräte

Wichtiger Endkunden – Hinweis: Serviceabwicklung nur über den Verkäufer. Die in dieser Garantie beschriebenen Ansprüche stehen Ihnen zusätzlich neben den gesetzlichen Sachmängelansprüchen gegen Ihren Verkäufer zu.

Sehr geehrter Sharp Kunde,

SHARP- Geräte sind Markenartikel, die mit Präzision und Sorgfalt nach modernen Fertigungsmethoden hergestellt werden. Bei sachgemäßer Handhabung und unter Beachtung der Bedienungsanleitung wird Ihnen Ihr Gerät lange Zeit gute Dienste leisten.
Das Auftreten von Fehlern ist aber nie auszuschließen. Sollte Ihr Gerät innerhalb der gesetzlichen oder mit Ihrem Verkäufer vereinbarten Verjährungsfristen für Sachmängel-/ Garantiefristen einen Mangel aufweisen und das Gerät wurde **nicht von Ihrem Handelspartner ein-/unter-gebaut,** so wenden Sie sich bitte an den Verkäufer, bei dem Sie das Gerät erworben haben und geben Sie das defekte Gerät dort ab, denn dieser ist Ihr Ansprechpartner für Sachmängel.

Umfang der Garantie: Wenn ein herstellungsbedingter Material- und/oder Verarbeitungsmangel (nachfolgend „Mangel") bei dem Gerät oder Teilen davon - mit Ausnahme der in der Bedienungsanleitung angegebenen Teilen mit begrenzter Lebensdauer – innerhalb von 24 Monaten auftritt, können Sie unsere Garantieleistung in Anspruch nehmen.

Die Garantie umfasst nicht Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Bedienungsfehler oder durch Fremdeinwirkung entstanden sind.

Die Garantiefrist von 24 Monaten beginnt mit dem Tag, an dem Sie das fabrikneue Gerät von einem Händler gekauft haben. Die Erbringung von Garantieleistungen verlängert nicht die Garantiezeit.

Die Garantie gilt für alle Geräte, die ab dem 01.12.2001 in Deutschland und in Österreich ab dem 01.04.2004 gekauft worden sind.

Garantieleistung: Sharp Electronics (Europe) GmbH erfüllt seine Garantieverpflichtung für Mängel nach seiner Wahl durch kostenlose Reparatur oder durch Austausch des mangelhaften Gerätes gegen ein mangelfreies. Etwa anfallende Transportkosten innerhalb Deutschlands und Österreich werden von uns übernommen.

Geltendmachung der Garantie: Um die Garantie in Anspruch nehmen zu können, benötigen Sie den Kaufbeleg (Rechnung, Quittung) aus dem sich das Kaufdatum, die Modellbezeichnung und Seriennummer des Gerätes ergibt. Der Mangel des Gerätes muss innerhalb der Garantiefrist von Ihnen gegenüber einem Sharp Service-Partner oder einem autorisierten Händler von Sharp Electronics (Europe) GmbH geltend gemacht werden. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an **unsere Service-Hotline 01805-29 95 29 *** (€ 0,12 /Min)

Selbstverständlich können Sie die Hilfe unserer Service-Hotline 01805-29 95 29 * (€ 0,12 /Min) für Sharp-Mikrowellengeräte auch nach Ablauf der Verjährungsfristen für Sachmängel-/Garantiefristen in Anspruch nehmen, dann jedoch gegen Aufwandsberechnung des jeweiligen Kundendienstes.

Garantiegeber: SHARP Electronics (Europe) GmbH, Sonninstraße 3, 20097 Hamburg

www.sharp.de

• ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

BELGIUM - http://www.sharp.be
En cas d´une réclamation concernant une four a micro-onde SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spècialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.
Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of een van de onderstaande Sharp service centra.

SHARP ELECTRONICS, Phone: 0900-10158
AVTC, Kleine Winkellaan 54,1853 Strombeek-Bever, 02/2674019 / **ETS HENROTTE**, Rue Du Campinaire 154, 6240 Farciennes, 071/396290 / **Nouvelle Central Radio (N.C.R)**, Rue des Joncs 15 L-1818 HOWALD, 00352404078 / **Service Center Deinze**, Kapellestraat, 95, 9800 DEINZE, 09-386.76.67

NEDERLAND - http://www.sharp.nl
Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of naar onderstaand Sharp Service Centrum.
SHARP ELECTRONICS BENELUX BV,- Helpdesk -,Postbus 900, 3990 DW Houten, 0900-7427723

FRANCE - http://www.sharp.fr
En cas de réclamation pour les fours micro-ondes SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à l'une des stations techniques agréées SHARP suivantes:

A.A.V.I., 1 rue du Mont de Terre, 59818 Lesquin Cedex, 03.20.62.18.98 / **A.A.V.I. (Point d'Accueil)**, 9-11 rue Léon Trulin, 59000 Lille, 03.20.14.96.20 / **ATELIER ROUSSEL**, 12 Bld Flandre Dunkerque, 56100 Lorient, 02.97.83.07.41 / **BASTIA TELE VIDEO**, Immeuble Le Béarn - Av. de la libération, 20600 Bastia, 04.95.30.81.29 / **C.M.T.S.**, 38 rue des Ormeaux, 75020 Paris, 01.43.70.20.00 / **ELECTRONIC SERVICE PLUS**, 5 bd LOUIS XI - ZI le Menneton, 37000 Tours, 02.47.77.90.90 / **ELECTRO SERVICE**, 21 rue de Mulhouse - B.P 122, 68313 Illzach, 03.89.62.50.00 / **M.R.T.**, 74 Rue Albert Einstein - 72021 Le Mans Cedex, 02.43.28.52.20 / **S.T.E.**, 3 chemin de l'Industrie, 06110 Le Cannet Rocheville, 04.93.46.05.00 / **S.T.R. AQUITAINE**, 111 rue Bouthier - B.P 27, 33015 Bordeaux, 05.57.80.78.07 / **S.T.V.S.**, 1 rue de la Presse, 42000 Saint Etienne, 0825.898.903 / **S.T.V.S.**, 10 chemin Saint Gobin, 69 190 Saint fons, 04.72.89.06.89 / **S.T.V.S. (point d'accueil)**, 143 av Maréchal de Saxe, Entrée: 54 rue Villeroy, 69003 Lyon 04.78.62.07.05 / **TECH SERVICE**, 15 rue du château de ribaute, ZA ribaute 2, 31130 Quint Fonsegrives, 05.62.57.63.90 / **TIMO VIDEO**, 131 chemin des bassins, Zone Europarc - Hameau D, 94000 Creteil, 01.43.39.08.18 / **U.N.T.D.**, 1 rue des Lourdines, 76000 Rouen, 02.35.72.28.04

ITALIA - http://www.sharp.it
Nel caso si verificassero problemi alla vostra apparecchiatura potrete rivolgervi presso un nostro centro di assistenza autorizzato sharp

ABRUZZO: CTR di de Berardinis vincenzo, Via Giuseppe Cacchi L'Aquila, 0862-315407 / **CTR di de Berardinis vincenzo**, Via P. Gobetti Avezzano L'Aquila, 0863-412131 / **Marinangeli Fabrizio**, Via Rocco Carabba L'Aquila, 0862-310279 / **Marinangeli Fabrizio**, Via F.lli Rosselli Avezzano L'Aquila, 0863-25207 / **Elettrovideo snc**, Via Tiburtina Pescara, 085-52020 / **Cat di Bellone**, Via Dell' Aereoporto Teramo, 0861-415745

BASILICATA: SUONO E IMMAGINE di Conti Massimo, Via E. Maiorana Matera, 0835-389310

CALABRIA: Battaglia Saverio, Via C. Colombo Catanzaro Lido, 0961-33824 / **S.A.T.E. di Dodaro**, Via degli Stadi Cosenza, 0984-482337 / **SE.RI.EL.CO.**, Via delle Medaglie d'Oro Cosenza, 0984-33152 / **Eurotrading dei F.lli Aiello G. & D. snc**, Via Torino Crotone, 0962-20889 / **Assistenza Tecnica Cozzupoli & Crupi snc**, Via R. Campi primo tronco 103 Reggio Calabria, 0965-24022 / **Ater snc**, Via Naz. Pentimele 159/a-b Reggio Calabria, 096547051 / **Ciano Giuseppe**, Via Seconda Traversa Toscanini Taurianova, 0966-643483 / **Audio Video snc**, Via A. De Gasperi 4/e Vibo Valentia, 0963-45571 o 45572

CAMPANIA: Elettronica D' Argenio, Via Nazionale Torrette Nercogliano Avellino, 0825-681590 / **D.R.F. di Rubbo**, Via L. Piccinato Benevento, 0824-62416 / **Audio Service**, Via Cattaneo 4/6 Caserta, 0823-329099 / **Congestri' Ignazio**, Via Giordano Bruno Maddaloni Caserta, 0823-437704 / **Elettronica Service snc di Starace Aniello e C.**, Viale Europa Castellamare di Stabia Napoli, 081-8728280 / **Errediesse Service**, Via P. Mascagni Napoli, 081-5794825 / **SATEP**, Via Nazionale delle Puglie 176 Casoria Napoli, 081-7590706 / **Video Elettronica 2 di Nasti**, Via Antonino Pio Napoli, 081-7676300 / **M.C. Elettronica snc di Milito M. e Della Sala**, Via dei Mille Salerno, 089-330591 / **Netti Gianfrano**, Via Magna Grecia Capaccio Scalo Salerno, 0828-730071

EMILIA ROMAGNA: MA.PI. snc, Via T. Azzolini Bologna, 051-6414115 / **VIdEO 2000 SRL**, Via dell'Industria Bologna, 051-531581/624060 / **Assistenza Electron di Fogli**, Via F.lli Aventi Ferrara, 0532-903250 / **Stema snc**, Viale Bologna Forlì, 0543-704475 / **Audio Video Center**, Via Vandelli 23 Modena, 059-235219 / **REAT srl**, via Giardini Nord 8 Formigine Modena, 059-557168 / **Ecoservice Srl**, Via Buffolara 68A Parma, 0521-987402 / **Parmaservice sas**, Via Benedetta Parma, 0521-271666 / **Riparazioni Elettriche Ravenna**, Via Reale Camerlona Ravenna, 0544-521500 / **Technolab snc**, Via Romea Ravenna, 0544-64008 / **RTE RADIO TV ELETTRONICA di I. Catellani & C.**, Via Premuda Reggio Emilia, 0522-381277 / **Masini Service**, Via Mediterraneo Bellaria Rimini, 0541-347714 / **Novatecnica snc**, Via Giovenale Rimini, 0541-736361 / **Nuova Tecnocoop**, Via Armellini Bellariva di Rimini, 0541-370812

FRIULI VENEZIA GIULIA: D.R.M. di de Monte Ignio, P.ZA Montesanto S. Lorenzo Isontino Gorizia, 0481-808858 / **AVR di Dri sas**, Via Colonna 20/8 Pordenone, 0434-27669 / **Officina Elletrom. di Starace Elio**, Via Caprin Trieste, 040-773718

LAZIO: A.P. Rip. Arduini Piero, Via Licinio Refice 192 Frosinone, 0775-291267 / **Palmieri Francesco**, Via S. Polledrara Frosinone, 0775-291485 / **Elettronica 81**, Via Ezio Latina, 0773-694608 / **Italreg di Albano**, Parco Belvedere Conca 74 Gaeta, 0771-470851 / **CTS centro tecnico specializzato**, Via Rialto Roma, 06-39729748 / **Panaservice SRL**, Via Barbana 35 Roma, 06-5409766 / **Video Service sas di G. Calabrese & C. (VT)**, Str. Teverina Viterbo, 0761-251557

LIGURIA: G.A.T.E. snc, Passo P. Carrega Genova, 010-8361543 / **STAE SNC**, Corso A. Gastaldi Genova, 010-5299269 / **Cat snc di Ginulla O. & Rebuffo M.**, Via L. Giordano Imperia, 0183-710920 / **Michelis Sandro**, Via Giannetti Imperia, 0183-275891 / **RIEN snc**, Via Valle La Spezia, 0187-21925 / **Tognetti service**, Via Lunigiana La Spezia, 0187-507656 / **Teleservice snc**, Via Ponchelli 27R Savona, 019-810058

LOMBARDIA: Video Service snc, Via Locatelli Seriate Bergamo, 035-296883 / **Baccinelli Marzio & C. snc**, Via Branze Brescia, 030-2006411 / **Eurotecnica di Ronchi**, Via Milano Brescia, 030-317673 / **S.T.A.R.T. Video Hi-Fi**, Via Orti Romani Cremona, 0372-38731 / **Sae di Oneda M. snc**, Via Chinaglia Cremona, 0372-460314 / **Tecnovideo snc**, P.zza De Gasperi Mantova, 0376-321554 / **A.E. snc**, via Acerbi 28 Milano, 02-66220906 / **AT Electronics**, Piazza Cartagine 4 Milano, 02-58019146 / **Test TV snc**, Via Altamura Milano, 02-4035408 - 406441 / **Morini Daniele**, Via Maiocchi Voghera Pavia, 0383-368740 / **Crel snc**, Via Carducci Sondrio, 0342-216538 / **Elettronica Cappi**, Via Gorizia Sondrio, 0342-210459 / **Salvadori Claudio**, Via del Bosco Busto Arsizio Varese, 0331-329973 / **Salvadori Claudio Succursale**, Via Merano Varese, 0332-333501 / **Teletecnica 2000**, Via Torino Gallarate Varese, 0331-775519

• ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

MARCHE: Digitecnica di Moroni R: & c snc, Via Zuccarini Candia, 071-2866067 / **Marconi Lanfranco**, Via Monte Bianco Porto d'Ascoli, 0735-659230 / **Pluritecnica di Campitelli A. Nespeca M. snc**, Via Gradara Ascoli Piceno, 0736-342635 / **SAT Radio Tv snc**, Via D. Rossi Macerata, 0733-231304 / **C.A.T. snc**, Via A. Cecchi Pesaro, 0721-25608 / **SAT 2000 snc di Sparamonti P. e C.**, Via dello Stadio. 16 Terni, 0744-424133

PIEMONTE: Siragusa & Roagna, C.so Matteotti Asti, 0141-531131 / **Arte e Tecnica snc**, Via Falletti 22 Biella, 015-8496250 / **Alpilab di Giordano**, Corso Giovanni XXIII 11 Cuneo, 0171-690384 / **VIdeotext di Oberto Stefano**, P.za Trento e Trieste Canale Cuneo, 0173-95878 / **Guida di Guida Alessio**, Via Roggiolo Trecate Novara, 0321-71608 / **El.te di Antonello Adriano**, Via Ugo Foscolo Torino, 011-6503786 / **REAT di Frisina Rita**, Corso Unione Sovietica 584 Torino, 011-3979817 / **Elektro di Fiore Francesco**, Via Tripoli Vercelli, 0161-250071

PUGLIA: Marinelli Benedetto, Via dei Salici Barletta, 0883-514054 / **SAT sas di Partipilo**, Via Borsellino e Falcone 17 bis Bari, 080-5022999 / **Astrotec p.s.c.a.r.l.**, Viale Ofanto Foggia, 0881-685013 / **Stear snc**, Via E. Perrone Foggia, 0881-778483 / **Arnesano Faustino**, Via M. Moscardino 10 Lecce, 0832-318277 / **Microkey srl**, Via Giammatteo Lecce, 0832-399398 / **Microkey srl**, Via de Giuseppe Maglie Lecce, 0836-424813 / **Santoro Attilio**, Via Marche 24 Taranto, 099-335884

SARDEGNA: AS.TEC. Elettronica, Via Riva Villasanta 227 Cagliari, 070-524153 / **Floris Sergio**, Via Mazzini Gonnesa, 0781-45436 / **G.S. Elettronica di Porcu Giuseppe M.**, Via della Resistenza Nuoro, 0784-203084 / **Co.ri.fr.el. 2**, Via del Castagno Settore "D" Olbia, 0789-562104 / **Videoelettronica snc**, Via Torino Sassari, 079-276616

SICILIA: Service Russo di Russo Alfonso, Via Dei Giovani Agrigento, 0922-610788 / **Video Service di De Francisci Paolo**, Via P.Nenni Agrigento, 0922-595881 / **Vullo Michele**, Via Gorizia Caltanissetta, 0934-551367 / **A.V.S. Elettronica**, Via Sassari 2/c Catania, 095-446696 / **Cuppari Electronics**, via S. Agostino 15 Messina, 090-672064 / **Cuppari Electronics Succursale**, Via Libertà Capo d' Orlando Messina, 0941-911785 / **Tecnica Sud snc**, Viale Regina Elena Messina, 090-40037 / **Alamia Service Piccola Cooperativa**, C.so Pisani 310/312 Palermo, 091-6570502 / **Di Fonzo F. & Figli snc**, Via Ruggero Loria Palermo, 091-363578 / **Elettronica di Di Tullio Maria**, Via Carlentini Siracusa, 0931-758602 / **Latino Impianti**, Via Eloro Rosolini Siracusa, 0931-857099 / **Tecnico Siracusana**, Via Novelli Siracusa, 0931-39440 / **Arte TV sas**, Via G. Centorbi 17 Mazara del Vallo Trapani, 0923-908160 / **Euroservice 2000**, via degli Atleti 61/c Marsala Trapani, 0923-956475

TOSCANA: Bardazzi Paolo, Via Forlanini 8DR Firenze, 055-4376776 / **Cate di Lepri Guido e C. snc**, Via Segantini Empoli, 0571-80652 / **Centi Franco**, Via Dosio 83 Firenze, 055-710388 / **Laboratorio Tv Arrighi**, Via F.lli Cervi P.A. Elsa Empoli, 0571-931327 / **M2 Elettronica**, Via Danimarca Grosseto, 0564-454571 / **NA.TO.MA. snc**, Via del sabotino 13 Grosseto, 0564-456229 / **Cate di Lepri Guido e C. snc**, C.so Matteotti Cecina, 0586-635071 / **A.T.E.S.**, Via Torino 3/a Livorno, 0586-859566 / **Laboratorio Riparazioni Falchi**, Via A. Garibaldi Piombino, 0565-49400 / **Teleservice di D'Amicis E. & V. snc**, Via P. Pisana Livorno, 0586-400564 / **E.T.S. di Napolitano Biagio**, Via Bientina Altopascio, 0583-269196 / **Elettronica RNP**, Via Romana Lucca, 0583-956225 o 957565 / **MGM Service snc di Martinelli**, Via Paolinelli Capannori, 0583-30382 / **DBS ELETTRONICA di Aldovardi S. & C. snc**, Via Simon musico Massa, 0585-489893 / **SAEC**, Via degli Artigiani Massa, 0585-251724 / **Belcari Enrico**, Via J. Gagarin Pisa, 0587-420273 / **E.T.S. di Napolitano Biagio**, Via Lucchese Montecatini Terme, 0572-767430 / **Cate di Lepri Guido e C. snc**, Via Fiorentina Prato, 0574-632652 / **Teleservice di Benvenuti Stefano**, Via E.Fermi 9/13 Prato, 0574-580840 / **PA.RI.EL.S.di Barletti Mirella**, Via B.Tolomei 9 Siena, 0577.51159

TRENTINO ALTO ADIGE: Dal Pozzo Enzo, Via Barletta Bolzano, 0471-913290 / **Tecnoservice snc**, Via San Vigilio Bolzano, 0471-289062 / **Melone Michele**, Via Zara Trento, 0461-235166 / **Sighel Mauro**, Via A. Volta Trento, 0461-935919

UMBRIA: Baldassarri G. & G. snc, Via A. Manna S. Andrea delle Fratte, 075-5270921 / **Tecnoconsult Elettronica**, Via Madonna Alta Perugia, 075-5003089 / **Quondam**, Via del Rivo Terni, 0744-301512

VALLE D'AOSTA: Cat di D'Isanto, C.so Ivrea Aosta, 0165-364056

VENETO: D.D. Assistenza Tecnica snc, Via Mondin Belluno, 0437-30240 / **Pierezza Carlo**, Via Barroccio dal Borgo Padova, 049-681592 / **L'Elettronica più snc**, Via Gaspare Campo Rovigo, 0425-33221 / **Assistenza Elettronica Campi**, Via E. Reginato Treviso, 0422-436245 / **Franchino gianfranco**, Via Zermanese 6B Treviso, 0422-321054 / **Video Tv1732**, Via San Marco Sottomarina, 041-5541675 / **Vignando Luigino**, Via dell' Industria Gruaro, 0421-74472 / **Zaffalon Urbano**, via Santa Croce 2040 Venezia, 041-2750670 / **Global Service Impianti di Cerpelloni & C.**, p.zza Plebiscito 9A Avesa, 045-8342935 / **Video Service**, Via Vitruvio Verona, 045-566299 / **DL service di dal Lago Lorenzo**, Via Giaretta 33 Vicenza, 0444-566662 / **Speedy service**, V.le Europa 42/b Thiene, 0445.368235

ESPANA - http://www.sharp.es
En caso de una reclamación con vuestra SHARP Microwave, preguntan por favor la casa dónde han comprado su máquina o infórmanse en una de las SHARP Service casas siguientes.

ALAVA: Merino Nicolas Jose A., Av Judizmendi 24, Vitoria-Gasteiz, 945/ 25.18.92

ALBACETE: Juman, Cl Ejercito 1, Albacete, 967/ 22.40.78 / **Parreño**, Cl Santiago Rusiñol 50, Albacete, 967/ 22.62.49

ALICANTE: A.E. De Consumo, Cl Peru 42, Alcoy, 96/ 552.32.35 / **David Torregrosa Jorda**, Cl Terrassa 6, Alcoy, 965/ 33.43.06 / **Eurosat, S.L.**, Cl Montero Rios 33, Alicante, 96/ 525.80.40 / **Angel Avellan Puig**, Cl Poeta Quintana 13, Alicante, 965/ 21.32.55 / **Joaquin Saez Servicios**, Cl Escorpion 6-8, Alicante, 96/ 528.73.33 / **Video Electronica Noguera**, Cl Castellon 17, Altea, 965/ 84.41.58 / **Tele-Color**, Cl Del Vent 9, Benidorm, 96/ 585.24.60 / **Joaquin A. Lon Jaen**, Cl Patricio Ferrandiz 66, Denia, 96/ 578.67.50 / **Trinitario Gea**, Cl Jaime Pomares Javaloyes 47, Elche, 96/ 545.56.25 / **Unisat**, Cl Duque De Tamames 9, Orihuela, 96/ 674.11.94 / **Jose A. Patiño Villena**, Cr De Bigastro 1, Orihuela, 96/ 571.74.29 / **Electroservicios Plaza**, Pz Santiago 5, Orihuela, 96/ 828.45.67 / **E.Electrosax**, Cl Rio Turia 1, Sax, 96/ 547.42.32 / **Electronica Santa Pola**, Cl Orihuela 43, Torrevieja, 96/ 571.25.58 / **A.T. Tv. Video**, Av De La Constitucion 185 D, Villena, 965/ 80.02.31

ALMERIA: Televideo, Cl Velazquez 7 Local-A, Adra, 950/ 40.18.63 / **Servirap**, Cl Angel Ochotonera 11, Almeria, 950/ 27.40.67 / **Sonivitel S.L.**, Cl Poeta Paco Aquino 51, Almeria, 950/ 22.97.55 / **Servicio Tecnico Ponce**, Plg Ps Maritimo E- Europa 1, Garrucha, 950/ 13.28.37

ASTURIAS: Asturservice, Cl Sanchez Calvo 6 Bjos., Aviles, 98/ 556.83.87 / **S.A.T. Juan-Manuel**, Cl Uria 60, Cangas De Narcea, 98/ 581.22.48 / **Manuel Alea Villa**, Cl Llano Morgolles S/N, Cangas De Onis, 98/ 592.26.40 / **Electronica Edimar, S.A**, Cl Cangas De Onis 4, Gijon, 98/ 535.34.51 / **Astusetel S.L.**, Cl Cea Bermudez 9, Gijon, 98/ 539.10.11 / **Juan Morillon Del Corro**, Av De Gijon 19, La Felguera/Langreo, 98/ 567.40.24 / **Santiago Valderrey**, Cl Dr. Venancio Mtez. 7, Navia, 98/ 563.18.61 / **Alvarez Olivar Casilda**, Cl San Jose 12, Oviedo, 98/ 522.37.39 / **G.A.M.I.F.E.L**, Cl Ricardo Montes 6, Oviedo, 98/ 528.43.60

AVILA: Daniel Serran0 Labrado, Cl Jose Gochicoa 16, Arenas De S.Pedro, 920/ 37.15.16 / **Electronica Gredos**, Cl Eduardo Marquina 24, Avila, 920/ 22.48.39 / **Reparaciones San Segundo**, Cl Soria 6, Avila, 920/ 22.33.21

• ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

BADAJOZ: Indalecio Amaya Sanchez, Cl Carreras 11, Almendralejo, 924/ 66.47.01 / **Electronica Bote**, Pz Portugal 2, Badajoz, 924/ 22.17.40 / **Patricio Electronica**, Cl Reyes Huertas 7, Merida, 924/ 33.04.13 / **Electronica Centeno S.L.**, Av Del Zafra 1, Puebla Sancho Perez, 924/ 57.53.08 / **C.E. Vilanovense C.B.**, Cl Camino Magacela 4 Local-5, Villanueva Serena, 924/ 84.59.92

BALEARES (MENORCA): Insat, Cb, Cl Pintor Calbo 30, Mahon, 971/ 36.53.18

BALEARES (IBIZA): Reparaciones Ortega, Cl Via Punica 33, Ibiza, 971/ 39.01.55

BALEARES (MALLORCA): Instalaciones Maes, S.L., Cl Son Nadal 63, Palma De Mallorca, 971/ 27.49.47

BARCELONA: Servinters, S.C.C.L., Pz Casagemes 20, Badalona, 93/ 389.44.60 / **Fermo**, Av Morera 5, Badalona, 93/ 465.22.00 / **Videocolor**, Cl Villarroel 44, Barcelona, 93/ 454.99.08 / **4 En 1 Reparaciones**, Cl Taquigrafo Marti 19, Barcelona, 93/ 430.97.26 / **La Clinica Del Electrod.**, Cl Balmes 160, Barcelona, 93/ 236.44.11 / **Pulgar I Edo S.L.**, Cl Castillejos 333, Barcelona, 93/ 436.44.11 / **Domotica**, Av Diagonal 296, Barcelona, 93/ 408.66.22 / **Estarlich**, Cl Industria 131, Calella, 93/ 766.22.33 / **Joaquin Casajoana Pages**, Cl Major 19 (Tienda), Castelldefels, 93/ 664.43.60 / **Electronica Mateos**, Cr De Caldas (Bajos) 76, Granollers, 93/ 849.28.77 / **Teelco**, Av Balmes 90, Igualada, 93/ 805.11.90 / **Elde**, Cl Bruch 55, Manresa, 93/ 872.85.42 / **Totvisio Electronica S.L.**, Pj Ferrer 14, Manresa, 93/ 873.88.81 / **Ramon Villaret De Gea**, Cl Moli De Vent 21, Mataro, 93/ 798.02.48 / **Estarlich**, Cl Auquebisbe Creus 12, Mataro, 93/ 790.22.89 / **Salja & Mat**, Cl La Raseta 15 L-3, Molins De Rey, 93/ 668.13.61 / **Ce.Va.Sat**, Ps Rubio I Ors 105, Sabadell, 93/ 710.76.13 / **Servei Tecnic Ferrer**, Cl Sarda 37, Sabadell, 93/ 710.51.38 / **Fix Servicio Tecnico**, Cl Valles 88, Sant Cugat Valles, 93/ 675.59.02 / **Ce. Va. Sat, S.C.**, Cr Matadepera 87, Terrassa, 93/ 785.51.11 / **Laurea S.A.T**, Cl Guilleries Bis 20, Vic, 93/ 889.02.48 / **Fred Vilafranca**, Cl Progres 42, Vilafranca Del Penedes, 93/ 890.48.52 / **Top Electronica**, Cl Misser Rufet 4 Bjos, Vilafranca Penedes, 93/ 890.35.91

BILBAO:, **Telnor**, Pz Juanene 5 Tras., Erandio, 94/ 417.04.97

BURGOS: Servitec Burgos S.L., Cl Lavaderos 7-9, Burgos, 947/ 22.41.68 / **Electronica Mas**, Cl Alfonso Vi 6, Miranda De Ebro, 947/ 31.49.94

CACERES: Ruiz Garcia Jose, Cl Ecuador 5-B, Caceres, 927/ 22.48.86 / **Arsenio Sanchez, C.B.**, Cl Tornavacas 9, Plasencia, 927/ 41.11.21 / **Radio Sanchez C.B.**, Av De Miajadas S/N, Trujillo, 927/ 32.06.88

CADIZ: Jose Borja Y Jose Arana, Cl San Antonio 31, Algeciras, 956/ 66.60.53 / **Galan Sat S.L.**, Cl Cruz Roja Española 11, Cadiz, 956/ 20.14.17 / **Fermafrio**, Pz España 1, Cadiz, 956/ 28.10.82 / **Novomam-Sat**, Pol. Urbisur, Jorge Juan 4, Chiclana De La Frontera, 956/ 40.12.09 / **Electronica Y Climatizacion Jeda**, Cl Divina Pastora E-1 L-4,5,6, Jerez La Frontera, 956/ 33.64.99 / **Servitel**, Cl Porvenir 11 Local, Jerez La Frontera, 956/ 33.76.55 / **Electrogan**, Cl Pagador 31, Pto. Sta. Maria, 956/ 87.07.05 / **Galan Sat S.L.**, Cl Factoria Matagorda 52, Puerto Real, 956/ 83.35.35 / **Rota Electrosur**, Cl Malaga 11, Rota, 956/ 81.59.60

CANTABRIA: Electronica Seyma, Cl Camilo Alonso Vega 48, Santander, 942/ 32.50.60

CASTELLON: Electronica Maestrat, Ps Febrer Soriano 65, Benicarlo, 964/ 46.03.08 / **Asiste, S.L.**, Av De Valencia Nave 19, Castellon, 964/ 21.57.69 / **Vensat Reparaciones**, Cl Vinaros 24, Castellon, 964/ 20.57.12

CEUTA: Pedro A. Carcaño Lopez, Cl Urano (Local 7), Ceuta, 956/ 50.43.99

CIUDAD REAL: Tele-Nueva, Cl Campo 56, Tomelloso, 926/ 50.59.96 / **Electronica Arellano**, Cl Lorenzo Rivas 14, Alcazar De San Juan, 926/ 54.78.95 / **Lara Technitel**, Cl De La Jara 1, Ciudad Real, 926/ 21.17.87 / **Satelec**, Cl Libertad 13, Ciudad Real, 926/ 22.01.55 / **Climatec**, Cl Pozo 3 4º A, Puertollano, 652/ 79.03.60 / **Angel Rodero Bellow**, Cl Asturias 26, Tomelloso, 926/ 51.52.76 / **Electrodiaz S.L.**, Cl Buensuceso 10, Valdepeñas, 926/ 32.23.24

CORDOBA: Electronica Sales, Cl Andalucia 11, Aguilar Frontera, 957/ 66.09.04 / **Dueñas Ca l As Teodoro**, Cl Hermano Juan Fdez 15, Cordoba, 957/ 26.35.06 / **Cayro**, Cl Hermano Juan Fdez. 15, Cordoba, 957/ 26.35.06 / **Microm Electronica**, Av Aeropuerto 2, Cordoba, 957/ 23.02.22 / **Antonio Gonzalez Esquinas**, Cl Gral Primo Rivera 61, Peñarroya, 957/ 57.10.50 / **Serpriego S.L.**, Cl San Luis 4 Bjo. Izda., Priego De Cordoba, 957/ 54.15.11

GIRONA: Reparaciones Pilsa S.C., Cl J. Pascual I Prats 8, Gerona, 972/ 20.66.96 / **Feliu Canalias**, Cl Major 26, Campdevanol, 972/ 73.01.72 / **Riera Daviu**, Cl Torras Y Bages 19, Figueres, 972/ 50.32.64 / **Satel**, Ps De Barcelona 12, Olot, 972/ 26.55.19 / **New Meresa**, Cl Surera Bertran 23, Palafrugell, 972/ 30.44.54 / **Arbe Servei**, Av Pompeu Fabra 134, Palafrugell, 696/ 20.14.08

GRANADA: Servicosta, Pz Dr. Alvarez Riosol 1, Almuñecar, 958/ 63.11.43 / **Digimat Electronica**, Av Jose De Mora 16, Baza, 958/ 70-04-52 / **Electronica Wenceslao**, Cl Fontiveros 42, Granada, 958/ 81.16.16 / **Fermasa**, Cl Azorin 7, Granada, 958/ 25.64.77 / **Servigon**, Cl Hospital De La Virgen 22, Granada, 958/ 20.52.81 / **Electronica Vargun**, C/.Mozart L-2 Ed.Granate, Granada, 958/ 26.06.01

GUADALAJARA: Tecnicas Marvi S.L., Pz Capitan Boixareu 51, Guadalajara, 949/ 23.27.63 **Ferreteria Toledano**, Cl Ejercito 17 A, Guadalajara, 949/ 23.02.61

GUIPUZCOA: Teknibat Electronica, Cl Zezenbide 4, Eibar, 943/ 70.24.37 / **Estudios 3, C.B.**, Pz De Los Estudios 3, San Sebastian, 943/ 45.37.97 / **Reparaciones Urruti S.L.**, Ps Aintzieta 32, San Sebastian, 943/ 45.84.10

HUELVA: Abril Sanchez Valentin, Cl Cadiz 2, Cala, 959/ 10.60.41 / **Telejara**, Pol. Polirrosa Cl-A Nave-27, Huelva, 959/ 22.60.74 / **Telesonid Huelva, S.C.A.**, Cl Fco.Vazquez Limon 4, Huelva, 959/ 24.38.60 / **Airsext Huelva**, Ps De La Glorieta 6, Huelva, 959/ 22.88.13 / **Electro Sur**, Cl Alonso De Ercilla 23, Huelva, 959/ 29.06.15

JAEN: Electronica Gonzalez, Corredera San Bartolome 11, Andujar, 953/ 50.33.82 / **Electro Himega, S.A.**, Cl Adarves Bajos 4-C, Jaen, 953/ 24.22.56 / **Uniservic Electronica**, Cl Goya 1 Bjos, Ubeda, 953/ 75.14.19

LA CORUÑA: Ramsat, Av Finisterre 117-B, Cee, 981/ 74.74.61 / **Zener Electronica**, Cl Ronda De Monte Alto 15, La Coruña, 981/ 22.07.00 / **S.T. Mendez**, Cl Gil Vicente 13, La Coruña, 981/ 27.52.52 / **Bandin Audio**, Cl Rua Arcos Moldes 2 B-3, Rianxo, 981/ 86.60.23 / **Victor Perez Quintela**, Cl Entrerios 35, Santiago De Compostela, 981/ 58.43.92

LA RIOJA: Top Service, Cl Achutegui De Blas 17, Calahorra, 941/ 13.50.35 / **Electronica Musand**, Cl Rey Pastor 60-62, Logroño, 941/ 22.84.52 / **Aguado Sat**, Cl Velez De Guevara 26 Bajo, Logroño, 941/ 25.25.53

LEON: Prosat, Pz Doce Martires 5, Leon, 987/ 20.34.10 / **Tecnyser Electro**, Cl Relojero Losada 25, Leon, 987/ 22.77.87 / **Asist. Tecnica Marcos**, Cl Conde De Toreno 5, Leon, 987/ 20.01.01 / **Domespa Bierzo**, Cl Batalla De Lepanto 8, Ponferrada, 987/ 41.14.29

LERIDA: Satef, Cl Sant Pelegri 54, Tarrega, 973/ 50.08.48 / **Electronica Guirao**, Cl Sant Pere Claver 16 B-2, Tarrega, 973/ 50.02.34 / **Jordi Duro Fort**, Cl Industria 6 3º 3ª, Tremp, 973/ 65.25.15

LLEIDA: Ielsa Electronica, Cl Tarragona 15, Lleida, 973/ 24.71.27 / **Cristel**, Cl Vallcalent 32, Lleida, 973/ 27.08.26

LUGO: Televexo S.L., Cl Nosa Sra. Do Carmen 82, Burela, 982/58.18.57 / **Servicio Tecnico Pasfer**, Av Arcadio Pardiñas 77, Burela, 696/17.86.458 / **Electronica Penelo**, Cl Serra Gañidoira 63, Lugo, 982/ 21.47.43 / **Electronica Fouces**, Cl Benito Vicetto 34, Monforte De Lemos, 982/ 40.24.38

• ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

MADRID: Video Service Electronic, Cl Era Honda 9, Alcala De Henares, 91/ 880.27.87 / **Variosat, S.L.**, Cl Isla De Corcega 24, Alcobendas, 91/ 662.04.68 / **Ugenasa**, Cl La Canaleja 4, Alcorcon, 91/ 611.52.51 / **Electronica Barajas**, Pz Del Jubilado 8, Barajas, 91/ 305.48.90 / **Tec-Norte**, Cl Santiago Apostol 5, Collado Villalba, 91/851.63.47 / **Garman C.B.**, Cl Carlos Sole 38 Local, Madrid, 91/380.33.49 / **Electronica Garman, C.B.**, Cl Mandarina 15, Madrid, 91/ 368.01.79 / **Electronica Ansar**, Cl Tomasa Ruiz 4, Madrid, 91/ 460.47.45 / **Elbeservi, S.A.**, Cl Dr.R. Castroviejo 19, Madrid, 91/ 386.27.11 / **Cromadelta**, Cl Alfonso Xii 31, Mostoles, 91/ 664.16.41

MALAGA: Servisuel, Edif. La Union, Cm De Las Cañadas Lc 2, Fuengirola, 952/ 46.90.28 / **Climaire Plus**, Cl Guaro 4, Malaga, 95/ 234.50.36 / **Electronica Garcia Campoy**, Av Velazquez 5, Malaga, 952/ 32.00.77 / **Electronica Bg**, Cl Andalucia 2, San Pedro De Alcantara, 952/ 78.50.09 / **Video Taller, S.C.**, Edif. La Noria B Bjos-5, Torre Del Mar, 952/ 54.23.95

MELILLA: Sonitev, Cl Ejercito Español 3, Melilla, 952/ 68.30.80 / **MURCIA: Reg., C.B.**, Cl Ramon Y Cajal 27, Cartagena, 968/ 51.00.06 / **Caro Porlan Raimundo**, Cl Jose Mouliaa 45, Lorca, 968/ 46.18.11 / **J. Luis Haro Calvo**, Cl La Seda 8 Edif. Las Terrazas, Lorca, 968/ 47.18.79 / **Electroservicios Seba,C.B**, Cl Isaac Albeniz 4 Bjos, Murcia, 968/ 29.85.93 / **Visatel**, Cl Torre Alvarez S/N, Murcia, 968/24.16.47 / **Electro Servicios Plaza**, Cl Gomez Cortina 10, Murcia, 968/ 28.45.67 / **Angel Lopez Alcaraz**, Cl Sierra Del Espartal 6 (Edif. Ana), Murcia, 968/ 29.39.10 / **Rafael Gomez Yelo**, Ps Corbera 17, Murcia, 968/ 26.14.67

NAVARRA: A. T. Pamplona, Cl Julian Gayarre 1, Pamplona, 948/ 24.19.50 / **Unitec**, Cl Fuente Canonigos 5, Tudela, 948/ 82.74.34

ORENSE: Fernandez Gonzalez Jose, Av Buenos Aires 75 Bjos, Orense, 988/ 23.48.53 / **Antonio Rodriguez Alvarez**, Cl Cabeza De Manzaneda 7, Orense, 988/ 22.40.98

PALENCIA: Electronica Javier, Av Castilla 77, Palencia, 979/ 75.03.74 / **Multiservicio Palencia**, Cl Cardenal Cisneros 20, Palencia, 979/ 74.53.80

PAMPLONA: Electro Reparaciones 2000, Cl Monasterio Fitero 26, Pamplona, 948/ 26.79.12

PONTEVEDRA: Imason, Cl Loureiro Crespo 43, Pontevedra, 986/ 84.16.36 / **Central De Servicios**, Cl Asturias (Bajo) 10, Vigo, 986/ 37.47.45 / **Sial-Alvimo S.L.**, C/ C.Torrecedeira 92 Bjos, Vigo, 986/ 29.93.01 / **Electronica Cambados**, Cl Camilo Jose Cela 13, Vilagarcia Arousa, 986/ 50.83.27

SALAMANCA: Almat Electronica, Cl Galileo 21, Salamanca, 923/ 22.45.08 / **J. Daniel Martinez**, Cl Abraham Lacut 11-15, Salamanca, 923/ 19.16.10

SEGOVIA: Guijo S.T., Cl Teofilo Ayuso 2 Local, Segovia, 921/ 42.94.18

SEVILLA: Electro 93 S.L., Cl Melliza 1, Dos Hermanas, 95/ 472.37.16 / **Electronica Bersabe**, Pasaje Merinos 62 A, Ecija, 95/ 483.33.93 / **Electronica Guillen**, Cl La Cilla 70, Osuna, 954/ 81.12.96 / **Electronica Triana**, Cl Evangelista 69-71 L-25, Sevilla, 95/ 433.83.03 / **Telepal**, Cl Julio Verne 49, Sevilla, 95/ 464.95.80 / **Auvitel, S.L.**, Cl Virgen De Africa 20, Sevilla, 95/ 427.57.07 / **Luis Rivas Caldas**, Cl Febo 16, Sevilla, 95/ 451.73.55 / **Intersat Sevilla**, Cl Beethoven 5, Sevilla, 95/ 443.02.26 / **Frilar**, Pol. Indust. Navisa C/A 47, Sevilla, 95/ 492.14.44 / **Televideo Nervion**, Cl Juan Curiel 22, Sevilla, 95/ 458.10.66

SORIA: Teco, Cl Antolin De Soria 10, Soria, 975/ 22.61.25

TARRAGONA: Selecco S.L., Cl Calderon De La Barca 11, Amposta, 977/ 70.00.12 / **Mañe Grifolls**, Cl Jesus 21, Calafell, 977/ 69.04.39 / **Tecno Serveis Mora**, Cl Pau Picasso 1, Mora D'ebre, 977/ 40.08.83 / **Euro Tecnics Electronica**, Cl Lepanto 16-18, Reus, 977/ 32.24.89 / **Martorell Altes Francisco**, Cl Roseta Mauri 10, Reus, 977/ 75.32.41 / **Electronica Loguard**, Cl Vapor Vell 17, Reus, 977/ 32.38.04 / **Electronica S. Torres**, Cl Ernest Vilches 4-B L-2, Tarragona, 977/ 21.21.48 / **Sertecs, S.C.**, Cl Caputxins (Bajos) 22, Tarragona, 977/ 22.18.51 / **Electro Servei C.B.**, Ps Moreira 10, Tortosa, 977/ 51.04.42

TERUEL: Electronica Alcañiz S.L., Cl Carmen 21, Alcañiz, 979/ 87.07.94 / **Teleservicio Bajo Aragon**, Cl Romualdo Soler 4, Alcañiz, 978/ 87.08.10 / **Alejandro Hernandez**, Rb San Julian 59, Teruel, 978/ 60.85.51

TOLEDO: Electro Anaya, Cl Vertedera Alta 14, Consuegra, 925/ 48.09.81 / **Electronica Rivas**, Cl Barrio San Juan 1, Talavera La Reina, 925/ 80.55.46 / **Electronica Fe-Car, S.L.**, Av Santa Barbara 30, Toledo, 925/ 21.21.45 / **Electronica Jopal S.L.**, Av Santa Barbara S/N, Toledo, 925/ 25.04.42

VALENCIA: Envisa Electronic, S.L., Cl General Espartero 9, Alzira, 96/ 241.24.87 / **Tecno Hogar**, Cl Dos De Mayo 41, Gandia, 96/ 286.53.35 / **Electro Servis**, Cl Grupo San Valero 4-6, Sueca, 96/ 170.38.50 / **Frifonta**, Cl Actor Llorens 3, Valencia, 96/ 369.92.66 / **Servicios Electronicos**, Cl Doctor Oloriz 3, Valencia, 96/ 340.20.34 / **Antonio Monleon, S.L.**, Av De La Plata 91, Valencia, 96/ 334.55.87

VALLADOLID: Electronica Vitelson, Pz Del Mercado 9, Medina Del Campo, 983/ 80.43.56 / **Teleservicios**, Cl Esgueva 6, Valladolid, 983/ 30.92.61 / **Asist. Tecnica Marcos**, Cl Pio Del Rio Hortega 2-4, Valladolid, 983/ 29.78.66 / **Jesus Alburquerque**, Cl Vinos Ribera Del Duero 10, Valladolid, 983/ 24.62.26 / **Teodoro Negro Hernandez**, Glorieta Descubrimiento 4, Valladolid, 983/ 39.17.81

VIZCAYA: Servitele, Cl Autonomia 24 Galerias, Bilbao, 94/ 444.89.02 / **Negredo Martin Daniel**, Cl Padre Pernet 8, Bilbao, 94/ 411.22.82 / **Collantes Martin Onofre**, Cl Ortuño De Alango 7, Portugalete, 94/ 483.21.22

ZAMORA: R.T.V. Blanco, Cl Eduardo Julian Perez 9, Zamora, 980/ 51.14.41

ZARAGOZA: Cinca Monterde Antonio, Cl Via Universitas 52, Zaragoza, 976/ 31.69.65 / **Aragon Televideo, S.C.**, Cl Batalla Clavijo 18, Zaragoza, 976/ 32.97.12

SWITZERLAND - http://www.sharp.ch
Sharp Electronics AG, Langwiesenstrasse 7, CH-8108 Dällikon, +41 1 846 61 11

SWEDEN - http://www.sharp.se
Bild&Ljudservice, Roxviksgatan 8, 582 73 Linköping, 013-356250 / **Jönköping Antenn & TV Service**, Fridhemsvägen 20, 553 02 Jönköping, 036-161690 / **Tomi Elektronik**, Svandammsplan 2, 126 47 Hägersten, 08-186170 / **Tv Trim**, St Pauligatan 37, 416 90 Göteborg, 031-847200 / **Tv-berg**, Krusegatan 26, 212 25 Malmö, 040-188380

NORWAY
Service Eksperten, Trondheimsvn 436B, N-0962 Oslo, 22 90 19 30

ICELAND
Braedurnir Ormsson Ltd, PO box 8790, IS-128 Reykjavik, +354-5332800 / **Hjolmtaekni Ehf**, Skeifar, IS-108 Reykjavik, +354-5332150

DENMARK
Elektronik Centret, Literbuen 10A, DK2740 Skovlunde, 44 50 30 00

SUOMI
Oy Perkko, PL 40 Rälssintie 6, SF-00721 Helsinki, +35-8947805000 / **Theho Video Oy**, Niittyläntie 3, SF-0620 Helsinki, +35-891461500

D TECHNISCHE DATEN D

Stromversorgung		: 230 V, 50 Hz, Einphasenstrom
Sicherung/Sicherungsautomat		: Mindestens 10 A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle	: 1,25 kW
Leistungsabgabe:	Mikrowelle	: 800 W (IEC 60705)
Mikrowellenfrequenz		: 2450 MHz*(Gruppe 2/Klasse B)
Außenabmessungen		: 460 mm (B) x 275 mm (H) x 380 mm (T)
Garraumabmessungen		: 319 mm (B) x 211 mm (H) x 336 mm (T)**
Garrauminhalt		: 22 Liter**
Drehteller		: ø 272mm
Gewicht		: 12 kg
Garraumlampe		: 25 W/240-250 V

* Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen des europäischen Standards EN55011.
Das Produkt wird standardkonform als Gerät der Gruppe 2, Klasse B eingestuft.
Gruppe 2 bedeutet, dass das Gerät zweckbestimmt hochfrequente Energie in Form elektromagnetischer Strahlen zur Wärmebehandlung von Lebensmitteln erzeugt.
Gerät der Klasse B bedeutet, dass das Gerät für den Einsatz im häuslichen Bereich geeignet ist.

** Der Garrauminhalt wird aus der max. gemessenen Breite, Tiefe und Höhe errechnet. Die tatsächliche Aufnahmekapazität von Lebensmitteln ist jedoch geringer.

DIE TECHNISCHEN DATEN KÖNNEN JEDERZEIT OHNE ANGABE VON GRÜNDEN GEÄNDERT WERDEN, UM DEM TECHNISCHEN FORTSCHRITT RECHNUNG ZU TRAGEN.

F FICHE TECHNIQUE F

Tension d'alimentation		: 230 V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur de protection		: 10 A minimum
Consommation électrique:	Micro-ondes	: 1,25 kW
Puissance:	Micro-ondes	: 800 W (IEC 60705)
Fréquence des micro-ondes		: 2450 MHz*(Groupe 2/Classe B)
Dimensions extérieures		: 460 mm (W) x 275 mm (H) x 380 mm (D)
Dimensions intérieures		: 319 mm (W) x 211 mm (H) x 336 mm (D)**
Capacité		: 22 litres**
Plateau tournant		: ø 272mm
Poids		: 12 kg
Eclairage de four		: 25 W/240-250 V

* Ce produit répond aux exigences de la norme européenne EN55011.
Conformément à cette norme, ce produit est un équipement de groupe 2, classe B.
Groupe 2 signifie que cet équipement génère volontairement de l'énergie RF sous forme de rayonnement électromagnétique pour le traitement thermique d'aliments.
Classe B signifie que l'équipement est adapté à une utilisation domestique.

** La capacité intérieure est calculée en multipliant la largeur, la profondeur et la hauteur maximales. La contenance réelle pour les aliments est inférieure à celle-ci.

LES SPECIFICATIONS PEUVENT ETRE CHANGEES SANS PREAVIS LORS D'AMELIORATIONS APPORTEES A L'APPAREIL.

NL

TECHNISCHE GEGEVENS

NL

Wisselstroom		: 230 V, 50 Hz, enkele fase
Zekering/circuitonderbreker		: Minimum 10 A
Stroombenodigdheid:	Magnetron	: 1,25 kW
Uitvoermogen	Magnetron	: 800 W (IEC 60705)
Magnetronfrequentie		: 2450 MHz*(Groep 2/Klasse B)
Afmetingen buitenkant		: 460 mm (B) x 275 mm (H) x 380 mm (D)
Afmetingen binnenkant		: 319 mm (B) x 211 mm (H) x 336 mm (D)**
Ovencapaciteit		: 22 liter**
Draaitafel		: ø 272mm
Gewicht		: 12 kg
Ovenlampje		: 25 W/240-250 V

* Dit product voldoet aan de eisen van de Europese norm EN55011.
Volgens deze norm is dit product geclassificeerd als groep 2 klasse B apparatuur.
Groep 2 betekent dat het de bedoeling is dat dit apparaat radiofrequentie-energie genereert in de vorm van elektromagnetische straling voor het verhitten van voedsel.
Klasse B betekent dat het apparaat geschikt is voor huishoudelijk gebruik.

** De inhoud wordt berekend door het meten van de maximum breedte, hoogte en diepte van het apparaat. Het actuele inhoudsvermogen voor spijzen is geringer.

DOOR CONTINUE VERBETERINGEN KUNNEN SPECIFICATIES ZONDER AANKONDIGING VERANDEREN.

I

DATI TECNICI

I

Tensione di linea CA		: 230 V, 50 Hz, monofase
Fusibile linea distribuzione/interruttore automatico		: 10 A minimo
Tensione di alimentazione:	Microonde	: 1,25 kW
Potenza erogata:	Microonde	: 800 W (IEC 60705)
Frequenza microonde		: 2450 MHz*(Gruppo 2/Classe B)
Dimensioni esterne		: 460 mm (L) x 275 mm (A) x 380 mm (P)
Dimensioni cavità		: 319 mm (L) x 211 mm (A) x 336 mm (P)**
Capacità forno		: 22 litri**
Piatto rotante		: ø 272 mm
Peso		: 12 kg
Lampada forno		: 25 W/240-250 V

* Il Prodotto soddisfa i requisiti della norma europea EN55011.
In conformità a tale norma, questo prodotto è classificato come apparecchiatura appartenente al gruppo 2 classe B.
Gruppo 2 significa che l'apparecchiatura genera energia in frequenza radio sotto forma di radiazioni elettromagnetiche per il riscaldamento dei cibi.
Apparecchiatura di Classe B significa che l'apparecchiatura può essere utilizzata in ambienti domestici.

** La capacità interna è calcolata misurando la larghezza, profondità e altezza massima. Lo spazio a disposizione per gli alimenti è inferiore e dipende dagli accessori inseriti.

NEL QUADRO DELLA NOSTRA POLITICA DI MIGLIORAMENTO CONTINUO, LE SPECIFICHE TECNICHE POSSONO ESSERE MODIFICATE SENZA COMUNICAZIONE PREVENTIVA.

E

DATOS TÉCNICOS

E

Tensión de CA		: 230 V, 50 Hz, monofásica
Fusible/disyuntor de fase		: Mínimo 10 A
Requisitos potencia de CA:	Microondas	: 1,25 kW
Potencia de salida:	Microondas	: 800 W (IEC 60705)
Frecuencia microondas		: 2450 MHz*(Grupo 2/Clase B)
Dimensiones exteriores		: 460 mm (An) x 275 mm (Al) x 380 mm (P)
Dimensiones interiores		: 319 mm (An) x 211 mm (Al) x 336 mm (P)**
Capacidad del horno		: 22 litros**
Plato giratorio		: ø 272 mm
Peso		: 12 kg
Lámpara del horno		: 25 W/240-250 V

* Este Producto cumple el requisito de la norma europea EN55011.
De acuerdo con dicha norma, este producto está clasificado como equipamiento del grupo 2, clase B.
El grupo 2 significa que el equipamiento genera intencionadamente energía por radiofrecuencia en forma de radiación electromagnética para el tratamiento por calentamiento de alimentos.
La clase B significa que el equipamiento resulta adecuado para su uso en establecimientos domésticos.

** La capacidad interna se calcula midiendoa el máximo de ancho, alto y profundo. La capacidad de cabida de alimentos es menor.

LAS CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS PUEDEN CAMBIAR SIN PREVIO AVISO AL IR INTRODUCIÉNDOSE MEJORAS EN EL APARATO.

GB

SPECIFICATIONS

GB

AC Line Voltage		: 230 V, 50 Hz, single phase
Distribution line fuse/circuit breaker		: Minimum 10 A
AC Power required:	Microwave	: 1.25 kW
Output power:	Microwave	: 800 W (IEC 60705)
Microwave Frequency		: 2450 MHz*(Group 2/Class B)
Outside Dimensions		: 460 mm(W) x 275 mm(H) x 380 mm(D)
Cavity Dimensions		: 319 mm(W) x 211 mm(H) x 336 mm(D)**
Oven Capacity		: 22 litres**
Turntable		: ø 272 mm
Weight		: approx. 12 kg
Oven lamp		: 25 W/240-250 V

* This Product fulfils the requirement of the European standard EN55011.
In conformity with this standard, this product is classified as group 2 class B equipment.
Group 2 means that the equipment intentionally generates radio-frequency energy in the form of electromagnetic radiation for the heat treatment of food.
Class B equipment means that the equipment is suitable to be used in domestic establishments.

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

AS PART OF A POLICY OF CONTINUOUS IMPROVEMENT, WE RESERVE THE RIGHT TO ALTER DESIGN AND SPECIFICATIONS WITHOUT NOTICE.

SHARP

SHARP ELECTRONICS (Europe) GmbH
Sonninstraße 3, D-20097 Hamburg

TINSZA149WRRZ-H61

Gedruckt in Thailand
Imprimé au Thaïlande
Gedrukt in Thailand
Stampato in Tailandia
Impreso en Tailandia
Printed in Thailand