

# extra SPACE

Gebrauchsanweisung  
Instruction for use  
Mode d'emploi  
Gebruiksaanwijzing  
Istruzioni per l'uso



Brugsanvisning  
Bruksanvisning  
Käyttöohje  
Manual de Instruções  
Instrucciones para el uso



Οδηγίες χρήσης  
Instrukcje użytkowania  
Használati utasítás  
Инструкция за използване  
Інструкція з експлуатації



Návod k použití  
Návod na použitie  
Instrucțiuni de utilizare  
Инструкция по эксплуатации  
تعليمات وكيفية الاستعمال  
Қолдану бойынша нұсқаулық

[www.whirlpool.eu](http://www.whirlpool.eu)

# Whirlpool

SENSING THE DIFFERENCE

# INDEKS

---

## INSTALLASJON

- 3 Installasjon

## SIKKERHET

- 4 Viktige sikkerhetsinstruksjoner
- 5 Feilsøkingstabell
- 6 Forholdsregler

## TILBEHØR OG VEDLIKEHOLD

- 7 Tilbehør
- 8 Vedlikehold og rengjøring

## KONTROLLPANEL

- 9 Beskrivelse av kontrollpanel
- 10 Beskrivelse av skjermen

## GENERELL BRUK

- 11 Ventemodus
- 11 Startbeskyttelse / barnelås
- 11 Ta pause eller stoppe tilberedningen
- 11 Røri / snu mat
- 12 Clock (Klokke)

## KOKEFUNKSJONER

- 13 Jet Start (Hurtigstart)
- 14 Microwave (Mikrobølge)
- 17 Grill
- 18 Combi Microwave + Grill (Kombi mikrobølge + Grill)
- 19 Manual Defrost (Manuell tining) (tinemeny)
- 20 Automatic Defrost (Automatisk tining) (tinemeny)
- 21 Auto Cook Menu (Autotilberedningsmeny)
- 24 Silent Mode (Stillemodus)
- 25 Auto Clean (Autorengjøring)

## MILJØTIPS

- 26 Miljøtips
- 27 Tekniske spesifikasjoner

# INSTALLASJON

## -Før tilkøpling

Sett ovnen et stykke unna andre oppvarmingskilder. Det må være et åpent rom på minst 30 cm over ovnen for å sikre tilstrekkelig ventilasjon.

Mikrobølgeovnen må ikke settes i et skap. Denne ovnen er ikke beregnet brukt på en arbeidsbenk som er mindre enn 850 mm over gulvet.

Sjekk at spenningen på typeskiltet samsvarer med spenningen i hjemmet ditt.

Plasser ovnen på en stabil, jevn overflate som er sterk nok til å bære ovnen samt mat og tilberedningsredskaper som du legger inn i den. Bruk omtanke under håndtering.

Sørg for at området under, over og på sidene av ovnen er tomme for å gi forsvarlig luftstrømning.

Forsikre deg om at apparatet ikke er skadet. Se etter at ovnsdøren tetter godt mot dørkarmene og at den innvendige pakningen ikke er skadet. Tøm ovnen og rengjør den innvendig med en myk, fuktig klut.

Du må ikke bruke apparatet hvis strømkabelen eller støpselet er skadet, hvis det ikke fungerer som det skal, eller hvis det er blitt skadet eller har falt ned. Strømledningen og/eller støpslet må ikke senkes i vann. Hold kabelen borte fra varme overflater. Følges ikke disse forholdsreglene, risikeres brann og annen fare.

Ikke bruk en skjøteledning.

Hvis strømledningen er for kort kan du la en elektriker eller servicerepresentant installere en stikkontakt i nærheten av apparatet.

**ADVARSEL:** Feil bruk av jordet støpsel kan føre til elektrisk støt. Konsulter en kvalifisert elektriker eller installatør hvis du ikke forstår anvisningene om jording eller hvis du ikke er sikker på om mikrobølgeovnen er forsvarlig jordnet.

Fjern den beskyttende filmen fra kontrollpanelet og kabelbåndet fra strømledningen før mikrobølgeovnen brukes for første gang.

## -ETTER TILKOPLING

Ovnen virker bare når ovnsdøren er ordentlig lukket.

Radio- og TV-mottak kan forstyrres hvis ovnen står i nærheten av en TV, radio eller antenne.

Jording av dette apparatet er obligatorisk. Produsenten kan ikke påta seg noe ansvar for personskade eller skade på dyr eller eiendom dersom dette kravet ikke oppfylles.

Produsenten er ikke ansvarlig for problemer som skyldes at brukeren ikke følger disse anvisningene.

## VIKTIGE SIKKERHETSANVISNINGER

### LESES NØYE OG BEHOLDES FOR FREMTIDIG OPPSLAG

Hvis noe inni eller utenfor ovnen skulle ta fyr eller du ser røykutvikling, må du holde ovnsdøren lukket og slå ovnen av. Trekk støpslet ut av stikkontakten eller slå av strømmen ved sikringen.

Ikke la ovnen stå uten tilsyn når den er i gang, og spesielt ikke hvis maten varmes i papir, plast eller andre brennbare materialer. Papir kan forkulle eller brenne og noen plastmaterialer kan smelte hvis de brukes under oppvarming av matvarer.

**ADVARSEL:** Apparatet og dets tilgjengelige deler blir varme under bruk. Utvis forsiktig for å unngå berøring med varmeelementene på innsiden av ovnen.

Barn under 8 år må holdes unna med mindre de er under konstant tilsyn.

Mikrobølgeovnen er tilsiktet oppvarming av mat og drikke. Tørking av mat eller klær og oppvarming av varmeputer, tøfler, svamper, fuktige kluter og lignende kan medføre personskade, antennelse eller brann.

Dette apparatet kan brukes av barn fra og med 8 år og personer med reduserte fysiske-, sensoriske- eller mentale evner eller mangel på erfaring og kunnskap hvis de er under tilsyn eller har mottatt anvisning om bruk av apparatet på en sikker måte og forstår farene dette innebærer. Rengjøring og vedlikehold for bruker skal ikke gjøres av barn med mindre de er 8 år eller eldre og er under tilsyn. Barn må være under tilsyn for å sikre at de ikke leker med apparatet. Hold apparatet og strømledningen utilgjengelig for barn under 8 år.

**ADVARSEL:** Ikke bruk mikrobølgeovnen til oppvarming av noe som er i en forseglet beholder. Trykkøkningen kan få beholderen til å sprekke eller eksplodere og forårsake skade.

**ADVARSEL:** Dørpakningen og pakningsområdet må inspiseres regelmessig for å avdekke eventuell skade. Hvis pakningen eller området rundt den er skadet, må apparatet ikke brukes før det er blitt reparert av en kvalifisert tekniker. Ikke bruk mikrobølgeovnen til å koke eller varme opp hele egg, verken med eller uten skall, da de lett kan eksplodere, selv etter at oppvarmingen er avsluttet.

## VIKTIGE SIKKERHETSANVISNINGER

Apparatet er ikke beregnet på drift ved hjelp av et eksternt tidsur eller et separat fjernkontrollsystem.

Ikke la ovnen stå uten tilsyn hvis du bruker mye fett eller olje, fordi slike matvarer kan bli overopphetet og forårsake brann!

Ikke varm opp eller bruk antennerlige materialer i eller nær ovnen. Avgassene kan skape brannfare eller eksplosjon.

Mikrobølgeovnen må ikke brukes til å tørke klær, papir, urter, tre, blomster, frukt eller andre brennbare materialer. Dette kan føre til brann.

Ikke bruk etsende kjemikalier eller damper på apparatet. Denne ovnstypen er spesielt beregnet på å varme eller koke mat. Den er ikke beregnet på industriell bruk eller laboratoriebruk.

Ikke heng eller legg tunge gjenstander på døren. Dette kan skade ovnsdøren og hengslene. Dørhåndtaket må ikke brukes til å henge noe på.

---

## FEILSØKINGSGUIDE

Hvis ovnen ikke virker, vent med å ringe etter service til du har gjennomgått følgende sjekkliste:

- Støpselet er satt godt inn i stikkkontakten.
- Døren er skikkelig lukket.
- Kontroller sikringene og se om det er strøm i stikkkontakten.
- Kontroller at ovnen har tilstrekkelig ventilasjon.
- Vent i 10 minutter og prøv å bruke ovnen én gang til.
- Åpne og lukk døren før du forsøker på nytt.

Dette er for å unngå unødig tilkalling av en servicetekniker som du selv må betale for.

Når du ringer etter service, oppgi ovnens serienummer og typenummer (se serviceetiketten).

Nærmere informasjon finner du i garantiheftet.

Hvis det er nødvendig å bytte strømledningen, må den byttes med en original strømledning som er tilgjengelig fra vår serviceorganisasjon. Strømledningen skal kun skiftes av autorisert servicetekniker.

**ADVARSEL:** Service skal kun utføres av autorisert servicetekniker. Det er farlig for ufaglærte personer å utføre servicearbeider eller reparasjoner som innebærer å fjerne et deksel på denne ovnen. Dekslene beskytter mot mikrobølgeenergien.

Ikke fjern noe deksel.

## FORHOLDSREGLER

### - GENERELT

Dette apparatet er beregnet for bruk i husholdninger og på lignende steder som for eksempel:

- selvbetjente kjøkken for butikkansatte, på kontorer eller på andre arbeidsplasser;
- Gårder;
- Av kunder på hotell, motell og andre overnattingssteder;
- Bed & breakfast og i lignende omgivelser.

Ingen annen bruk er tillatt (f.eks. oppvarming av rom).

Apparatet må ikke brukes med mikrobølger dersom det ikke er mat i ovnen. Bruk av mikrobølger i en tom ovn kan skade apparatet.

Ovnens ventilasjonsåpninger må ikke tildekkes. Blokkering av ventiler for luftinntak og/eller utslipp kan skade ovnen og gi dårlig tilberedt mat.

Hvis du vil øve deg på å bruke ovnen, kan du sette et glass med vann i den. Vannet absorberer mikrobølgeenergien, og ovnen blir ikke skadet.

Ikke oppbevar eller bruk dette apparatet utendørs.

Ikke bruk dette apparatet nær en kjøkkenvask, i et våtrom eller i nærheten av et svømmebasseng eller lignende.

Ikke bruk ovnsrommet til oppbevaringsrom.

Klemmer eller lignende som inneholder metalltråder, må fjernes fra papir- og plastposer før de settes inn i ovnen.

Ikke bruk mikrobølgeovnen til frityrsteking, siden du ikke kan kontrollere temperaturen på oljen.

Bruk grytekluter eller lignende for å unngå forbrenning når du berører beholdere, ovnsdeler og pannen etter tilberedning.

### -VÆSKER

f.eks. drikkevarer eller vann. Væske kan overoppvarmes til over kokepunktet uten at du ser bobler. Dette kan føre til at den varme væsken plutselig koker over.

Muligheten for dette kan hindres ved å ta følgende trinn:

1. Ikke bruk beholdere med loddrette sider og innsnevret hals.
2. Rør i væsken før beholderen settes i ovnen.
3. La væsken stå i ovnen litt etter oppvarming og rør i den en gang til før du forsiktig tar beholderen ut av ovnen.

### - FORSIKTIG

Når du varmer barnemat i glass eller drikke i tåteflaske, bør du alltid sjekke temperaturen før servering. Dette sikrer at varmen blir jevnt fordelt og at risikoen for å bli skåldet og forbrent kan unngås.

Slå alltid opp i en kokebok for mikrobølgeovn for nærmere detaljer. Spesielt gjelder dette ved tilberedning eller oppvarming av mat som inneholder alkohol.

Sørg for at lokket og/eller smokken er fjernet før oppvarming!

# TILBEHØR

## GENERELT

Det finnes en mengde tilbehør tilgjengelig i markedet. Før du kjøper, må du forsikre deg om at tilbehøret egner seg for bruk i mikrobølgeovn.

Kontroller at redskapene du bruker er mikrobølgesikre, slik at de slipper mikrobølgene gjennom uten å bli varme.

Når du setter mat og tilbehør inn i mikrobølgeovnen, må du passe på at verken mat eller tilbehør kommer i kontakt med noen del av ovnen innvendig.

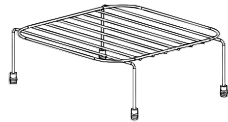
Dette er spesielt viktig når det gjelder tilbehør av metall eller metalleder.

Hvis metallisk tilbehør kommer i kontakt med ovnens innvendige flater under bruk, kan det oppstå gnister som kan skade ovnen.

Metallbeholdere skal ikke brukes til å tilberede mat og drikke i mikrobølgeovn.

TRÅDSTATIV (kun tilgjengelig på MWF421)

- Bruk grillrisen med funksjonene Grill & Combi Microwave + Grill (grill & kombi mikrobølge + grill).



## VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING

Hvis ovnen ikke holdes ren, kan det føre til nedbrytning av overflaten og dermed muligens redusert levetid og farlige situasjoner.

Ikke bruk metalliske skuresvamber, skurende rengjøringsmidler, stålull, grove vaskekluter osv. som kan skade kontrollpanelet og de innvendige og utvendige overflatene. Bruk en klut med et mildt vaskemiddel eller kjøkkenpapir med glassrens i sprayform. Sprut glassrensemidlet på et tørkepapir.

Bruk en myk og fuktig klut med et mildt vaskemiddel til å rengjøre de innvendige overflatene, innsiden og utsiden av døren og døråpningen.

Ikke bruk damprengjøringsapparater når du skal rengjøre mikrobølgeovnen.

Ovnen må rengjøres regelmessig slik at alle matrester blir fjernet.

Rengjøring er vanligvis det eneste vedlikeholdet som er nødvendig. Trekk støpslet ut av stikkontakten før rengjøring.

Ikke sprut direkte på ovnen.

Denne ovnen kan brukes uten dreieplaten på plass.

Pass på at eventuelt fett og matrester rundt døråpningen blir fjernet.

Dette produktet har en **AUTO CLEAN (AUTORENGJØRING)**-funksjon som gir enkel rengjøring av ovnsrommet. Se delen **AUTORENGJØRING** på side 25 for mer informasjon.

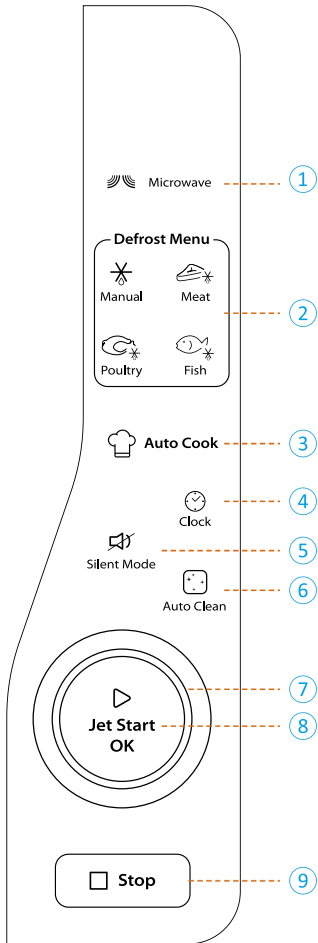
Det er ikke nødvendig å rengjøre grillelementet, fordi den intense heten brenner bort alt søl, men det er nødvendig å rengjøre overflaten innenfor. Dette gjøres med en myk og fuktig klut med et mildt vaskemiddel.

Hvis grillen ikke brukes regelmessig, må den kjøres i 10 minutter hver måned for å brenne bort eventuelt søl. Dermed reduseres risikoen for brann.

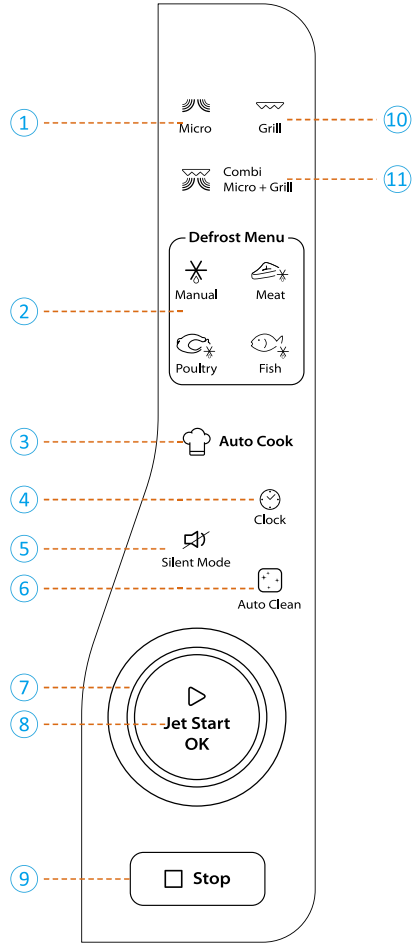


# BESKRIVELSE AV KONTROLLPANEL

## MWF420



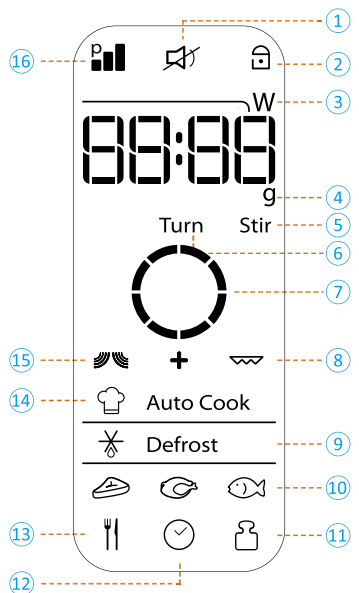
## MWF421



- ① Microwave (Mikrobølge)-knapp
- ② Defrost (Tinemeny)-knapper
- ③ Auto Cook (Autotilberedningsmeny)-knapp
- ④ Clock (Klokke)knapp
- ⑤ Silent Mode (Stillemodus)-knapp
- ⑥ Auto Clean (Autorengjørings)knapp

- ⑦ Bryteren
- ⑧ Ok/Jet start-knapp
- ⑨ Stop (Stopp)-knapp
- ⑩ Grill-knapp (disponível apenas no modelo MWF421)
- ⑪ Combi Microwave + Grill (Kombi mikrobølge + Grill)-knapp (disponível apenas no modelo MWF421)

## BESKRIVELSE AV SKJERMEN



- ① Ikon for Stillemodus
- ② Ikon for Startbeskyttelse/Barnelås
- ③ Mikrobølgeeffekt (watt)
- ④ Vekt (gram)
- ⑤ Stir (Røre)-indikasjon
- ⑥ Turn (Snu)-indikasjon
- ⑦ Animasjon for kjørende syklus
- ⑧ Grill-ikon\*
- ⑨ Defrost (Tine)-ikon
- ⑩ Ikoner for automatisk tining (kjøtt - fjærkre - fisk)
- ⑪ Vektvalg
- ⑫ Innstilling av klokke/valg av tid
- ⑬ Valg av oppskrift for automatisk tilberedning
- ⑭ Autotilberedningsmeny-ikon
- ⑮ Mikrobølge-ikon
- ⑯ Mikrobølgeeffekt

\* Dette ikonet er ikke tilgjengelig på noen modeller.

Sjekk kontrollpanelet for din mikrobølgeovn på den foregående siden.



## VENTEMODUS

---

Hvis mikrobølgeovnen ikke brukes på 6 minutter etter at den kobles til et strømuttak, går den automatisk inn i ventemodus.

Når produktet har gått inn i ventemodus, viser skjermen ikonet for Startbeskyttelse/Barnelås. Mikrobølgeovnen går automatisk inn i ventemodus når døren er lukket og produktet blir brukt på 6 minutter.

Du kan avslutte ventemodus ved å åpne døren.



## STARTSPERRE/BARNESIKRING

---

Denne automatiske sikkerhetsfunksjonen blir aktivert 6 minutter siste gang noe ble trykket på mikrobølgeovnen når produktet ikke er i bruk og døren er lukket.

Når Startbeskyttelse/Barnesikring er aktivert, vises ikonet som på skjermen, og det er ikke mulig å bruke kontrollpanelet. Åpne og lukke døren for å låse opp kontrollpanelet.



## TA PAUSE I ELLER STOPPE TILBEREDNINGEN

---

Ta pause i kokingen:

Du kan avbryte tilberedningen for å kontrollere, røre i eller snu maten ved å åpne døren. Innstillingen beholdes i 5 minutter.

Fortsette kokingen:

Lukk døren og trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen. Tilberedningen gjenopptas fra punktet det ble tatt pause.

Hvis du ikke ønsker å fortsette tilberedningen kan du:

Ta ut maten, lukke døren og trykke på Stop (Stopp)-knappen.

Når tilberedningen er ferdig:

Displayet viser teksten "Slutt". En lydsignal høres en gang i minuttet i 10 minutter. Dette er normalt for for å avkjøle produktet.

Avhening av produktmodellen kan kjølevifta eller lyset fortsatt være på.

Dersom ønskelig, er det mulig å trykke på stoppknappen for å avbryte lydsignalet og stoppe nedkjølingen. Vær oppmerksom på at dette ikke har noe negativ effekt på produktets funksjon.



## RØRE / SNU MAT

---

Avhengig av valgt funksjon kan det bli nødvendig å røre i / snu maten under kokingen. I disse tilfellene stopper ovnen og gir beskjed om den nødvendige handlingen.

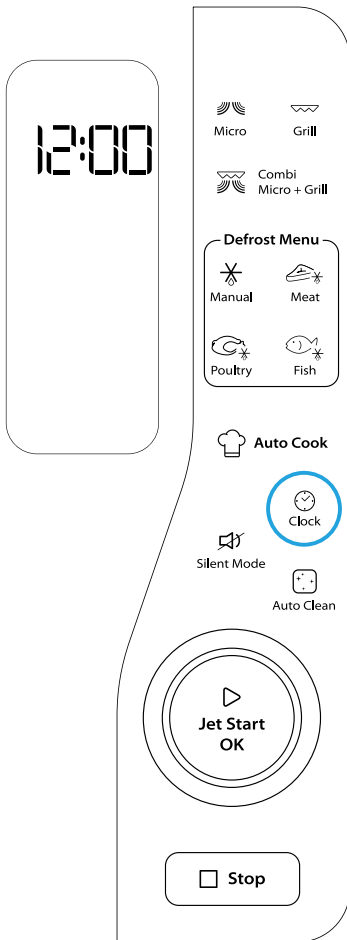
Når det behøves, må du:

- 1 Åpne døren.
- 2 Rør i eller snu maten (avhengig av nødvendig handling).
- 3 Lukk døren og start ovnen igjen ved å trykke på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.

Obs: Hvis døren ikke åpnes innen 2 minutter etter forespørselen om å røre i eller snu maten, fortsetter ovnen med tilberedningen (selv om det ferdige resultatet kanskje ikke blir optimalt i dette tilfellet).



## CLOCK (KLOKKE)



For å stille inn klokken på apparatet ditt:

- 1 Trykke på Clock button (klokkeknappen)
- 2 Drei på bryteren for å stille inn timene.
- 3 Trykke på Clock button (klokkeknappen)n igjen. Minuttene vil begynne og blinke.
- 4 Drei på bryteren for å stille inn minuttene.
- 5 Trykke på Clock button (klokkeknappen) igjen. Klokken er stilt.

Merk:

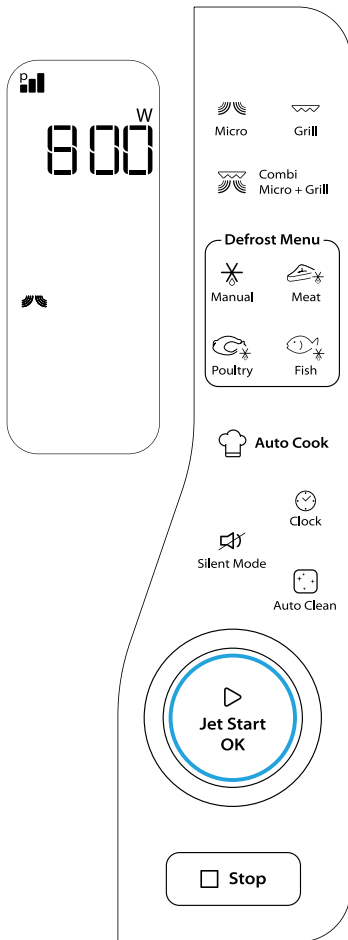
Når apparatet tilkobles for første gang (eller etter et strømbrudd), går produktet automatisk til klokkeinnstilling. Følg prosedyrene ovenfor fra trinn nr. 2.

### Tips og forslag:

- Hvis klokken ikke er stilt vil skjermen vise “:.”.
- Hvis du trykker på Stop (Stopp)-knappen under innstilling av klokken, eller hvis innstillingen ikke er fullført etter lang tid, vil ovnen avslutte innstillingsmodus og innstillingen vil bli ugyldig, skjermen vil vise “:.”.



## JET START (HURTIGSTART)



Denne funksjonen starter Microwave (mikrobølge)-funksjonen på maksimal effekt i 30 sekunder bare ved å trykke på Jet start (Hurtigstart)-knappen. Denne foreslås for rask oppvarming av matvarer med høyt vanninnhold, for eksempel klare supper, kaffe eller te.

① Trykk på jet start (Hurtigstart)-knappen.

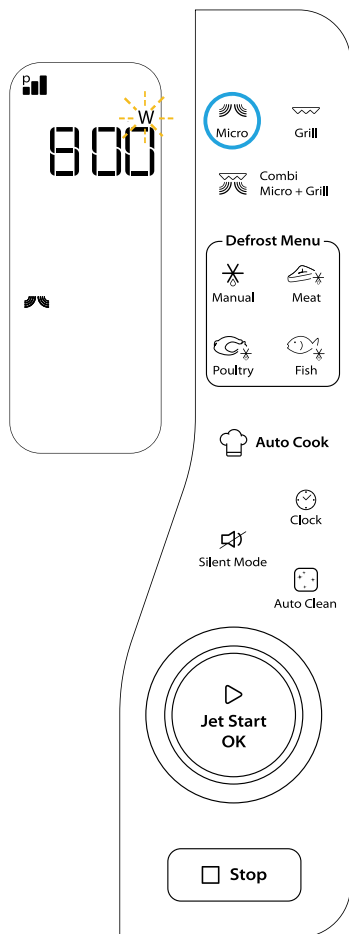
**Når du trykker Jet Start-knappen, vil mikrobølgeovnen gå med maksimal mikrobølgeeffekt (800 W) i 30 sekunder.**

### Tips og forslag:

- Det er mulig å endre effektnivået og varigheten selv etter at tilberedningsprosessen er startet. Trykk gjentatte ganger på Microwave (mikrobølge)-knappen for å justere effektnivået. Vri på bryteren eller trykk på Ok-/Jet Start (Hurtigstart)-knappen for å øke varigheten med 30 sekunder.

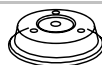


## MICROWAVE (MIKROBØLGE)



Funksjonen Microwave (mikrobølge) lar deg raskt tilberede eller varme opp mat og drikke.

Foreslått tilberedningstid:



Platedeksel  
(selges separat)

- 1 Trykk på Microwave (mikrobølge)-knappen. Det maksimale effektnivået (800W) vises på skjermen og watt-ikonene begynner å blinke.
- 2 Drei på bryteren for å justere effektverdien og trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen. Alternativt kan du justere effektverdien ved å trykke gjentatte ganger på Microwave (mikrobølge)-knappen og deretter trykke på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.
- 3 Skjermen viser standard tilberedningstid (30 sekunder). Drei på bryteren for å justere tilberedningstiden.
- 4 Trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen for å starte tilberedningssyklusen.

\*Bildet ovenfor gjelder kun for modell MWF421.

Du finner plasseringen av mikrobølgeknappen på din modell på side 9 "Beskrivelse av kontrollpanel".

### Tips og forslag:









- For å bruke Microwave funksjon (mikrobølgefunksjonen) med maksimal effekt er produktet ditt utstyrt med **Jet start (Hurtigstart)-funksjonen**. Du kan enkelt starte Microwave funksjon (mikrobølgefunksjonen) ved maksimal effekt ved å bare trykke på **Jet start (Hurtigstart)-knappen**. Hvert gjentatte trykk på **Jet start (Hurtigstart)-knappen** vil øke tilberedningstiden med 30 sekunder. Se delen **Jet start (Hurtigstart)-funksjon** på side 13 for mer informasjon.
- Det er mulig å endre effektnivået og varigheten selv etter at tilberedningsprosessen er startet. Trykk gjentatte ganger på Microwave (mikrobølge)-knappen for å justere effektnivået. Vri på bryteren eller trykk på Ok/Jet Start (Hurtigstart)-knappen for å øke varigheten med 30 sekunder.

## Valg av mikrobølgeeffekt







### FORESLÅTT BRUKSOMRÅDE

MIKROBØLGEEFFEKT	
90 W	Mykne iskrem og holde varmt.
160 W	Mykning av smør og ost.
350 W	Mer forsiktig tilberedning, småkoking av stuing og smelting av smør og sjokolade.
500 W	Tilberedning av kjøttsaus, oste- og eggeretter og for å gjøre ferdig gryteretter.
600 W	Tilberedning av retter og måltid på tallerken, ikke mulig å røre.
700 W	Tilberedning av fisk, grønnsaker og kjøtt.
800 W	Du kan bruke den til å varme opp drikke, vann, klare supper, kaffe, te eller andre matvarer med høyt vanninnhold. Hvis maten inneholder egg eller fløte, velg lavere effekt.

## Mikrobølge - Tilberedningsveileder

Type mat	Mengde	Effektnivå	Tid		Hviletid	Instruksjoner
			MWF420	MWF421		
 Kyllingfileter	400g	700W	6-6½minutter	6½-7minutter	3minutter	Anrett kyllingfileter i tynne lag på et mikrobølgesikkert fat.
 Bacon	4 skiver	800W	3-3½minutter		-	Anrett baconskiver separert på et baconfat eller mikrobølgesikkert fat.
 Grønnsaker (friske)	400g	700W	6-7minutter	5½-6½minutter	1minutter	Tilsett to spiseskjeer friskt vann før tilberedning. Rør etter halv tid under tilberedning.
 Grønnsaker (frosne)	400g	700W	7-8½minutter	6½-8minutter	1minutter	Tilsett to spiseskjeer friskt vann før tilberedning. Rør etter halv tid under tilberedning.
 Bakte potete	4	800W	21-23minutter	20-22minutter	5minutter	1 kg poteter av middels størrelse med skall (velg poteter av lik størrelse), stikk dem med en gaffel.
 Kjøtt skive	900g	700W	16-17minutter	16-17minutter	5minutter	Tilbered foretrukket oppskrift og ha blandingen i et mikrobølgesikkert fat, unngå lufttommer.
 Fisk (hel)	600g	700W	6½-7½minutter	5½-6½MINUTTER	3minutter	Stikk en gaffel i fiskeskinnet for å tillate utslipp av damp under tilberedning.
 Fiskefilet	400g	700W	6½-7½minutter		3minutter	Anrett fiskefileter i tynne lag på et mikrobølgesikkert fat.

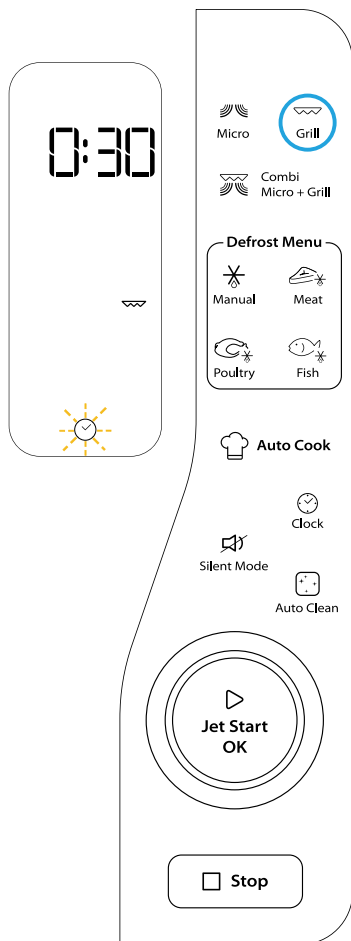
## Mikrobølge - Oppvarmingsveileder

Type mat	Mengde	Effektnivå	Tid		Hviletid	Instruksjoner
			MWF420	MWF421		
 Måltid på fat	400-450g	700-800W	4 $\frac{2}{3}$ -5minutter	4 $\frac{1}{2}$ -5minutter	1minutter	For del tykkere, mer kompakt mat mot utsiden av tallerkenen og tynnere eller mindre kompakt mat i midten for å oppnå best resultat.
 Blandet ris	350g	800W	5-5 $\frac{1}{2}$ minutter	4 $\frac{1}{2}$ -5minutter	1minutter	Ta den frosne maten ut fra pakken, og rør halvveis inn i tilberedningen.
 Drikkevarer	2 kopper	800W	3 $\frac{1}{4}$ -3 $\frac{3}{4}$ minutter	3 $\frac{1}{6}$ -3 $\frac{1}{2}$ minutter	-	Sett en metallskje i koppen for å forhindre at væsken blir for varm.
 Suppe	2 kopper	800W	4 $\frac{1}{2}$ -5 $\frac{1}{2}$ minutter	4-5minutter	3minutter	Dekk med film og etterlat et hull for å la dampen slippe ut under tilberedning. Rør etter tilberedning.
 Saus	2 kopper	500W	7-8 $\frac{1}{2}$ minutter	6 $\frac{1}{2}$ -8 $\frac{1}{2}$ minutter	3minutter	Dekk med film og etterlat et hull for å tilbered, varm opp fra romtemperatur. Rør etter tilberedning.
 Frosset lasagne	500g	600W	15-16minutter		1minutter	Bruk et mikrobølgesikkert og ovnssikkert fat.





## GRILL(disponível apenas no modelo MWF421)



Denne funksjonen bruker et kraftig element til å brune maten, noe som skaper en grill- eller gratinerings effekt. Grill-funksjonen lar deg brune mat som ostemørbrød, varme smørbrød, potetkroetter, pølser og grønnsaker.

Dedikert tilbehør:



Grillrist

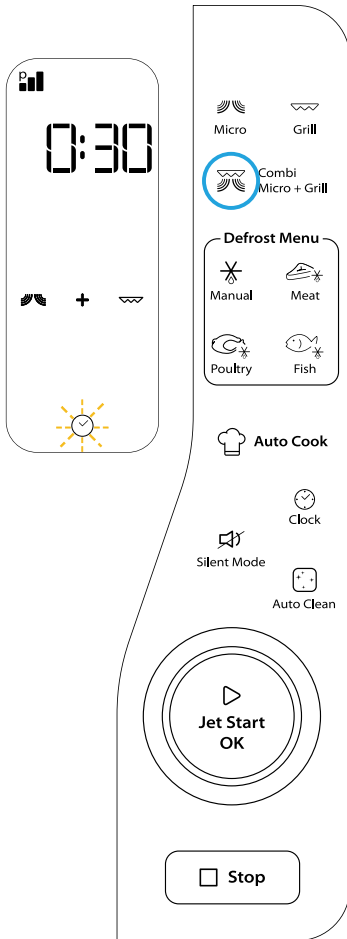
- 1 Trykk på Grill-knappen.
- 2 Drei på bryteren for å stille inn tilberedningstiden.
- 3 Trykk på Ok-/Jet start (Hurtigstart)-knappen for å starte tilberedningen.

### Tips og forslag:

- Sett mat som ost, toast, stek og pølser på trådhyllen.
- Sørg for at redskapene som brukes ved denne funksjonen, tåler varme.
- Ikke bruk plastredskaper når du griller. De smelter. Gjenstander av tre eller papir kan heller ikke brukes.
- Vær forsiktig, ikke berør overflaten innenfor grillelementet.
- Det er mulig å endre varigheten selv etter at tilberedningsprosessen er startet. Vri på bryteren eller trykk på Ok-/Jet Start (Hurtigstart)-knappen for å øke varigheten med 30 sekunder.



## COMBI MICROWAVE + GRILL (KOMBI MIKROBØLGE + GRILL) (disponível apenas no modelo MWF421)



Denne funksjonen kombinerer mikrobølger og varmeelement, noe som lar deg tilberede grateng på kortere tid.

Dedikert tilberedning:



Grillrist

- 1 Trykk på Combi (Kombi)-knappen.
- 2 Drei på bryteren for å stille inn tilberedningstiden.
- 3 Trykk på Ok-/Jet start (Hurtigstart)-knappen for å starte tilberedningen.

Etter at tilberedningen har startet:

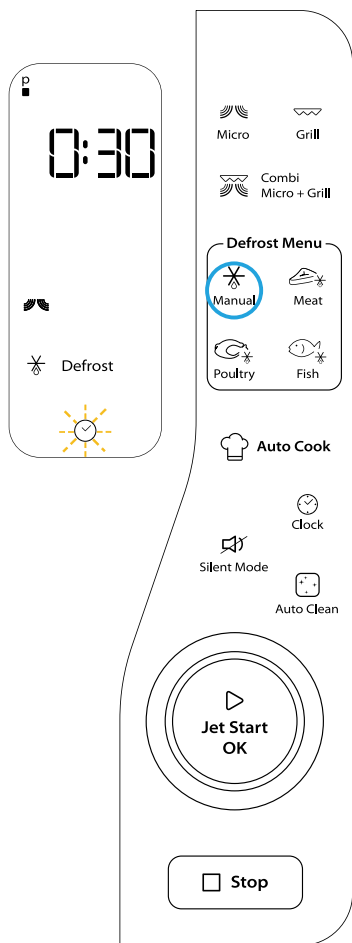
-for å øke eller minke tilberedningstiden: vri på bryteren eller trykk gjentatte ganger på Ok-/Jet start (Hurtigstart)-knappen.

### Tips og forslag:

- Sørg for at redskapene som brukes ved denne funksjonen, er mikrobølgesikre og tåler varme.
- Ikke bruk plastredskaper når du griller. De smelter. Gjenstander av tre eller papir kan heller ikke brukes.
- Vær forsiktig, ikke berør overflaten innenfor grillelementet.
- Det er mulig å endre varigheten selv etter at tilberedningsprosessen er startet.  
Vri på bryteren eller trykk på Ok-/Jet Start (Hurtigstart)-knappen for å øke varigheten med 30 sekunder.



## MANUAL DEFROST (MANUELL TINING) (TINEMENY)



Denne funksjonen lar deg tine mat raskt.

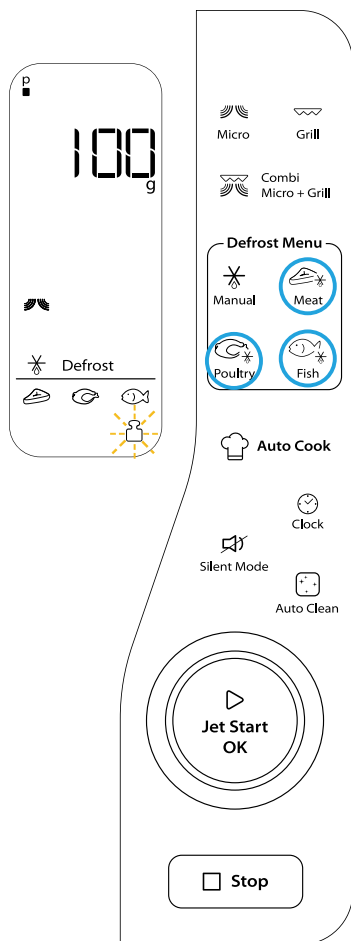
- 1 Trykk på knappen for Manual Defrost (manuell tining).
- 2 Drei på bryteren for å stille inn varighet for funksjonen.
- 3 Trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen. Funksjonen starter.

### Tips og forslag:

- Det oppnås best resultat ved å tine maten direkte på ovnsbunnen. Om nødvendig kan det brukes en lett plastbeholder som egner seg for mikrobølgeovn.
- Kokt mat, stuinger og kjøttsauser tiner raskere hvis du rører i dem i løpet av tiningen.
- Skill stykkene fra hverandre når de begynner å tine. Individuelle skiver tiner lettere.
- Snu større stykker midtveis i opptiningsprosessen.
- Når du tiner mat, er det best å la maten tine nesten helt og la hviletiden fullføre opptiningsprosessen.
- Det er mulig å endre varigheten selv etter at tilberedningsprosessen er startet. Vri på bryteren eller trykk på Ok-/Jet Start (Hurtigstart)-knappen for å øke varigheten med 30 sekunder.



## AUTOMATIC DEFROST (AUTOMATISK TINING) (TINEMENY)



Denne funksjonen lar deg tine mat raskt og automatisk. Bruk denne funksjonen til å tine kjøtt, fjærkre eller fisk.

- ① Trykk på en Auto Defrost (Auto tine)-knapp (kjøtt, fjærkre eller fisk) for å velge mattype (se tabellen nedenfor).
- ② Drei på bryteren for å angi vekten.
- ③ Trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen. Funksjonen starter. Funksjonens varighet vil bli beregnet automatisk på grunnlag av valgt mat og vekt.

Merk: etter en viss tid kan skjermen gi beskjed om at du må snu maten eller røre i den for bedre tining. Se kapitlet "Røre/snu mat" på side 11.

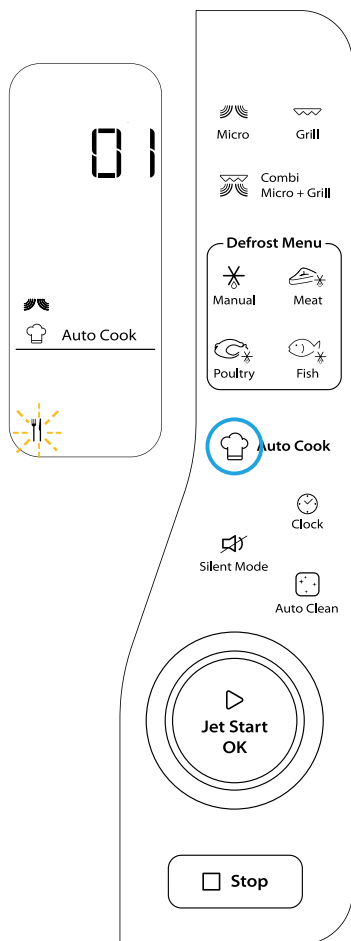
MATVARETYPE	VEKT	TIPS
Kjøtt	100-2000g	Kjøttdeig, Koteletter, biffer eller oksestek. La kjøttet stå i minst 5 minutter etter tilberedning for best resultat
Fjærkre	100-2000g	Hel kylling, i deler eller fileter. La stå i 5-10 minutter etter tilberedning
Fisk	100-2000g	Vent minst 5 minutter etter tilberedning av hel fisk, biff eller fileter

### Tips og forslag:

- Det oppnås best resultat ved å tine maten direkte på ovnsbunnen. Om nødvendig kan det brukes en lett plastbeholder som egner seg for mikrobølgeovn.
- For matvarer som ikke står oppført i tabellen nedenfor, eller hvis vekten er lavere eller høyere enn anbefalt vekt, bør du velge manuell tining (se side 19).
- Hvis maten er varmere enn dypfrost (-18 °C) temperatur, velg en lavere vekt for maten.
- Hvis maten er kaldere enn dypfrost (-18 °C) temperatur, velg en høyere vekt for maten.
- Skill stykkene fra hverandre når de begynner å tine. Individuelle skiver tiner lettere.
- Litt hviletid etter oppstillingen vil alltid gi bedre resultater fordi varmen da vil bli fordelt jevnt gjennom maten.




## MENY FOR AUTO COOK (AUTOMATISK TILBEREDNING)











Et utvalg av automatiske oppskrifter med forhåndsinnstilte verdier for optimale tilberedningsresultater.

- ① Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen).
- ② Vri dreiebryteren for å velge ønsket oppskrift (se tabellen nedenfor).
- ③ Trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen. Funk-sjonen starter.

Merk: etter en viss tid kan skjermen gi beskjed om at du må snu maten eller røre i den. Se kapitlet "Røre/snu mat" på side 11.

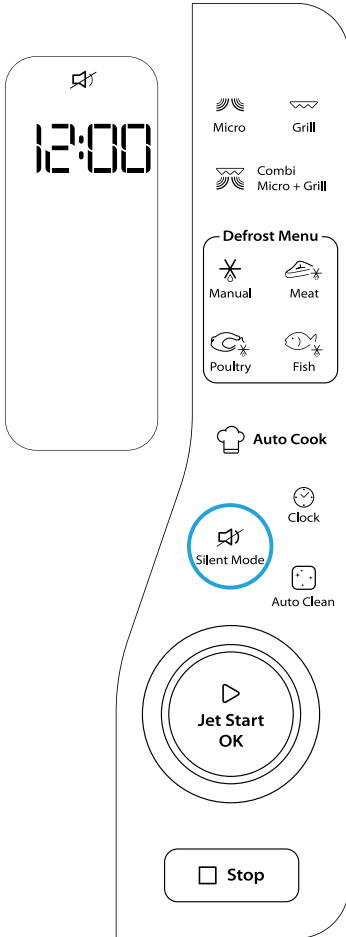
OPPSKRIFT	INGREDIENSER	PROSEDYRE	TILBEREDNINGSTID
 <p>Bolognese (4 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•300 g storfe kjøttdeig</li> <li>•340 g tomat saus</li> <li>•4 spiseskjeer olivenolje</li> <li>•½ teskje tørket basilikum</li> <li>•1 buljongterning</li> <li>•en klype salt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Løs opp buljongterningen i olivenoljen i en ildfast form med lokk.</li> <li>• Tilsett resten av ingrediensene og bland godt.</li> <li>• Dekk fatet med lokket.</li> <li>• Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) en gang for å velge oppskrift nummer 1, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>• Når skjermen gir beskjed, ta ut fatet fra mikrobølgeovnen og rør godt, sett deretter fatet inn i mikrobølgeovnen igjen.</li> <li>• Trykk på Ok-/Jet start (Hurtigstart)-knappen for å fortsette tilberedningssyklusen.</li> </ul>	14 min

OPPSKRIFT	INGREDIENSER	PROSEDYRE	TILBEREDNINGSTID
<p>②</p>  <p>Kjøttkake (4 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•800 g storfekjøttdeig</li> <li>•2 skiver brød</li> <li>•4 spiseskjeer tomatsaus</li> <li>•1 pisket egg</li> <li>•50g revet mozzarella</li> <li>•1 liten løk</li> <li>•8 hakkede grønne oliven</li> <li>•4 spiseskjeer Worcestershire-saus</li> <li>•2 spiseskjeer hakket persille</li> <li>•Hvitløk, oregano, salt og pepper</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Mal opp brød, løk, hvitløk og persille. Bland kjøttet med egg og urter.</li> <li>•Fyll blandingen i en smurt form, fyll også på kantene og sidene. Spre tomatsausen og osten jevnt over toppen.</li> <li>•Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 2, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> </ul>	17 min
<p>③</p>  <p>Laks med grønnsaker (4 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•800g laks skåret i skiver på 3 cm</li> <li>•150g cherrytomater, delt i to</li> <li>•100g brokkoli</li> <li>•100g blomkål</li> <li>•20g purre</li> <li>•2 spiseskjeer extra virgin olive oil</li> <li>•Saft av 1 sitron</li> <li>•Salt og pepper</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Legg laksen i en form som egner seg for mikrobølgeovn, ha på salt, pepper, olivenolje og sitronsaft.</li> <li>•Dekk til fatet og etterlat litt åpning for å la dampen slippe ut.</li> <li>•Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 3, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>•Når tilberedningssyklusen er slutt, fjern dekelet forsiktig slik at dampen skan slippe ut.</li> </ul>	15 min
<p>④</p>  <p>Kremet grønnsakssuppe (2 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•200g poteter, skåret i terninger</li> <li>•100g brokkoli</li> <li>•1 moden tomat, skåret i terninger</li> <li>•200 ml vann</li> <li>•Salt, pepper og revet parmesanost</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Ha alle ingrediensene unntatt osten i en form som kan brukes i mikrobølgeovn.</li> <li>•Dekk til fatet og etterlat litt åpning for å la dampen slippe ut.</li> <li>•Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 4, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>•Ved slutten av tilberedningssyklusen, bland alle ingrediensene i en blender og server varm med parmesanost på toppen.</li> </ul>	15 min
<p>⑤</p>  <p>Grønnsaker (2 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•350g av din favorittgrønnsak, skåret i små terninger</li> <li>•100 ml romtemperert vann</li> <li>•1 spiseskjeer olivenolje</li> <li>•1 teskje salt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Ha alle ingrediensene i en form som kan brukes i mikrobølgeovn og bland godt.</li> <li>•Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 5, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>•Når tilberedningssyklusen er slutt, bruk grytekluter for å ta ut fatet, vær oppmerksom på dampen.</li> <li>•Fjern hvitløken før servering (hvis ønskelig).</li> </ul>	9 min

OPPSKRIFT	INGREDIENSER	PROSEDYRE	TILBEREDNINGSTID
<p>⑥</p>  <p>Ovnsbakte poteter (4 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 kg poteter av midtstørrelse</li> <li>• 4 spiseskjeer smør</li> <li>• 100 g revet ost etter smak</li> <li>• Salt, pepper og ost til å strø på</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vask og tørk potetene og prikk dem med en gaffel.</li> <li>• Ha potetene i en form som kan brukes i mikrobølgeovn.</li> <li>• Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 6, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>• Når skjermen gir beskjed, snu potetene - vær forsiktig, potetene er varme.</li> <li>• Ved slutten av tilberedningssyklusen, la potene avkjøles og kutt dem deretter i to og fjern poteten fra skallet - legg skallet til side for senere.</li> <li>• Mos poteten og bland inn resten av ingrediensene.</li> <li>• Fyll potetskallene med blandingen, strø ost på toppen og plasser i mikrobølgeovnen i 5 minutt, til osten smelter.</li> </ul>	12 min
<p>⑦</p>  <p>Ris (2 porsjoner)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 kopp forkokt hvit ris (180g)</li> <li>• 3 kopper (540ml) romtemperert vann</li> <li>• 1 teskje salt</li> <li>• 1 spiseskjeer olivenolje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha alle ingrediensene i en form (omtrent 10 cm) som kan brukes i mikrobølgeovn.</li> <li>• Sett fatet i mikrobølgeovnen uten lokk.</li> <li>• Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 7, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>• Når tilberedningssyklusen er slutt, bruk gryteklut for å ta ut beholderen.</li> <li>• Hvis det er vann igjen i fatet, rør grundig og la det stå med lokk i 2 minutter før servering.</li> </ul>	18 min
<p>⑧</p>  <p>Popkorn (2 porsjoner)</p>	<p>Denne funksjonen passer for tilberedning av 100 g popkornpose.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plasser popkornpakken midt i ovnsrommet.</li> <li>• Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 8, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> </ul>	<p>2 min 30 s (MWF420)</p> <p>2 min 15 s (MWF421)</p>
<p>⑨</p>  <p>Bruschetta (2 porsjoner) (kun tilgjengelig på MWF421)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 skiver italiensk brød, omtrent 1,5 cm tykt</li> <li>• 30 ml extra virgin olivenolje</li> <li>• 10 cherrytomater, skrelt og skåret i terninger</li> <li>• 3 spiseskjeer hakket fersk basilikum</li> <li>• Salt, pepper og hvitløk</li> <li>• Mozzarella i terninger</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plasser brødkivene på trådhyllen</li> <li>• Trykk på Auto Cook button (autotilberedningsknappen) gjentatte ganger for å velge oppskrift nummer 9, trykk deretter på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>• Når skjermen gir beskjed, ta ut trådhyllen og snu brødet forsiktig - sett det deretter inn i mikrobølgeovnen igjen og trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen.</li> <li>• Krydre i mellomtiden tomatene med salt, svart pepper og olivenolje.</li> <li>• Ved slutten av tilberedningssyklusen, ta ut brødet av mikrobølgeovnen, gnu hvitløksbåtene på brødet, legg på tomat og basilikum og server umiddelbart med mozzarella skåret i terninger.</li> </ul>	8 min



## SILENT MODE (STILLEMODUS)



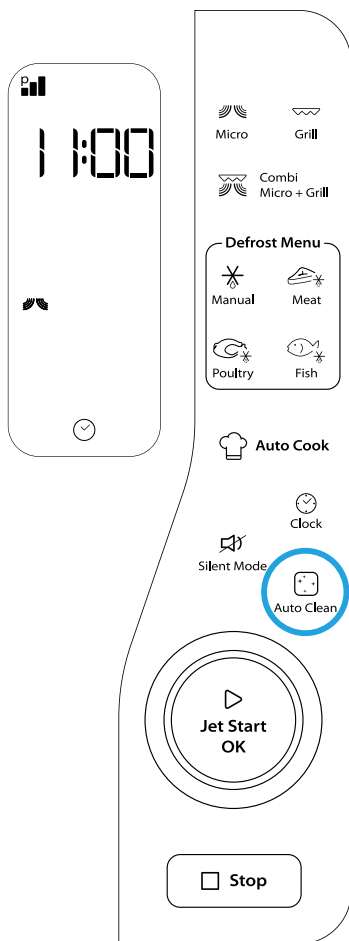
Denne funksjonen tillater deaktivering av alle lyder som apparatet avgir.

- 1 Trykk på Silent Mode (stillemodus)-knappen for å deaktivere alle lyder. For å gjenopprette lyder, trykk på Silent Mode (stillemodus)-knappen igjen.





## AUTO CLEAN (AUTORENGJØRING)



Denne automatitiske rengjøringscyklusen hjelper deg å rengjøre ovnsommet og fjerne ubehagelig lukt.

### FØR SYKLUSEN STARTES:

- 1 Hell 200 ml vann i en beholder (se våre anbefalinger i delen "Tips og forslag" nedenfor).
- 2 Plasser beholderen direkte i midten av ovnsbunnen.

### FOR Å STARTE SYKLUSEN:

- 1 Trykk på Auto Clean button (Autorengjøringsknappen), rengjøringscyklusen vises på skjermen.
- 2 Trykk på Ok/Jet start (Hurtigstart)-knappen for å starte funksjonen.

### NÅR SYKLUSEN ER FERDIG:

- 1 Trykk på Stop (Stopp)-knappen.
- 2 Vent i 3-5 minutter før døren åpnes.
- 3 Ta ut beholderen.
- 4 Bruk en myk klut eller papir med et mildt vaskemiddel til å rengjøre de innvendige overflatene.

### Tips og forslag:

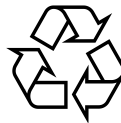
- For bedre rengjøringsresultat **anbefales det å bruke en beholder med diameter på 17-20cm og høyde under 6,5 cm.**
- Det anbefales å bruke en lett plastbeholder som egner seg for mikrobølgeovn.
- Det anbefales å bruke en grytevott eller -klut når man tar ut beholderen etter at rengjøringscyklusen er fullført fordi beholderen da vil være varm.
- Tilsett litt sitronsaft i vannet for bedre rengjøringsseffekt og for å fjerne ubehagelig lukt.
- Det er ikke nødvendig å rengjøre grillelementet, fordi den intense heten brenner bort alt søl, men det er nødvendig å rengjøre overflaten innenfor. Dette bør gjøres med en myk klut fuktet i mildt såpevann.
- Hvis grillen ikke brukes regelmessig, må den kjøres i 10 minutter hver måned for å brenne bort eventuelt søl. Dermed reduseres risikoen for brann.

## MILJØTIPS

Emballasjen kan resirkuleres som angitt med gjenvinningssymbolet. Følg lokale forskrifter om avhending.

Oppbevar potensielt farlig emballasje (plastposer, polystyren etc.) utilgjengelig for barn.

Dette apparatet er merket i henhold til EU-direktiv 2012/19/EU om kassert elektrisk og elektronisk utstyr (WEEE-direktivet). Ved å sørge for at dette produktet avhendes riktig, hjelper du til med å forhindre negative konsekvenser for miljøet og folkehelsen, som ellers kunne forårsakes av uriktig avhending av dette produktet.



Dette symbolet på produktet eller på dokumentene som følger med det, viser at dette apparatet ikke må behandles som husholdningsavfall. Derimot skal det leveres til et egnet innsamlingssted for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr.

Utrangering må utføres i samsvar med lokale miljøforskrifter for avhending av avfall.

Du får nærmere informasjon om behandling, tilbakeføring og resirkulering av dette produktet ved å ta kontakt med kommuneadministrasjonen, avfallsselskapet eller butikken hvor du kjøpte produktet.

Før du kasserer apparatet, klipp av strømledningen så apparatet ikke kan tilkobles strøm.



## I overensstemmelse med IEC 60705:2010 og IEC 60350-1:2011

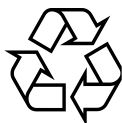
Den internasjonale elektrotekniske kommisjonen har utviklet en standard for å sammenlikne testing av oppvarmingsresultater i forskjellige mikrobølgeovner. Vi anbefaler følgende for denne ovnen:

TEST	MENGDEN	EFFEKTIVNIVÅ	OMTRENTLIG TID	
			MWF420	MWF421
Eggekrem (12.3.1)	750 g	800W	10 - 14.5 min	11 min
Sukkerbrød (12.3.1)	475 g	700W	6 - 9 min	
Kjøtt skive (12.3.3)	900 g	800W	14 min	15 - 16 min
Tining av kjøttdeig (12.3)	500 g	160W	10 - 12 min	12 - 13 min
Potetgrateng (12.3.4)	1100 g	Kombi grill	33 min	

TEST	FORVARMING	FUNKSJON	OMTRENTLIG TID
Toast (9.1)	-	Grill	6 min
Hamburger (9.2)	-	Grill	68 - 71 min

### TEKNISK SPESIFIKASJON

Databeskrivelse	MWF420	MWF421
Matespenning	220-230V~50 Hz	220-230V~50 Hz
Nominell inngangseffekt	1350 W	1350 W
Grill	N/A	950-1050 W
Ytre mål (H×B×D)	320 × 490 × 426	320 × 490 × 426
Indre mål (H×B×D)	214 × 320 × 329	214 × 320 × 329



B00007897

