

Amana[®]
**Microwave Oven
Owner's Manual &
Cooking Guide**

**F1320E
F1320W**

Attention:

Keep these instructions for future reference.
If microwave oven changes ownership, be sure
this manual accompanies microwave oven.

CONTENTS

TECHNICAL SPECIFICATIONS	2
PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY	3
IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS.....	4
INSTALLATION.....	5
OTHER HELPFUL INFORMATION.....	6
MODEL IDENTIFICATION.....	6
PRECAUTIONS	7
GETTING THE BEST RESULTS FROM YOUR MICROWAVE OVEN	7
SPECIAL TECHNIQUES IN MICROWAVE COOKING	8
HOW FOOD CHARACTERISTICS AFFECT MICROWAVE COOKING	8
COOKING UTENSILS	9
FEATURE DIAGRAM	10
CONTROL PANEL	10
OPERATING INSTRUCTIONS.....	11
SETTING CLOCK	11
TIMER	11
EASY COOK	11
TIME COOK	11
MULTI - STAGE TIME COOK	12
MICROWAVE POWER LEVELS	12
CHILD LOCK.....	12
AUTO COOK.....	13
AUTO COOK CHART	13
CONTROL SET-UP	14
FAVORITE RECIPE	15
MORE/LESS	15
AUTO DEFROST	16
MEAT	17
POULTRY	17
FISH.....	18
HEATING OR REHEATING GUIDE	19
FRESH VEGETABLE CHART	20
CLEANING	21
BEFORE CALLING FOR SERVICE.....	21
WARRANTY	22

TECHNICAL SPECIFICATIONS

MODEL	F1320E / F1320W
Power Supply	120 V AC, 60 Hz
Rated Power Consumption	1500 W
Microwave Output	*1000 W
Frequency	2450 MHz
Rated Current	13 A
Overall Dimensions(WxHxD)	217/8" x 125/8" x 163/4"
Oven Cavity Dimensions(WxHxD)	143/4" x 9" x 16"
Effective Capacity of Oven Cavity	1.3 Cu.ft.

*IEC 705 RATING STANDARD


Specifications subject to change without prior notice.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY

- (a) Do not attempt to operate this oven with the door open since open-door operation can result in harmful exposure to microwave energy. It is important not to defeat or tamper with the safety interlocks.
- (b) Do not place any object between the oven front face and the door or allow soil or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.
- (c) Do not operate the oven if it is damaged. It is particularly important that the oven door closes properly and that there is no damage to the:
 - (1) Door (bent),
 - (2) Hinges and latches (broken or loosened),
 - (3) Door seals and sealing surfaces.
- (d) The oven should not be adjusted or repaired by anyone except properly qualified service personnel.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

 **WARNING** - To reduce the risk of burns, electric shock, fire, injury to persons, or exposure to excessive microwave energy:

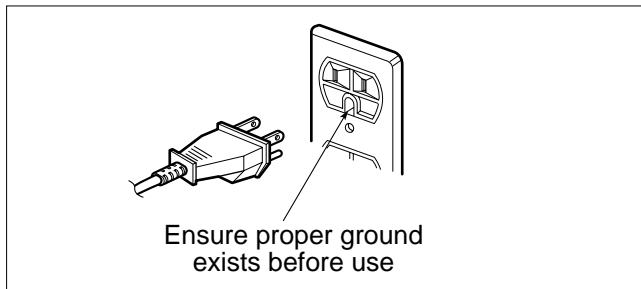
1. Read all instructions before using the appliance.
2. Read and follow the specific **PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY** found on page 3 of this manual.
3. This appliance must be grounded. Connect only to properly grounded outlet. See **GROUNDING INSTRUCTIONS** found on page 5 of this manual .
4. Install or locate this appliance only in accordance with the provided installation instructions.
5. Some products, such as whole eggs and sealed containers – for example, closed glass jars – may explode and should not be heated in this oven.
6. Use this appliance only for its intended use as described in the manual. Do not use corrosive chemicals or vapors in this appliance. This type of oven is specifically designed to heat, cook, or dry food. It is not designed for industrial or laboratory use.
7. As with any appliance, close supervision is necessary when used by children.
8. Do not operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, or if it has been damaged or dropped.
9. This appliance should be serviced only by qualified service personnel. Contact the nearest authorized service facility for examination, repair, or adjustment.
10. Do not cover or block any openings on the appliance.
11. Do not store this appliance outdoors. Do not use this product near water - for example, near a kitchen sink, in a wet basement, or near a swimming pool, and the like.
12. Do not immerse cord or plug in water.
13. Keep cord away from heated surfaces.
14. Do not let cord hang over the edge of a table or counter.
15. When cleaning surfaces of door and oven that comes together on closing the door, use only mild, non abrasive soaps or detergents applied with a sponge or soft cloth.
16. To reduce the risk of fire in the oven cavity:
 - a. Do not overcook food. Carefully attend appliance if paper, plastic, or other combustible materials are placed inside the oven to facilitate cooking.
 - b. Remove wire twist-ties from paper or plastic bags before placing bag in oven.
 - c. If materials inside the oven should ignite, **KEEP OVEN DOOR CLOSED**, turn oven off, and disconnect the power cord or shut off power at the fuse or circuit breaker panel.
 - d. Do not use the cavity for storage purposes. Do not leave paper products, cooking utensils, or food in the cavity when not in use.
17. Do not heat any type of baby bottles or baby food. Uneven heating may occur and could cause personal injury.
18. Avoid heating small-necked containers such as syrup bottles.
19. Avoid using corrosive and vapors, such as sulfide and chloride.
20. Liquids heated in certain shaped containers (especially cylindrical-shaped containers) may become overheated. The liquid may splash out with a loud noise during or after heating or when adding ingredients (instant coffee, etc.), resulting in harm to the oven and possible injury. In all containers, for best results, stir the liquid several times before heating. Always stir liquid several times between reheatings.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

INSTALLATION

A. GROUNDING INSTRUCTIONS

This appliance must be grounded. In the event of an electrical short circuit, grounding reduces the risk of electric shock by providing an escape wire for the electric current. This appliance is equipped with a cord having a grounding wire with a grounding plug. The plug must be plugged into an outlet that is properly installed and grounded.



⚠ WARNING

Improper grounding can result in a risk of electric shock. Consult a qualified electrician if the grounding instructions are not completely understood, or if doubt exists as to whether the appliance is properly grounded.

A short power-supply cord is provided to reduce the risks resulting from becoming entangled in or tripping over a long cord.

Extension cord:

If it is necessary to use an extension cord, use only a 3-wire extension cord that has a 3-blade grounding plug, and a 3-slot receptacle that will accept the plug on the appliance. The marked rating of the extension cord shall be equal to or greater than the electrical rating of the appliance.

Be careful not to drape the cord over the countertop or table where it can be pulled on by children or tripped over accidentally.

B. CIRCUITS

For safety purposes this oven must be plugged into a 15 or 20 Amp circuit. No other electrical appliances or lighting circuits should be on this line. If in doubt, consult a licensed electrician.

C. VOLTAGE

The voltage used at the wall receptacle must be the same as specified on the oven name plate located inside oven door. Use of a higher voltage is dangerous and may result in a fire or other type of accident causing oven damage. Low voltage will cause slow cooking. In case your microwave oven does not perform normally in spite of proper voltage, remove and reinsert the plug.

D. PLACEMENT OF THE OVEN

Your microwave oven can be placed easily in your kitchen, family room, or anywhere else in your home. Place the oven on a flat surface such as a kitchen countertop or a specially designed microwave oven cart. Do not place oven above a gas or electric range. Free air flow around the oven is important.

E. DO NOT BLOCK AIR VENTS

All air vents should be kept clear during cooking. If air vents are covered during oven operation the oven may overheat. In this case, a sensitive thermal safety device automatically turns the oven off. The oven will be inoperable until it has cooled sufficiently.

F. RADIO INTERFERENCE

1. Microwave oven operation may interfere with TV or radio reception.
2. When there is interference, it may be reduced or eliminated by taking the following measures:
 - a. Clean the door and the sealing surfaces of the oven.
 - b. Reorient the receiving antenna of radio or television.
 - c. Relocate the microwave oven in relation to the TV or radio.
 - d. Move the microwave oven away from the receiver.
 - e. Plug the microwave oven into a different outlet so that microwave oven and receiver are on different branch circuits.

OTHER HELPFUL INFORMATION

MODEL IDENTIFICATION

Complete enclosed registration card and promptly return. If registration card is missing, call Consumer Affairs Department at 1-800-843-0304 inside U.S.A. 319-622-5511 outside U.S.A. When contacting Amana, provide product information located on rating plate.

Record the following:

Model Number: _____

Manufacturing Number: _____

Serial or S/N Number: _____

Date of purchase: _____

Dealer's name and address: _____

PARTS AND ACCESSORIES

Purchase replacement parts and additional accessories (e.g., refrigerator shelves, dryer racks, or cooktop modules) over the phone.

To order accessories for your Amana product, call 1-800-843-0304 inside U.S.A. or 319-622-5511 outside U.S.A.

SERVICE

Keep a copy of sales receipt for future reference or in case warranty service is required.

Any questions or to locate an authorized servicer, call 1-800-NAT-LSVC (1-800-628-5782) inside U.S.A. 319-622-5511 outside U.S.A.

Warranty service must be performed by an authorized servicer. Amana, also recommends contacting an authorized servicer if service is required after warranty expires.

Asure™ EXTENDED SERVICE PLAN

Amana offers long-term service protection for this new oven.

Asure™ Extended Service Plan is specially designed to supplement Amana's strong warranty.

This plan covers parts, labor, and travel charges.

Call 1-800-528-2682 for information.

OTHER HELPFUL INFORMATION

PRECAUTIONS

- *Be certain to place the front surface of the door three inches away or more from the countertop edge to avoid accidental tipping of the appliance in normal usage.
- *For the most accurate programming of the electronic units, touch the center of each pad securely. Do not touch several pads at one time or touch between pads. A beep sound should be heard with each touch when a pad is touched correctly.
- *Do not hit or strike the control with objects such as silverware, utensils, etc. Breakage may occur.
- *Be careful when taking the cooking utensils out of the oven. Some dishes absorb heat from the cooked food and may be hot.
- *Do not rinse cooking utensils by immediately placing them into water just after cooking. This may cause breakage. Allow the turntable to cool.
- *Use only specific glass utensils. See cooking utensils section in this manual.
- *Do not operate the oven empty. Either food or water should always be in the oven during operation to absorb microwave energy.
- *Do not use your microwave oven to dry newspapers or clothes. They can catch fire.
- *Use only thermometers approved for microwave oven cooking.
- *Be certain the turntable is in place when you operate the oven.
- *Pierce the skin of potatoes, whole squash, apples, or any fruit or vegetable which has a skin covering before cooking.
- *Never use your microwave oven to cook eggs in the shell. Pressure can build up inside the shell, causing it to burst.
- *Do not pop popcorn, except in a microwave-safe container or commercial package designed especially for microwave ovens. Never try to pop popcorn in a paper bag not designed for microwave oven use. Overcooking may result in smoke and fire. Do not repop unpopped kernels. Do not reuse popcorn bags.

GETTING THE BEST RESULTS FROM YOUR MICROWAVE OVEN

Keep an eye on things. The instructions in this book have been formulated with great care, but your success in preparing food depends, of course, on how much attention you pay to the food as it cooks. Always watch your food while it cooks. Your microwave oven is equipped with a light that turns on automatically when the oven is in operation so that you can see inside and check the progress of your recipe. Directions given in recipes to elevate, stir, and the like should be thought of as the minimum steps recommended. If the food seems to be cooking unevenly, simply make the necessary adjustments you think appropriate to correct the problem.

Factors affecting cooking times. Many factors affect cooking times. The temperature of ingredients used in a recipe makes a big difference in cooking times. For example, a cake made with ice-cold butter, milk, and eggs will take considerably longer to bake than one made with ingredients that are at room temperature. All of the recipes in this book give a range of cooking times. In general, you will find that the food remains under-cooked at the lower end of the time range, and you may sometimes want to cook your food beyond the maximum time given, according to personal preference. The governing philosophy of this book is that it is best for a recipe to be conservative in giving cooking times. While undercooked food may always be cooked a bit more, overcooked food is ruined for good. Some of the recipes, particularly those for bread, cakes, and custard, recommend that food be removed from the oven when they are slightly undercooked. This is not a mistake. When allowed to stand, usually covered, these foods will continue to cook outside of the oven as the heat trapped within the outer portions of the foods gradually travels inward. If the foods are left in the oven until they are cooked all the way through, the outer portions will become overcooked or even burnt.

As you gain experience in using your microwave oven, you will become increasingly skillful in estimating both cooking and standing times for various foods.

OTHER HELPFUL INFORMATION

SPECIAL TECHNIQUES IN MICROWAVE COOKING

Browning: Meats and poultry that are cooked fifteen minutes or longer will brown lightly in their own fat. Foods that are cooked for a shorter period of time may be brushed with a browning sauce to achieve an appetizing color. The most commonly used browning sauces are Worcestershire sauce, soy sauce, and barbecue sauce. Since relatively small amounts of browning sauces are added to foods, the original flavor of recipes is not altered.

Covering: A cover traps heat and steam and causes food to cook more quickly. You may either use a lid or microwave cling-film with a corner folded back to prevent splitting.

Covering with waxed paper: Waxed paper effectively prevents spattering and helps food retain some heat. Since it makes a looser cover than a lid or cling-film, it allows the food to dry out slightly.

Wrapping in waxed paper or paper towel: Sandwiches and many other foods containing prebaked bread should be wrapped prior to microwaving to prevent drying out.

Arranging and spacing: Individual foods such as baked potatoes, small cakes, and hors d'oeuvres will heat more evenly if placed in the oven and equal distance apart, preferably in a circular pattern. Never stack foods on top of one another.

Stirring: Stirring is one of the most important of all microwaving techniques. In conventional cooking, foods are stirred for the purpose of blending. Microwaved foods, however, are stirred in order to spread and redistribute heat. Always stir from the outside towards the center as the outside food heats first.

Turning over: Large, tall foods such as roasts and whole chickens should be turned so that the top and bottom will cook evenly. It is also a good idea to turn cut-up chicken and chops.

Placing thicker portions near the edge: Since microwaves are attracted to the outside portion of foods, it makes sense to place thicker portions of meat, poultry and fish to the outer edge of the baking dish. This way, thicker portions will receive the most microwave energy and the foods will cook evenly.

Elevating: Thick or dense foods are often elevated so that microwaves can be absorbed by the underside and center of the foods.

Piercing: Foods enclosed in a shell, skin, or membrane are likely to burst in the oven unless they are pierced prior to cooking. Such foods include both yolks and whites of eggs, clams and oysters, and many whole vegetables and fruits.

Testing if cooked: Because foods cook so quickly in a microwave oven, it is necessary to test food frequently. Some foods are left in the microwave until completely cooked, but most foods, including meats and poultry, are removed from the oven while still slightly undercooked and allowed to finish cooking during standing time. The internal temperature of foods will rise between 5°F (3°C) and 15°F (8°C) during standing time.

Standing time: Foods are often allowed to stand for 3 to 10 minutes after being removed from the microwave oven. Usually the foods are covered during standing time to retain heat unless they are supposed to be dry in texture (some cakes and biscuits, for example). Standing allows foods to finish cooking and also helps flavors to blend and develop.

HOW FOOD CHARACTERISTICS AFFECT MICROWAVE COOKING

Density of foods: Light, porous food like cakes and breads cook more quickly than heavy, dense foods such as roasts and casseroles. You must take care when microwaving porous foods that the outer edges do not become dry and brittle.

Height of foods: The upper portion of tall foods, particularly roasts, will cook more quickly than the lower portion. Therefore, it is wise to turn tall foods during cooking, sometimes several times.

Moisture content of foods: Since the heat generated from microwaves tends to evaporate moisture, relatively dry foods such as roasts and some vegetables should either be sprinkled with water prior to cooking or covered to retain moisture.

Bone and fat content of foods: Bones conduct heat and fat cooks more quickly than meat. Therefore, care must be taken when cooking bony or fatty cuts of meat that the meats do not cook unevenly and do not become overcooked.

OTHER HELPFUL INFORMATION

NOTE: It is a common misconception that microwaves cook food from the inside out. This comes from heating filled pastries with a high sugar content, like jelly doughnuts. The pastry is cool but the filling is very hot! If you cook a chicken or a roast, you'll see the outside is cooked first.

Shape of foods: Microwaves penetrate only about 1 inch (2.5cm) into foods; the interior portion of thick foods is cooked as the heat generated on the outside travels inward. In other words, only the outer edge of any food is actually cooked by microwave energy; the rest is cooked by convection.

It follows then that the worst possible shape for a food that is to be microwaved is a thick cube. The corners will burn long before the center is even warm. Round, thin, and ring shaped foods cook most successfully in the microwave.

Quantity of foods: The number of microwaves in your oven remains constant regardless of how much food is being cooked. Therefore, the more food you place in the oven, the longer the cooking time. Remember to decrease cooking times by at least one-third when halving a recipe.

COOKING UTENSILS

MICROWAVE-SAFE UTENSILS

Never use metal or metal-trimmed utensils in your microwave oven: Microwaves cannot penetrate metal. They will bounce off any metal object in the oven and cause arcing, an alarming phenomenon that resembles lightning. Most heat-resistant non-metallic cooking utensils are safe for use in your microwave oven. However, some may contain materials that render them unsuitable as microwave cookware. If you have any doubts about a particular utensil, there is a simple way to find out if it can be used in your microwave oven.

Testing utensils for microwave use: Place the utensil in question next to a glass bowl filled with water in the microwave oven. Microwave at power HIGH for 1 minute. If the water heats up but the utensil remains cool to the touch, the utensil is microwave-safe. However, if the water does not change temperature but the utensil becomes warm, microwaves are being absorbed by the utensil and it is not safe for use in the microwave oven. You probably have many items on hand in your kitchen that can be used as cooking equipment in your microwave oven. Just read through the following checklist.

1. Dinner plates: Many kinds of dinner-ware are microwave-safe. If in doubt, consult the manufacturer's literature or perform the microwave test, above.

2. Glassware: Glassware that is heat-resistant is microwave-safe. This includes all brands of oven-tempered glass cookware. However, do not use delicate glassware, such as tumblers or wine glasses, as these might shatter as the food warms.

3. Paper: Paper plates and containers are convenient and safe to use in your microwave oven, provided the cooking time is short and foods to be cooked are low in fat and moisture. Paper towels are also very useful for wrapping foods and for lining baking trays in which greasy foods, such as bacon, are cooked. In general, avoid colored paper products as the color may run.

4. Plastic storage containers: These can be used to hold foods that are to be quickly reheated. However, they should not be used to hold foods that will need considerable time in the oven as hot foods will eventually warp or melt plastic containers.

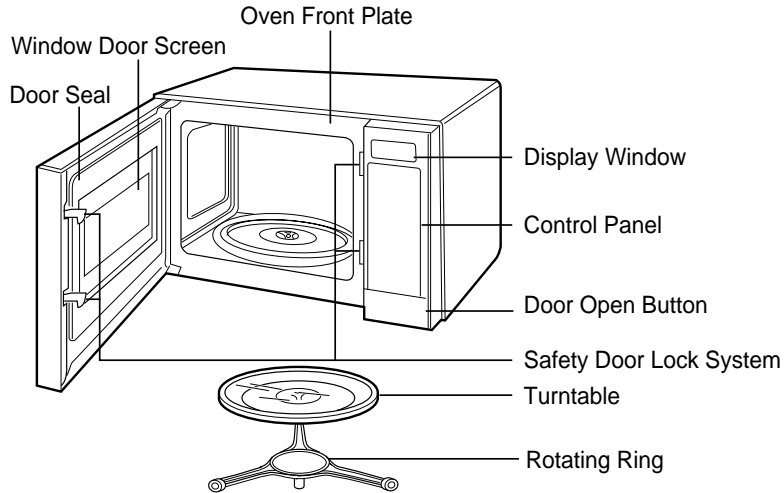
5. Plastic cooking bags: These are microwave-safe provided they are specially made for cooking. However, **be sure to make a slit in the bag** so that steam can escape. Never use ordinary plastic bags for cooking in your microwave oven, as they will melt and rupture.

6. Plastic microwave cookware: A variety of shapes and sizes of microwave cookware is available. For the most part, you can probably cook with items you already have on hand rather than investing in new kitchen equipment.

7. Pottery, stoneware, and ceramic: Containers made of these materials are usually fine for use in your microwave oven, but they should be tested to be sure.

⚠ CAUTION: SOME ITEMS ARE NOT INTENDED FOR MICROWAVE COOKING, INCLUDING SOME STONWARE AND ITEMS WITH HIGH IRON OR LEAD CONTENTS.

FEATURE DIAGRAM

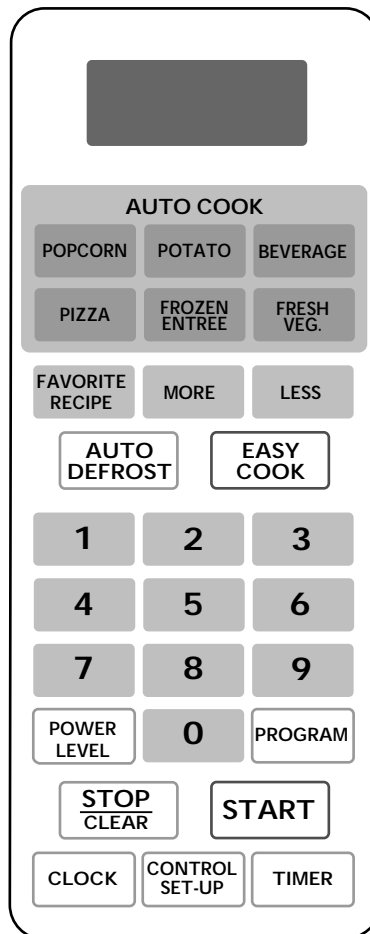


Your oven will be packed with the following materials:

- Glass Turntable 1 each
- Owner's Manual & Cooking Guide..... 1 each
- Rotating Ring..... 1 each

This microwave oven is designed for household use only. It is not recommended for commercial purposes and will void the warranty.

CONTROL PANEL



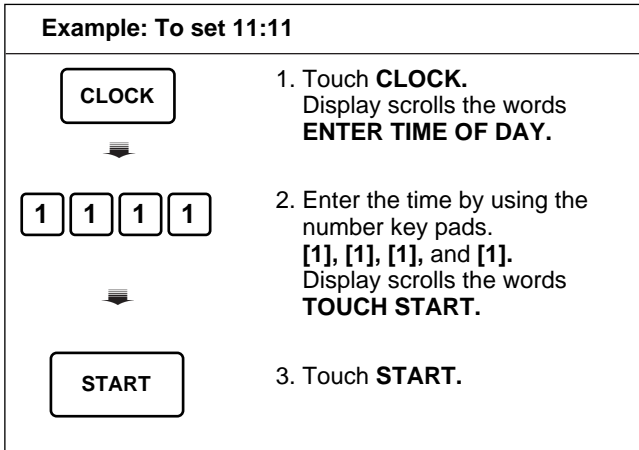
NOTE: A beep sounds when a pad on the control panel is touched, to indicate setting has been entered.

OPERATING INSTRUCTIONS

SETTING CLOCK

This is a 12 hour clock. When your oven is plugged in for the first time or when power resumes after a power interruption, the word **ENTER TIME OF DAY** in the display scrolls five times.

Example: To set 11:11

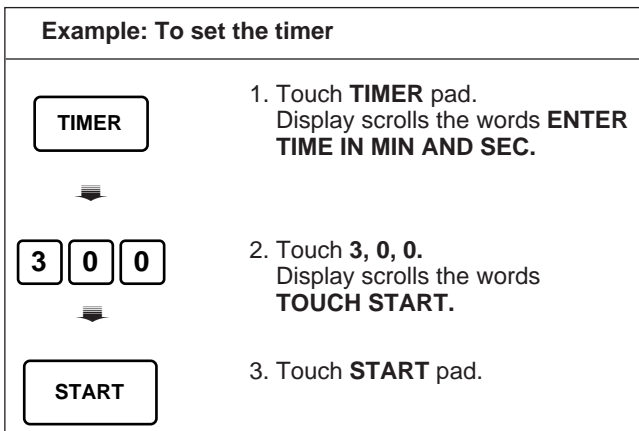


1. Touch **CLOCK**.
Display scrolls the words **ENTER TIME OF DAY**.
2. Enter the time by using the number key pads. **[1], [1], [1], and [1]**.
Display scrolls the words **TOUCH START**.
3. Touch **START**.

TIMER

You can use the **TIMER** of your oven for purposes other than food cooking.

Example: To set the timer



1. Touch **TIMER** pad.
Display scrolls the words **ENTER TIME IN MIN AND SEC**.
2. Touch **3, 0, 0**.
Display scrolls the words **TOUCH START**.
3. Touch **START** pad.

EASY COOK

A time-saving pad, this simplified control lets you quickly set and start microwave cooking without the need to touch **START**.

Example: To set EASY COOK for 2 minutes.

EASY COOK

Touch **EASY COOK** 4 times.
The oven begins cooking and display shows time counting down.

NOTE:

If you touch **EASY COOK**, it will add 30 seconds up to 3 minutes 30 seconds; after 3 minutes 30 seconds, every touch will add 1 minute up to 99 min 59 seconds.

TIME COOK

This function allows you to cook food for a desired time. And in order to give you the best results, there are 10 power level settings in addition to **HI-POWER** because many foods need slower cooking (at less than **HI-POWER**).

Example: To cook food on 80% Power (power8) for 5 minutes 30 seconds

5 3 0

1. Enter 5 minutes 30 seconds by touching **[5], [3], and [0]**. Display scrolls the words **TOUCH START OR POWER**.

POWER LEVEL

2. Touch **POWER LEVEL**.
Display scrolls the words **ENTER POWER LEVEL 1 TO 10**.

8

3. Touch **8**.
To select power level 80%.
Display scrolls the words **P-80 TOUCH START**.

START

4. Touch **START**.

When cooking is complete, two short tones and one long tone will sound. The word **END** shows in the display window. Then the oven shuts itself off.

NOTE :

If you do not select the power level, the oven will operate at power **HIGH**. To set **HI-POWER** cooking, skip steps 2 & 3 above.

OPERATING INSTRUCTIONS

MULTI-STAGE TIME COOK

For Multi-Stage cooking, touch PROGRAM and repeat Time Cook steps 1-3 on previous page before touching the START pad for additional Time and Power program you want to add.

Auto Defrost can be programmed before the first stage to defrost first and then cook.

MICROWAVE POWER LEVELS

Your microwave oven is equipped with eleven power levels to give you maximum flexibility and control over cooking. The table below will give you some idea of which foods are prepared at each of the various power levels.

MICROWAVE POWER LEVEL CHART

POWER LEVEL	USE
10 (HIGH)	*Boiling water. *Making candy. *Cooking poultry pieces, fish, & vegetables. *Cooking tender cuts of meat. *Whole poultry.
9	*Reheating rice, pasta, & vegetables.
8	*Reheating prepared foods quickly. *Reheating sandwiches.
7	*Cooking egg, milk and cheese dishes. *Cooking cakes, breads. *Melting chocolate.
6	*Cooking veal. *Cooking whole fish. *Cooking puddings and custard.
5	*Cooking ham, whole poultry, lamb. *Cooking rib roast, sirloin tip.
4	*Thawing meat, poultry and seafood.
3	*Cooking less tender cuts of meat. *Cooking pork chops, roast.
2	*Taking chill out of fruit. *Softening butter.
1	*Keeping casseroles and main dishes warm. *Softening butter and cream cheese.
0	*Standing time. *Independent.

CHILD LOCK

This is a unique safety feature that prevents unwanted oven operation such as used by children. Once the child lock is set, no cooking can take place. The Child Lock feature is also useful when cleaning the control panel. Child Lock prevents accidental programming when wiping the control panel.

To set the child lock



1. Touch **STOP / CLEAR**.



2. Touch and hold **0** until the word **LOCKED** appears in the display and two beeps are heard.

If the CHILD LOCK was already set and you touched another cooking pad, the word **LOCKED** shows in the display. Then you can cancel the child lock according to below procedure.

To cancel the child lock



Touch and hold **0** pad until the word **LOCKED** disappears in the display.

After the CHILD LOCK is turned off, the time of day will return to the display window. The oven will operate normally.

OPERATING INSTRUCTIONS

AUTO COOK


Auto Cook made easy! Your oven's menu has been preprogrammed to cook food automatically. Tell the oven what you want. Then let your microwave oven cook your selections.

Example: To cook popcorn (1.75 oz), simply follow the step below

*Place popcorn in the oven and close the door.

POPCORN

1. Touch **POPCORN**.
Display scrolls the words
1.75 OZ TOUCH 1
3.0 OZ TOUCH 2
3.5 OZ TOUCH 3.

 2.Touch 1.
The oven begins the cooking you selected without the need to touch START. Be sure to close the door before selecting categories.

1

AUTO COOK CHART

Key	Touch keypad	Serving size	Directions	Cover
POPCORN	1 Button 2 Button 3 Button	1.75 oz. 3.0 oz. 3.5 oz.	* Follow package instructions. * Use popcorn package which is made especially for microwave cooking. * Do not try to pop unpopped kernels. * Heat only 1 package at a time. * Do not leave the microwave oven unattended while popping popcorn.	None
POTATO	1 Button 2 Button 3 Button 4 Button	1 (8 oz.) 2 (16 oz.) 3 (24 oz.) 4 (32 oz.)	* Place in center of the oven on paper towel. * Pierce potato several times with fork. * After cooking, let stand for 5 minutes. * No cover.	None
BEVERAGE	1 Button 2 Button	1 cup (8 oz.) 2 cups (16 oz.)	* Use mug or microwave-safe cup. * Stir after reheating.	None
PIZZA	1 Button 2 Button 3 Button	1 slice (5 oz.) 2 slices (10 oz.) 3 slices (15 oz.)	* Place the refrigerated pizza on the plate in the center of the microwave oven.	None
FROZEN ENTREE	1 Time	10 oz.	* Follow the package instructions. * Example of one frozen entree is Lasagna with meat sauce, Chicken with Rice, and Sliced Turkey Breast with Rice and vegetable.	None
FRESH VEGETABLE	1 Button 2 Button 3 Button 4 Button	1 cup (8 oz.) 2 cups (16 oz.) 3 cups (24 oz.) 4 cups (32 oz.)	* Prepare vegetable (wash, cut-up vegetable into 1/2-inch slices or pieces). * Most vegetables need 2 minutes or 3 minutes standing time after cooking. 1 cup - Add 2 tablespoon water 2 cups - Add 1/4 cup water 3 cups - Add 1/3 cup water 4 cups - Add 1/2 cup water	Plastic wrap

OPERATING INSTRUCTIONS

CONTROL SET-UP

CONTROL SET-UP provides six modes which make using your microwave oven quite handy. You can select **SOUND ON/OFF**, **CLOCK ON/OFF**, **SCROLL SPEED**, **LBS/KG**, **LANGUAGE**, and **DEMO MODE**.

Example 1: To turn off Sound of beeper.

CONTROL SET-UP

1. Touch **CONTROL SET-UP**. Six modes show in the display repeatedly. You can set them according to your intention.

➡

1

2. Touch **1**. Display scrolls the words **SOUND ON TOUCH 1 OFF TOUCH 2**.

➡

2

3. Touch **2**. Display scrolls the words **SOUND OFF**. The current time will be displayed.

NOTE:
To turn sound back on, repeat steps 1-2. Then touch number 1.

Example 2: To select French.

CONTROL SET-UP

1. Touch **CONTROL SET-UP**. Six modes show in the display continuously. You can set them according to your intention.

➡

5

2. Touch **5**. Display scrolls the words **ENGLISH TOUCH 1 ESPANOL TOQUE 2 FRANC TOUCHE 3**.

➡

3

3. Touch **3**. Display scrolls the words **FRANC**. The current time will be displayed.

NOTE:
1. To select ENGLISH or FRENCH, repeat steps 1-3.
2. Once set, the window will display in the language chosen.

CONTROL SET-UP FUNCTION CHART

NO	FUNCTION	CHOICE
1	SOUND ON / OFF	Sound On or Sound Off
2	CLOCK ON / OFF	Clock On or Clock Off
3	SCROLL SPEED	Slow, Normal, or Fast
4	LBS / KG	Lbs or Kg
5	LANGUAGE	English, Spanish, or French
6	DEMO ON / OFF	Demo On or Demo Off

NOTE: When the power cord is first plugged in, the default setting are Sound ON, Clock ON, Normal Speed, LBS, English, and DEMO OFF.

OPERATING INSTRUCTIONS

FAVORITE RECIPE

This feature allows you to set and execute a frequently used single stage program. Once the cooking program is set, you can use it by pressing the **FAVORITE RECIPE**.

**Example: To set cooking program, 10 minutes
30 seconds at power level 80%.**

**FAVORITE
RECIPE**

1. Touch **FAVORITE RECIPE**.
Display scrolls the words
**TOUCH START OR ENTER
NEW TIME.**

1 0 3 0

2. Enter 10 minutes and 30
seconds.
Display scrolls the words
TOUCH START OR POWER.

**POWER
LEVEL**

3. Touch **POWER LEVEL**.
Display scrolls the words
**ENTER POWER LEVEL 1 TO
10.**

8

4. Touch **8**.
Display scrolls the words
P-80 TOUCH START.

START

5. Touch **START**.

MORE/LESS

By using the MORE or LESS keys, all of the **AUTO COOK, TIME COOK, EASY COOK and FAVORITE RECIPE** programs can be adjusted to cook food for a longer or shorter time. Pressing MORE will add 10 seconds to the cooking time each time you press it. Pressing LESS will subtract 10 seconds of cooking time each time you press it.

**Example: To adjust the one touch cook(popcorn)
cooking time for a longer time**

POPCORN

1. Touch **POPCORN**.
Display scrolls the words
**1.75 OZ TOUCH 1
3.0 OZ TOUCH 2
3.5 OZ TOUCH 3.**

1

2. Touch **1**.

MORE

3. Touch **MORE**.

NOTE:

Press the MORE or LESS pad
during time countdown.

NOTE:

- * If you do not select the power level, the oven will operate at power HIGH. To set HI-POWER cooking, skip steps 3 & 4.
- * The FAVORITE RECIPE will retain its program until you reset it.

OPERATING INSTRUCTIONS

AUTO DEFROST

Three defrost sequences are preset in the oven. The defrost feature provides you with the best defrosting method for frozen foods. The cooking guide will show you which defrost sequence is recommended for the food you are defrosting.

With the Auto Defrost feature, the oven automatically sets the defrosting time and power levels for you.

The oven automatically determines required defrosting times for each food item according to the weight you enter.

For added convenience, the Auto Defrost includes a built-in beep mechanism that reminds you to check, turn over, separate, or rearrange.

Three different defrosting levels are provided.

- 1 MEAT**
- 2 POULTRY**
- 3 FISH**

*You can select the category by touching the numeric key 1 (MEAT), numeric key 2 (POULTRY), and numeric key 3 (FISH) after touching the AUTO DEFROST pad.

*Available weight is 0.1~6.0 lbs(0.1~4.0 kgs).

Example: To defrost 1.2 lbs of ground beef.

AUTO
DEFROST

1. Touch **AUTO DEFROST**.
Display scrolls the words
MEAT TOUCH 1
POULTRY TOUCH 2
FISH TOUCH 3.

1

2. Touch **1**.
Display scrolls the words **ENTER WEIGHT**.

1

2

3. Enter the weight by touching
[1] and **[2]**.
Display scrolls the words
1.2 LBS TOUCH START

START

4. Touch **START**.
Defrosting starts.

NOTE:

When you touch the START pad, the display changes to defrost time count down. The oven will beep twice during the DEFROST cycle. At each beep, open the door and turn, separate, or rearrange the food.

Remove any portions that have thawed.

Return frozen portions to the oven and touch START to resume the defrost cycle. **The oven will not STOP during the BEEP unless the door is opened.**

*For best results, remove fish, shellfish, meat, and poultry from its original closed paper or plastic package (wrapper). Otherwise, the wrap will hold steam and juice close to the foods, which can cause the outer surface of the foods to cook.

*Place foods in a shallow glass baking dish or on a microwave roasting rack to catch drippings.

*Food should still be somewhat icy in the center when removed from the oven.

AUTO WEIGHT DEFROST SEQUENCE LIST

Sequence	Food
1 MEAT	<p>BEEF Ground beef, Round steak, Cubes for stew, Tenderloin steak, Pot roast, Rib roast, Rump roast, Chuck roast, Hamburger patty.</p> <p>LAMB Chop (1 inch thick), Rolled roast</p> <p>PORK Chop (1/2 inch thick), Hot dogs, Spareribs, Country-style ribs. Rolled roast, Sausage.</p> <p>VEAL Cutlets (1 lbs, 1/2 inch thick)</p>
POULTRY	<p>POULTRY Whole (under 4 lbs.), Cut up Breasts (boneless)</p> <p>CORNISH HENS Whole</p> <p>TURKEY Breast(under 6 lbs)</p>
3 FISH	<p>FISH Fillets, Whole Steaks</p> <p>SHELLFISH Crab meat, Lobster tails, Shrimp, Scallops</p>

OPERATING INSTRUCTIONS

⚠ CAUTION : Do not use aluminum foil during cooking cycle.

MEAT

1. No special techniques are required. The roast should be prepared and seasoned (if desired) as for any other conventional method. Meat should be thoroughly defrosted before cooking.
2. Place the meat on a microwave roasting rack or ovenproof plate and place on the turntable.
3. Cook according to the cooking chart (below), using the longer time for large meats and the shorter time for smaller meats. For thicker chops, use the longer time.
4. Turn the meat once halfway through the cooking time.
5. STAND for 5-10 minutes wrapped in foil after cooking. The standing time is very important as it completes the cooking process.
6. Ensure meat, especially pork, is thoroughly cooked before eating.

MEAT COOKING CHART

Cut	Microwave power	Cooking time per pound
BEEF		
Standing/Rolled Rib		
-Rare	8	8½~10½ minutes
-Medium	8	9~11 minutes
-Well-done	8	11~13½ minutes
Ground Beef (to brown for casserole)	HIGH	6~9 minutes
Hamburgers, Fresh or defrosted (4 oz. each)		
-2 patties	HIGH(100%)	2~4 minutes
-4 patties	HIGH(100%)	3~5 minutes
PORK		
Loin, Leg	8	12~16 minutes
Bacon		
-4 slices	HIGH	2~3 minutes
-6 slices	HIGH	3~4 minutes

NOTE:

The above times should be regarded only as a guide. Allow for difference in individual tastes and preferences. The times may vary due to the shape, cut, and composition of the meat.

POULTRY

1. No special techniques are required. The poultry should be prepared as for any other conventional method. Season if desired.
2. Poultry should be thoroughly defrosted, ensuring giblets and any metal clamps are removed.
3. Prick the skin and brush lightly with vegetable oil unless self-basting.
4. All poultry should be placed on a microwave roasting rack or a microwave-proof plate and placed on the turntable.
5. Cook according to the instructions in the cooking chart (below), turning the bird over halfway through the cooking time. Poultry, because of its shape, has a tendency to cook unevenly, especially in very bony parts. Turning the bird during roasting helps to cook these areas evenly.
6. STAND for 5-10 minutes wrapped in foil after cooking before carving. The standing time is very important, as it completes the cooking process.
7. Ensure poultry is thoroughly cooked before eating. Whole poultry is completely cooked when the juices run clear from the inside thigh when it is pierced with a sharp knife. Poultry portions should be pierced with a sharp knife through the thickest part to ensure that the juices are clear and the flesh is firm.

POULTRY COOKING CHART

Poultry	Microwave power	Cooking time per pound
CHICKEN		
Whole	8	10~14 minutes
Breast(boned)	8	9~13 minutes
Portions	8	10~16 minutes
TURKEY		
Whole	8	10~14 minutes

NOTE:

*The above times should be regarded only as a guide. Allow for difference in individual tastes and preferences. The times may vary due to the shape, cut, and composition of the food.

*If whole birds are stuffed, the weight of the stuffed bird should be used when calculating the cooking time.

OPERATING INSTRUCTIONS

FISH

1. Arrange fish in a large shallow non-metallic dish or casserole.
2. Cover with pierced microwave plastic film or casserole lid.
3. Place the dish on the turntable.
4. Cook according to the instructions in the cooking chart (below). Butter can be added to the fish if desired.
5. Let STAND as directed in the cooking chart before serving.
6. After standing time, check to see that the fish is thoroughly cooked. The fish should be opaque and flake easily.

FRESH FISH COOKING CHART

Fish	Microwave power	Cooking Time per pound	Butter	Standing Time
Fish Fillets	HIGH	4~7 minutes	Add 15~30 ml (1~2 tbsp.)	2~3 minutes
Whole Mackerel, Cleaned and Prepared	HIGH	4~7 minute	–	3~4 minutes
Whole Trout, Cleaned and Prepared	HIGH	5~8 minutes	–	3~4 minutes
Salmon Steaks	HIGH	5~7 minutes	Add 15~30 ml (1~2 tbsp.)	3~4 minutes

HEATING OR REHEATING GUIDE

To heat or reheat successfully in the microwave, it is important to follow several guidelines. Measure the amount of food in order to determine the time needed to reheat. Arrange the food in a circular pattern for best results. Room temperature food will heat faster than refrigerated food. Canned foods should be taken out of the can and placed in a microwavable container. The food will be heated more evenly if covered with a microwavable lid or plastic wrap, vented. Remove cover carefully to prevent steam burns. Use the following chart as a guide for reheating cooked food.

Items	Cook time (at HIGH)	Special Instructions
Sliced meat 3 slices (1/4-inch thick)	1~2 minutes	Place sliced meat on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent. Note: Gravy or sauce helps to keep meat juicy.
Chicken pies 1 breast 1 leg and thigh	2~3 1/2 minutes 1 1/2~3 minutes	Place chicken pieces on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.
Fish fillet (6~8 oz.)	2~4 minutes	Place fish on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.]
Lasagna 1 serving (10 1/2 oz.)	4~6 minutes	Place lasagna on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.
Casserole 1 cup 4 cups	1~3 1/2 minutes 5~8 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Casserole cream or cheese 1 cup 4 cups	1 1/2~3 minutes 3 1/2~5 1/2 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Sloppy Joe or Barbecued beef 1 sandwich (1/2 cup meat filling) without bun	1 ~2 1/2 minutes	Reheat filling and bun separately. Cook filling covered in microwavable casserole. Stir once. Heat bun as directed in chart below.
Mashed potatoes 1 cup 4 cups	1 1/2~3 minutes 5~8 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Baked beans 1 cup	1 1/2~3 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Ravioli or pasta in sauce 1 cup 4 cups	2 1/2~4 minutes 7 1/2~11 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Rice 1 cup 4 cups	1 1/2~3 1/2 minutes 4~6 1/2 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Sandwich roll or bun 1 roll	15~30 seconds	Wrap in paper towel and place on glass microwavable rack.
Vegetables 1 cup 4 cups	1 1/2~4 minutes 5~8 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.
Soup 1 serving(8 oz.)	1 1/2~2 1/2 minutes	COOK covered in microwavable casserole. Stir once halfway through cooking.

FRESH VEGETABLE CHART

Vegetable	Amount	Cook time at HIGH	Instructions	Standing Time
Artichokes (8oz. each)	2 medium 4 medium	5~8 10~13	Trim. Add 2 tsp water and 2 tsp juice. Cover.	2-3 minutes
Asparagus, Fresh, Spears	1lb.	3~7	Add 1/2 cup water. Cover.	2-3 minutes
Beans, Green & Wax	1 lb.	8~12	Add 1/2 cup water in 1- 1/2 qt. casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Beets, Fresh	1 lb.	14~18	Add 1/2 cup water in 1- 1/2 qt. covered casserole. Rearrange halfway through cooking.	2-3 minutes
Broccoli, Fresh, Spears	1lb.	5~9	Place broccoli in baking dish. Add 1/2 cup water.	2-3 minutes
Cabbage, Fresh, Chopped	1lb.	6~8	Add 1/2 cup water in 1- 1/2 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Carrots, Fresh, Sliced	2 cups	3~6	Add 1/4 cup water in 1 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Cauliflower, Fresh, Whole	1 lb.	7~11	Trim. Add 1/4 cup water in 1 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Fresh, Flowerettes Celery, Fresh, Sliced	2 cups 4 cups	3~5 7~9	Slice. Add 1/4 cup water in 1- qt. covered casserole. Stir halfway through cooking	2-3 minutes
Corn, Fresh	2 ears	5~9	Husk. Add 2 tbsp water in 1-1/2 qt. baking dish. Cover.	2-3 minutes
Mushrooms, Fresh, Sliced	1/2 lb.	2~3 1/2	Place mushrooms in 1-1/2 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Parsnips, Fresh, Sliced	1lb.	4~8	Add 1/2 cup water in 1-1/2 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Peas, Green, Fresh	4 cups	7~10	Add 1/2 cup water in 1-1/2 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Sweet Potatoes Whole Baking (6-8 oz. each)	2 medium 4 medium	5~10 7~13	Pierce potatoes several times with fork. Place on 2 paper towels. Turn over halfway through cooking.	2-3 minutes 2-3 minutes
White potatoes, Whole Baking (6-8 oz. each)	2 potatoes 4 potatoes	5~8 9~15	Pierce potatoes several times with fork. Place on 2 paper towels. Turn over halfway through cooking	2-3 minutes 2-3 minutes
Spinach, Fresh, Leaf	1lb.	5~8	Add 1/2 cup water in 2 qt. covered casserole.	2-3 minutes
Squash, Acorn or Butternut, Fresh	1 medium	7~9	Cut squash in half. Remove seeds. Place in 8x8-inch baking dish. Cover.	2-3 minutes
Zucchini, Fresh, Sliced	1lb.	5~8	Add 1/2 cup water in 1-1/2 qt. covered casserole. Stir halfway through cooking.	2-3 minutes
Zucchini, Fresh, Whole	1lb.	7~10	Pierce. Place on 2 paper towels. Turn zucchini over and rearrange halfway through cooking.	2-3 minutes

CLEANING

Before cleaning the oven, unplug the power supply cord of the oven. If impossible, open the oven door to prevent an accidental oven start.

INSIDE OF THE OVEN

Use a damp cloth to wipe out crumbs and spillovers. It is important to keep the area between door and cavity front clean to assure a tight seal. Remove greasy spatters with a sudsy cloth, then rinse and dry.

Do not use harsh detergent or abrasive cleaners.

GLASS TRAY

The glass tray can be washed by hand or in the dishwasher.

CONTROL PANEL

Wipe with a damp cloth followed immediately by a dry cloth. The Child Lock feature is also useful when cleaning the control panel. Child Lock prevents accidental programming when wiping the control panel.

DOOR

If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe the panel with a soft cloth.

This may occur when the microwave oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates a malfunction of the unit.

OUTSIDE OVEN SURFACE

Clean with damp cloth. To prevent damage to the operating parts inside the oven, the water should not be allowed to seep into the ventilation openings.

After cleaning the oven, be sure that the rotating ring and the glass tray are in the right position. Press the STOP/CLEAR pad twice to reset any accidental key setting.

BEFORE CALLING FOR SERVICE

Please check your problem by using the guide below and try the solutions for each problem. If the microwave oven still does not work properly, contact the nearest authorized service center.

OVEN WILL NOT START AT ALL

- *Electrical cord for oven is not plugged in.
 - Plug into the outlet.
- *Door is open.
 - Close the door, open, and try again.
- *Wrong operation is set.
 - Check operation instructions.

ARCING OR SPARKING

- *Materials to be avoided in microwave oven are used.
 - Use microwave-safe cookware only.
- *The oven is operated when empty.
 - Do not operate with oven empty.
- *Food refuse remains in the cavity or inside the cavity is uncleaned.
 - Clean cavity with wet towel.

UNEVEN COOKING OR POOR DEFROSTING

- *Materials to be avoided in microwave oven are used.
 - Use microwave-safe cookware only.
- *Cooking time/Cooking power level is not suitable.
 - Use correct time/Cooking power level.
- *Food is not turned or stirred.
 - Turn or stir food.

OVERCOOKED FOODS

- *Cooking time/Cooking power level is not suitable.
 - Use correct time/cooking power level when you cook the same food.
- * Use the LESS pad, and cook time will be decreased 10 seconds per one touch.

UNDERCOOKED FOODS

- *Materials to be avoided in microwave oven are used.
 - Use microwave-safe cookware only.
- *Food is not defrosted completely.
 - Completely defrost food.
- *Oven ventilation ports are restricted.
 - Check to see that oven ventilation ports are not restricted.
- *Cooking time/Cooking power level is not suitable.
 - Use correct time/Cooking power level when you cook the same food.
- * Use the MORE pad, and time will be increased 10 seconds per one touch.

ALL THESE THINGS ARE NORMAL

- *Dull thumping sound during oven operation.
- *Steam or vapor escaping from around the door.
- *Light reflection around door or outer wrapper.
- *Dimming oven light and change in blower sound during oven operation at power levels other than high.
- *Some radio and TV interference might occur during operations. It is similar to the interference caused by other small appliances such as mixers, blow dryer, etc.

WARRANTY

Amana[®] MICROWAVE OVEN **ONE YEAR WARRANTY ON ALL PARTS** **FIVE YEAR WARRANTY ON MAGNETRON TUBE**

FIRST YEAR

Amana Appliances will repair or replace, including related labor, any part (f.o.b. Amana, Iowa) which proves to be defective as to workmanship or materials, when carried into an authorized Amana servicer.

SECOND THRU FIFTH YEAR

Amana Appliances will repair or replace, including related labor, a magnetron tube, (f.o.b. Amana, Iowa), which proves defective as to workmanship or materials, when carried into an authorized Amana servicer.

OWNER'S RESPONSIBILITIES:

- Provide proof of purchase. (Sales Receipt)
- Provide normal care and maintenance, including cleaning as instructed in owner's manual.
- Replace owner replaceable items where directions appear in the Owner's Manual.
- Make product accessible for service.
- Pay for premium service costs for service outside servicer's normal business hours.
- Pay for service calls related to product installation and customer education.

ITEMS NOT COVERED:

- Normal product maintenance and cleaning.
- Lost or broken air filters.
- Light bulbs.
- Damages which occur in shipment.
- General rebuilding or refurbishing that is not a legitimate warranty repair.
- Failures caused by:
 - Unauthorized service.
 - Grease or other material buildup due to improper cleaning or maintenance.
 - Accidental or intentional damage.
 - Connection to an improper power supply.
 - Acts of God.
 - Operating an empty oven.
 - Use of improper pans, containers, or accessories that causes damage to the product.

WARRANTY LIMITATIONS:

- Begins at date of original purchase.
- Applies to product used for NORMAL food preparation.
- Applies to product used within the United States or in Canada if product has appropriate agency listing when shipped from the factory.
- Service must be performed by an authorized Amana servicer.

WARRANTY IS VOID IF:

- Serial plate is defaced.
- Product is altered by user.
- Product is not installed or used according to manufacturer's instructions.
- Product is used on a commercial, rental, or leased, basis.

IN NO EVENT SHALL AMANA APPLIANCES BE LIABLE FOR INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES*

* This warranty gives you specific legal rights and you may have others which vary from state to state. For example, some states do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages so this exclusion may not apply to you.

For answers to questions regarding the above or to locate an authorized Amana servicer, contact:

Amana Appliances
2800 220th Trail
PO Box 8901
Amana, Iowa 52204-0001
USA
1-800-843-0304 inside U.S.A.
1-319-622-5511 outside U.S.A.

TABLE DES MATIÈRES

SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES	2
PRÉCAUTIONS À PRENDRE POUR ÉVITER UNE EXPOSITION DANGEREUSE AUX MICRO-ONDES	3
MESURES DE PRÉVENTION IMPORTANTES.....	4
INSTALLATION	5
AUTRES RENSEIGNEMENTS UTILES	6
IDENTIFICATION DE MODÈLE	6
PRÉCAUTIONS.....	7
OBTENIR LES MEILLEURS RÉSULTATS DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES.....	7
TECHNIQUES SPÉCIALES DE CUISSON PAR MICRO-ONDES.....	8
COMMENT LES PROPRIÉTÉS DES ALIMENTS AFFECTENT LA CUISSON PAR MICRO-ONDES.....	8
USTENSILES DE CUISSON	9
NOMENCLATURE DES PIÈCES.....	10
PANNEAU DES COMMANDES.....	10
INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT	11
RÉGLAGE DE L'HORLOGE	11
MINUTERIE "TIMER"	11
CUISSON À MISE EN MARCHÉ SIMPLIFIÉE.....	11
CUISSON CHRONOMÉTRIQUE	11
CUISSON EN PLUSIEURS ETAPES.....	12
NIVEAUX DE PUISSANCE DU FOUR À MICRO-ONDES	12
VERROUILLAGE À L'ÉPREUVE DES ENFANTS.....	12
CUISSON AUTOMATIQUE / TABLEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE.....	13
CONFIGURATION DU SYSTÈME DE COMMANDE.....	14
RECETTE FAVORITE.....	15
FONCTION PLUS/MOINS	15
DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE PAR LE POIDS	16
TABLEAU DES LÉGUMES FRAIS.....	20
NETTOYAGE	21
AVANT DE PLACER UN APPEL DE SERVICE.....	21
GARANTIE	22

SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

MODEL	F1320E / F1320W
Puissance d'entrée	C.A 120V, 60Hz
Consommation de courant	1500W
Puissance de sortie	*1000W
Fréquence des micro-ondes	2450MHz
Ampérage	13 A
Dimensions extérieures (WxHxP)	217/8"X125/8"X163/4"
Dimensions intérieures (WxHxP)	143/4"X9"X16"
Capacité du four	1,3 pi cu

* NORMES 705 STANDARD DE LA IEC
Les spécifications peuvent changer sans préavis.

MESURES DE PRÉVENTION IMPORTANTES

PRÉCAUTIONS À PRENDRE POUR ÉVITER UNE EXPOSITION DANGEREUSE AUX MICRO-ONDES:

- (a) Ne pas tenter de faire fonctionner le four lorsque la porte est ouverte car en procédant ainsi, vous vous exposez aux micro-ondes. Ne pas essayer non plus de forcer ou d'enlever les loquets de sécurité du four.
- (b) Rien ne doit obstruer la fermeture de la porte du four. Voir aussi à ce qu'aucun reste d'aliments ou de nettoyant ne s'accumule sur les joints d'étanchéité de la porte.
- (c) Ne pas faire fonctionner le four si celui-ci est endommagé. Il est particulièrement important de fermer la porte du four correctement. Ne pas mettre le four en marche si:
 - (1) La porte est gauchie, déréglée ou déformée.
 - (2) Les charnières ou loquets de sûreté sont desserrés ou cassés.
 - (3) Les joints d'étanchéité de la porte sont endommagés.
- (d) Le four ne doit être réglé ou réparé que par un technicien spécialisé.

MESURES DE PRÉVENTION IMPORTANTES



AVERTISSEMENT

Afin de réduire les risques de brûlure, de choc électrique, d'incendie, de blessure corporelle, ou d'exposition prolongée aux micro-ondes, lisez ce que suit:

1. Veuillez lire toutes les instructions et mises en garde avant d'utiliser cet appareil.

2. Veuillez lire suivre les **MESURES DE PRÉVENTION SPÉCIFIQUES SE RAPPORANT À L'EXPOSITION EXCESSIVE AUX MICRO-ONDES** que vous trouverez à la page 3 de ce guide.

3. Vous devez effectuer la mise à la masse de cet appareil. Ne raccordez qu'à une prise avec mise à la masse adéquate. Référez-vous aux **INSTRUCTIONS DE MISE À LA MASSE** que vous trouverez à la page 5 de ce manuel.

4. Installez ou placez cet appareil selon les instructions d'installation incluses avec ce guide.

5. Certains aliments, tels que les oeufs entiers ou les contenants scellés-les pots refermés-peuvent exploser: vous ne devez pas les utiliser dans le four à micro-ondes.

6. N'utilisez cet appareil que pour l'usage auquel il est destiné, selon les indications de ce guide. N'utilisez pas de produits chimiques corrosifs ni autres produits pouvant causer des vapeurs nocives. Ce type de four n'a été conçu que pour cuire, réchauffer ou sécher les aliments. Il n'a pas été conçu à des fins industrielles ni de laboratoire.

7. Comme pour tout appareil électrique, les enfants qui utilisent ce four doivent être surveillés de près.

8. Ne faites pas fonctionner cet appareil si le cordon d'alimentation a été endommagé, si l'appareil ne fonctionne pas correctement ou s'il a été endommagé ou échappé.

9. Cet appareil ne devrait être réparé que par un technicien qualifié. Pour toute vérification, réparation ou ajustement, communiquez avec le centre de service autorisé le plus près de chez vous.

10 Ne recouvrez pas et ne bloquez pas les ouvertures de cet appareil.

11. N'entreposez pas cet appareil à l'extérieur. Ne l'utilisez pas près de l'eau-près d'un évier de cuisine, dans un sous-sol humide ni près d'une piscine, par exemple.

12. Ne mouillez pas le cordon d'alimentation.

13. Éloignez le cordon d'alimentation des sources de chaleur.

14. Ne laissez pas le cordon pendre sur les rebords d'une table ou d'un comptoir.

15. Lorsque vous nettoyez les surfaces du four et de la porte qui entrent en contact en se refermant, n'utilisez qu'un savon doux et non abrasif, que vous appliquerez avec une éponge ou un linge doux.

16. Afin de réduire les risques d'incendie dans la cavité du four:

a. Ne cuisez pas trop les aliments. Supervisez la cuisson de très près lorsque vous utilisez du papier, du plastique ou d'autres matériaux combustibles pour accélérer la cuisson.

b. Enlevez toutes les attaches des sacs de plastique ou de papier avant de placer ceux-ci dans le four.

c. Si les matériaux s'enflamment à l'intérieur du four, **GARDEZ LA PORTE DU FOUR FERMÉE**, mettez le four hors tension et débranchez le cordon d'alimentation de la prise de courant ou coupez le courant au niveau du disjoncteur ou du fusible.

d. Ne vous servez pas de la cavité du four pour ranger des objets. N'y laissez aucun papier, ustensiles de cuisson ni nourriture lorsque vous n'utilisez pas le four à micro-ondes.

17. Ne réchauffez pas les biberons ni la nourriture pour bébés car la distribution inégale des ondes pourrait leur causer des brûlures ou autres blessures.

18. Évitez de chauffer les bouteilles dont le goulot est petit, telles que les bouteilles de sirop.

19. Évitez de faire chauffer certains produits corrosifs tels que le sulfite ou le chlore.

20. Les liquides réchauffés dans des contenants de forme particulière (tels que la forme cylindrique) peuvent surchauffer dans le four. Le liquide peut sortir de son contenant avec un grand bruit pendant ou après la cuisson ou lorsque vous ajoutez des ingrédients tels que du café instantané, etc., ce qui pourrait vous blesser ou endommager le four.

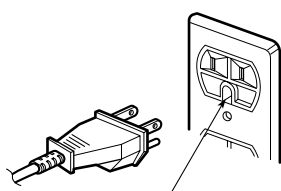
En ce qui concerne tous les contenants, nous vous conseillons de bien brasser le liquide plusieurs fois avant le réchauffage et plusieurs fois également entre les réchauffages.

SUAVEGARDEZ CES INSTRUCTIONS.

INSTALLATION

A. INSTRUCTIONS DE MISE À LA MASSE

Cet appareil doit être mis à la masse. S'il devait survenir un court-circuit, la prise de terre réduirait les risques de choc électrique en procurant au courant une trajectoire d'échappement. Cet appareil est muni d'un fil de mise à la masse dont la fiche possède une prise de terre. Cette fiche doit être branchée dans une prise de courant bien installée et adéquatement mise à la masse.



Assurez-vous que votre prise de courant soit bien mise à la masse avant d'utiliser l'appareil

⚠ AVERTISSEMENT

Une mauvaise prise de terre peut être la cause d'un choc électrique. Consultez un électricien certifié si vous ne comprenez pas parfaitement bien les instructions de mise à la masse ou si vous n'êtes pas entièrement certain(ne) que votre prise de courant soit mise à la masse.

Votre appareil possède un cordon court pour éviter qu'il ne s'emmêle ou que l'on pile dessus s'il est trop long.

Cordon d'extension

S'il est nécessaire d'utiliser un cordon d'extension, utilisez seulement le type à trois conducteurs, muni de trois fiches dont une sert à la mise à la masse. De plus, assurez-vous que votre prise de courant murale possède trois fentes pouvant accepter la fiche de l'appareil.

La capacité officielle du cordon d'extension devra être égale ou supérieure à la capacité électrique de l'appareil.

Vous devez acheminer les cordons plus longs sur les comptoirs ou les dessus de table de manière à ce que les enfants ne puissent pas tirer dessus ou que l'on ne puisse pas trébucher.

B. COURANT

Afin de répondre aux normes de sécurité, vous devez brancher ce four à micro-ondes dans un circuit de 15 ou 20 ampères. Vous ne devriez pas raccorder d'autres appareils électriques ou fixtures d'éclairage sur le même circuit que ce four. Si vous avez quelque hésitation que ce soit, consultez un électricien.

C. LA TENSION

La tension utilisée à la prise murale doit être la même que celle spécifiée sur la plaque signalétique du four se trouvant à l'intérieur de la porte.

L'utilisation d'une tension plus élevée peut s'avérer dangereuse et être à l'origine d'un incendie ou tout autre accident pouvant vous blesser ou endommager l'appareil. Une tension trop faible ralentira la cuisson. Si, malgré une tension adéquate, votre four ne fonctionne pas bien, retirez la prise et rebranchez-la.

D. EMPLACEMENT DU FOUR

Vous pouvez placer votre four à micro-ondes dans votre cuisine, salle familiale ou n'importe où dans votre maison. Déposez le four sur une surface plate, telle qu'un comptoir de cuisine ou un meuble spécialement conçu pour les fours à micro-ondes. N'installez pas le four au-dessus d'une cuisinière conventionnelle ni au gaz. Libérez l'espace autour du four de façon à ce que l'air circule librement.

E. N'OBSTRUEZ PAS LES FENTES D'AÉRATION

Libérez l'espace autour de toutes les fentes d'aération pendant la cuisson. Si vous les obstruez, le four peut surchauffer. Si cela se produit, un dispositif de sécurité thermo-sensible met automatiquement le four hors circuit. Vous ne pourrez pas utiliser le four jusqu'à ce qu'il se soit suffisamment refroidi.

F. INTERFÉRENCES RADIO

1. Il se peut que le fonctionnement du four à micro-ondes crée des interférences à la réception de la radio ou du téléviseur.
2. En présence d'interférences, vous pouvez les réduire ou les éliminer en prenant les mesures suivantes:
 - a. Nettoyez la porte et les surfaces scellantes du four.
 - b. Réorientez l'antenne de réception de la radio ou du téléviseur.
 - c. Déplacez le four à micro-ondes par rapport à la radio ou au téléviseur.
 - d. Éloignez le four de la radio ou du téléviseur.
 - e. Branchez le four à micro-ondes dans une prise différente de façon à ce que le four et le récepteur soient sur des circuits différents.

AUTRES RENSEIGNEMENTS UTILES

IDENTIFICATION DE MODÈLE

Veillez remplir et retourner sans délai la carte d'enregistrement incluse.

Si la carte d'enregistrement manque, communiquer avec le service aux consommateurs au 1-800-843-0304 aux É.-U. En dehors de É.-U., composez 319-622-5511.

Lors de communication avec Amana, veuillez fournir des renseignements concernant le produit, situés sur la plaque signalétique.

Inscrivez ce qui suit:

Numéro de modèle: _____

Numéro de fabrication: _____

Numéro de série ou S/N: _____

Date de l'achat: _____

Nom et adresse du marchand: _____

PIÈCES ET ACCESSOIRES

Achetez des pièces de remplacement et d'autres accessoires (ex.:étagères de réfrigérateur, paniers de sècheuse, ou modules de table de cuisson) par téléphone.

Pour commander des accessoires pour votre produit Amana, composez 1-800-843-0304 aux É.-U., ou 319-622-5511 hors des É.-U.

SERVICE

Gradez une copie du reçu de vente pour référence ultérieure ou dans les cas où le service sous garantie est requis. Toutes les questions ou demande d'adresse d'un service autorisé, composez.

1-800-NAT-LSVC (1-800-628-5782) aux É.-U., ou 319-622-5511 hors des É.-U.

Le service sous garantie doit être exécuté par un service autorisé.

Amana recommande aussi de contacter un service autorisé même si le service est requis après l'expiration de la garantie.

PROGRAMME DE SERVICE PROLONGÉ Asure^{MC}

Amana offre une protection par l'entremise d'un service prolongé pour ce nouveau four.

Le programme de service prolongé Asure^{MC} est spécialement conçu pour suppléer à la garantie élaborée d'Amana.

Le programme couvre les pièces, la main-d'oeuvre et les frais de déplacement.

Composez 1-800-528-2682 pour des renseignements.

OTHER HELPFUL INFORMATION

PRÉCAUTIONS

- * Assurez-vous de placer l'avant du four à trois pouces ou plus du rebord des comptoirs de cuisine afin d'éviter d'échapper le four.
- * Afin d'obtenir la programmation la plus précise des commandes électroniques, touchez le milieu de chaque touche du clavier avec fermeté. Ne touchez pas plusieurs touches en même temps et n'appuyez pas entre les touches. Un bip se fera entendre à chaque pression des touches lorsque vous appuierez sur une touche valide.
- * Ne frappez pas les commandes avec de l'argenterie ou autres ustensiles de cuisson. Vous pourriez les endommager.
- * Sortez les plats de cuisson avec soin du four. Certains plats absorbent les micro-ondes et peuvent être très chauds.
- * Ne plongez pas les plats de cuisson dans l'eau immédiatement après les avoir sortis du four. Cela pourrait les briser. Laissez la table tournante refroidir.
- * N'utilisez que des ustensiles en verre à l'épreuve des micro-ondes. Référez-vous à la section de ce guide se rapportant aux ustensiles de cuisson pour fours à micro-ondes.
- * Ne faites pas fonctionner ce four lorsqu'il est vide. De l'eau ou de la nourriture doivent toujours se trouver dans le four afin que les micro-ondes puissent être absorbées.
- * N'utilisez pas votre four à micro-ondes pour sécher les journaux ni les vêtements. Ils peuvent prendre en feu.
- * N'utilisez que les thermomètres certifiés pour la cuisson au four à micro-ondes.
- * Assurez-vous que la table tournante soit bien en place avant de faire fonctionner le four.
- * Avant la cuisson, percez la peau des pommes de terre, des courges entières, des pommes ou tout fruit ou légume recouvert d'une peau.
- * N'utilisez pas votre four à micro-ondes pour cuire les oeufs entiers dans leurs coquilles. La pression à l'intérieur des oeufs peut les faire éclater.
- * Ne faites pas éclater du maïs, sauf dans des emballages commerciaux conçus à cet effet. Ne tentez jamais de faire éclater du maïs dans un sac en papier qui n'a pas été conçu pour les fours à micro-ondes. Le sac peut surchauffer et prendre en feu. Ne faites pas éclater les grains de maïs qui n'ont pas éclaté. Ne réutilisez pas les sacs de maïs soufflé déjà utilisés.

OBTENIR LES MEILLEURS RÉSULTATS DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES

Gardez un oeil sur la cuisson. Nous avons élaboré les instructions de ce guide avec le plus grand soin mais la plus grande part de votre succès dépendra toujours de l'attention que vous porterez à la nourriture pendant la cuisson. Surveillez toujours vos aliments pendant qu'ils cuisent. Votre four est muni d'une lumière qui se met automatiquement en fonction lorsqu'il est activé. Ceci vous permet de regarder à l'intérieur et vérifier le progrès de votre recette. Les directives données dans la recette (ex.: tourner, brasser, surélever, etc.) ne représentent que le minimum. Si la nourriture ne semble pas cuire uniformément, faites simplement les ajustements nécessaires afin de corriger la situation.

Facteurs affectant les durées de cuisson. De nombreux facteurs ont des répercussions sur la durée de la cuisson. La température des ingrédients utilisés dans la recette font une grande différence. Par exemple, un gâteau fait avec du beurre congelé, du lait et des oeufs froids prendra beaucoup plus de temps que si ces ingrédients sont à la température de la pièce. Toutes les recettes de ce livre vous donnent un choix de temps de cuisson. En général, vous trouverez que la nourriture n'est pas assez cuite aux temps de cuisson les moins longs et à d'autres moments, vous voudrez dépasser le maximum suggéré, selon vos goûts. La philosophie de ce guide veut qu'il soit préférable de donner des estimations conservatrices du temps de cuisson. On peut toujours reprendre les aliments qui ne sont pas assez cuits mais les aliments brûlés sont ruinés à jamais. Certaines recettes, particulièrement pour le pain, les gâteaux et la crème anglaise, conseillent d'enlever les aliments avant la fin de la recette. Ceci n'est pas une erreur. Lorsque vous allouez un certain temps de repos aux aliments et les recouvrez, ces aliments vont continuer à cuire à l'extérieur du four car la chaleur prise dans la partie externe des aliments se dirige habituellement vers l'intérieur. Si vous laissez la nourriture dans le four jusqu'à ce qu'elle soit complètement cuite, les parties externes seront trop cuites, voire même brûlées. Après avoir pris de l'expérience avec la cuisson par micro-ondes, vous deviendrez de plus en plus habile à estimer les durées de cuisson et de repos pour la plupart des catégories de nourriture.

AUTRES RENSEIGNEMENTS UTILES

TECHNIQUES SPÉCIALES DE CUISSON PAR MICRO-ONDES

Brunissage: les viandes et les volailles qui sont cuites pendant une quinzaine de minutes ou plus bruniront dans leur propre graisse. Vous pouvez badigeonner de sauce brune les mets que vous faites cuire moins longtemps afin de leur donner une couleur appétissante. Les sauces les plus utilisées sont la Worcestershire, la sauce soya et au barbecue. Étant donné que vous ajoutez très peu de sauce à la recette, le goût original n'en est pas altéré.

Recouvrir les aliments: recouvrir les aliments aide à conserver la chaleur et la vapeur, ce qui les cuit plus rapidement. Vous pouvez utiliser un couvercle ou une pellicule de plastique, avec un coin replié pour l'empêcher de se fendre.

Recouvrir avec du papier ciré: le papier ciré prévient les éclaboussures et aide les aliments à conserver une certaine quantité de chaleur. Étant donné que le papier ciré ne scelle pas autant que la pellicule plastique, les aliments ont tendance à sécher un peu plus.

Emballer dans du papier ciré ou des essuie-tout: les sandwiches et autres aliments contenant du pain précuit devraient être emballés afin d'empêcher la cuisson au micro-ondes de les assécher.

Disposer et espacer les aliments: les aliments cuits individuellement tels que les pommes de terre au four, les petits gâteaux et les hors-d'œuvres pourront être cuits plus uniformément s'ils sont placés à équidistance dans le four, préférablement en rond. N'empilez jamais les aliments les uns sur les autres.

Brasser les aliements: le brassage des préparations représente la caractéristique la plus importante de la cuisson par micro-ondes. En cuisson conventionnelle, on brasse les aliments afin de bien mélanger la recette. Par contre, les aliments cuits au four à micro-ondes sont brassés afin de mieux distribuer la chaleur. Brassez toujours de l'extérieur vers l'intérieur puisque les rebords cuisent en premier.

Rotourner les aliments: vous devez retourner les aliments de grande dimension, tels que les rôtis et les poulets entiers, afin de cuire le dessus et le dessous de façon uniforme. C'est aussi une bonne idée de retourner le poulet en morceaux et les côtelettes.

Placer les portions plus épaisses près des rebords: étant donné que les micro-ondes agissent d'abord sur les parties externes des aliments, il est logique de placer les parties plus épaisses des viandes, volailles et poissons à l'extérieur du plat de cuisson. De cette façon, les parties plus épaisses recevront la plus grande quantité de micro-ondes et la nourriture cuira plus uniformément.

Surélever les aliments: on surélève souvent les aliments denses et épais de façon à ce que les micro-ondes puissent agir sur le dessous et le centre de la nourriture.

Percer les aliments: les aliments enfermés dans une coquille, une peau ou une membrane sont sujets à éclater dans le four, à moins de les percer au préalable. Voici des exemples de tels aliments: les jaunes et les blancs d'œufs, les huîtres et les palourdes, ainsi que de nombreux fruits et légumes.

Vérifier si la cuisson est complétée: étant donné que les aliments cuisent plus rapidement dans un four à micro-ondes, il est important de vérifier fréquemment la cuisson de la nourriture. On peut laisser certains types d'aliments dans le four jusqu'à ce qu'ils soient complètement cuits, tandis que d'autres types d'aliments, tels que la volaille et les viandes, doivent être retirés du four avant la fin de la cuisson afin de leur donner un temps de repos. La nourriture finit sa cuisson pendant ce temps de repos. La température interne des aliments monte de 5°F (3°C) à 15°F (8°C) pendant le temps de repos.

Temps de repos: on laisse souvent un temps de repos de 3 à 10 minutes aux aliments après les avoir sortis du four. Généralement, on recouvre les aliments pendant le temps de repos afin de conserver la chaleur, à moins que l'on désire une texture plus sèche (certains biscuits et gâteaux, par exemple). Le temps de repos permet aux aliments de terminer leur cuisson et aide également à fusionner les saveurs.

COMMENT LES PROPRIÉTÉS DES ALIMENTS AFFECTENT LA CUISSON PAR MICRO-ONDES

Densité des aliments: les aliments poreux et légers, tels que les gâteaux et les pains, cuisent plus rapidement que ceux qui sont denses et lourds, tels que les rôtis et les plats cuisinés. Vous devez surveiller les aliments poreux pour que les parties extérieures ne s'assèchent et ne s'effritent pas.

Hauteur des aliments: la partie supérieure des aliments, particulièrement des rôtis, cuira plus rapidement que la partie inférieure. C'est pourquoi il est importants de retourner les grands aliments pendant la cuisson, plusieurs fois s'il le faut.

Humidité des aliments: étant donné que la chaleur générée par les micro-ondes a tendance à faire évaporer l'humidité, les aliments relativement secs tels que les rôtis et certains légumes devraient être arrosés d'un peu d'eau avant la cuisson ou recouverts pour en conserver l'humidité.

Les os et le gras: les os sont conducteurs de chaleur et le gras cuit plus vite que la viande. C'est pourquoi vous devez faire attention, lorsque vous cuisez des pièces de viande ou de volaille qui contiennent beaucoup d'os et de gras, que la viande ne cuise pas inégalement ni qu'elle ne cuise pas trop.

AUTRES RENSEIGNEMENTS UTILES

REMARQUE: il est du domaine de la croyance populaire de penser que les micro-ondes cuisent de l'intérieur vers l'extérieur. Le réchauffage des pâtisseries fourrées est à l'origine de cette fausse conception; la pâte demeurerait froide alors que l'intérieur, composé d'un grand pourcentage de sucre-comme dans le cas des beignes fourrés à la confiture-était très chaud! Si vous cuisez un poulet ou un rôti, vous verrez que l'extérieur cuit avant l'intérieur.

La forme des aliments: les micro-ondes ne pénètrent que d'un pouce (2,5 cm) dans la nourriture; la portion intérieure des aliments denses et épais est cuite parce que la chaleur générée à l'extérieur voyage et se rend

progressivement à l'intérieur. En d'autres mots, seule est cuite la partie extérieure des aliments: le reste est cuit par convection. Il est logique de dire que la pire forme d'aliment à cuire au four à micro-ondes est un cube épais. Les coins vont brûler bien avant que le centre ne soit cuit. Les aliments minces, circulaires et en forme d'anneau réussissent le mieux au four à micro-ondes.

La quantité de nourriture: la quantité de micro-ondes demeure constante dans votre four, peu importe la quantité de nourriture qui s'y trouve. Par conséquent, plus la quantité de nourriture est grande, plus cela prendra de temps à cuire. Souvenez-vous de réduire d'au moins un tiers la durée de cuisson d'une recette coupée en deux.

USTENSILES DE CUISSON

USTENSILES À L'ÉPREUVE DES MICRO-ONDES

N'utilisez jamais de métal ni d'assiettes à bordure de métal dans votre four à micro-ondes: les micro-ondes ne peuvent pas pénétrer le métal. Elles rebondiront de n'importe quel objet de métal placé dans le four et causeront un amorçage d'arc. L'amorçage d'arc est un phénomène étrange qui ressemble aux éclairs. La plupart des plats non métalliques à l'épreuve de la chaleur peuvent être utilisés dans le four à micro-ondes. Toutefois, certains ustensiles peuvent contenir des éléments les rendant inutilisables pour la cuisson au four à micro-ondes. Si vous avez des doutes à propos d'une assiette, tasse, verre, etc. en particulier, il existe une méthode facile pour savoir si vous pouvez les utiliser dans votre four à micro-ondes.

Vérifier les plats et ustensiles pour savoir s'ils peuvent être utilisés dans le four à micro-ondes: placez l'ustensile en question près d'un bol rempli d'eau dans le four. Cuisez à la puissance maximale (HIGH) pendant environ une minute. Lorsque l'eau bouille, vérifiez si l'ustensile est froid au toucher. Si c'est le cas, vous pouvez l'utiliser dans votre four. Toutefois, si l'eau ne bouille pas et que l'ustensile devient chaud, cela signifie qu'il absorbe l'énergie des micro-ondes et qu'il n'est pas prudent de l'utiliser dans votre four. Vous avez sûrement à portée de la main un tas d'ustensiles qui peuvent aller au four à micro-ondes, Prenez connaissance de la liste suivante:

1. Grandes assiettes: de nombreux types d'assiettes peuvent être utilisés au four à micro-ondes. Si vous doutez de la compatibilité, consultez la documentation du fabricant ou faites le test mentionné ci-dessus.

2. Assiettes en verre: les assiettes en verre qui sont à l'épreuve de la chaleur peuvent être utilisées au four à micro-ondes. Ceci inclut tous les types d'assiettes en verre conçues pour le four conventionnel. Toutefois, n'utilisez pas les ustensiles de cuisson délicats, tels que les verres à vin car ils pourraient éclater quand le contenu devient chaud.

3. Le papier: les assiettes et les contenants en papier sont pratiques et sécuritaires au four à micro-ondes, pourvu que le temps de cuisson soit court et que les aliments ne contiennent pas trop de gras ni d'humidité. Les essuie-tout en papier sont également très pratiques pour emballer la nourriture et garnir les parois des assiettes contenant des aliments gras tels que le bacon. De façon générale, évitez les contenants faits de papier de couleur car la couleur pourrait déteindre.

4. Contenants de plastique: on peut utiliser ces contenants pour réchauffer rapidement certains aliments. Par contre, ils ne devraient pas être utilisés pour les aliments qui prennent beaucoup de temps à se réchauffer ou à cuire car le plastique se tordra éventuellement et pourrait même fondre.

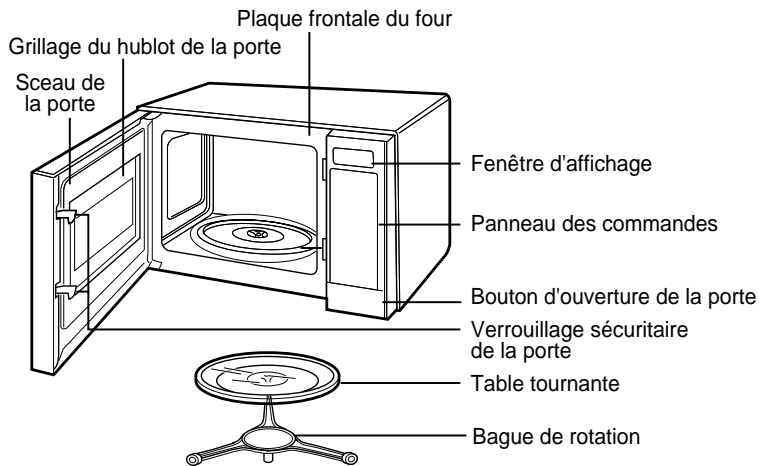
5. Sacs de cuisson en plastique: ces sacs sont à l'épreuve des micro-ondes pourvu qu'ils soient spécifiquement conçus pour la cuisson. Assurez-vous de fendre le sac afin de laisser s'échapper la vapeur. N'utilisez jamais de sac de plastique ordinaire pour cuire dans votre four à micro-ondes car ils pourraient se rupturer ou fondre.

6. Assiettes de cuisson en plastique à l'épreuve des micro-ondes: vous pouvez vous procurer toute une variété de plats et contenants de diverses formes et dimensions pour la cuisson au four à micro-ondes. En grande partie, vous pourrez sûrement utiliser ce que vous avez déjà plutôt que d'investir une fortune dans de nouveaux ustensiles de cuisson à l'épreuve des micro-ondes.

7. Poteries, pots de grès et de céramique: les contenants faits de ces matériaux peuvent être utilisés sans crainte mais vous devriez les vérifier avant (faites le test mentionné ci-dessus).

⚠ MISE EN GARDE: CERTAINS USTENSILES DE CUISSON NE SONT PAS À L'ÉPREUVE DES MICRO-ONDES, DONT CERTAINES POTTERIES ET AUTRES ITEMS CONTENANT BEAUCOUP DE PLOMB OU DE FER.

NOMENCLATURE DES PIÈCES

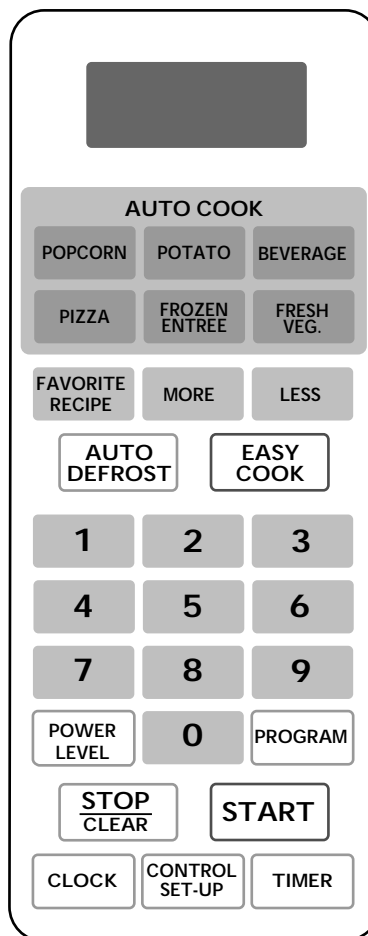


Votre four à micro-ondes est expédié avec les accessoires suivants:

Table tournante en verre 1
Manuel de l'utilisateur et Guide de cuisson 1
Bague rotative 1

Ce four à micro-ondes est destiné à une utilisation domestique seulement. Il n'est pas recommandé à des fins commerciales ni industrielles.

PANNEAU DES COMMANDES






REMARQUE: Une tonalité se fait entendre lorsque vous appuyez sur une touche du tableau de commande, vous indiquant qu'une commande a été entrée.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

RÉGLAGE DE L'HORLOGE

Cette horloge fonctionne sur un cycle de 12 heures. Lorsque vous branchez votre four à micro-ondes pour la première fois ou si vous rétablissez le courant après une panne, les mots **ENTER TIME OF DAY** (entrer l'heure) défileront 5 fois à l'affichage.




Exemple: si vous désirez ajuster l'heure à 11:11:

	1. Appuyez sur la touche de l'heure CLOCK . L'expression suivante défile sur l'afficheur ENTER TIME OF DAY/ENTRER L'HEURE .
↓	
	2. Entrez l'heure en vous servant des touches numériques: [1], [1], [1] et [1] . L'expression suivante défile sur l'afficheur TOUCH START/ APPUYER SUR START .
↓	
	3. Appuyez sur START .

MINUTERIE "TIMER "

Vous pouvez utiliser la minuterie de votre four à d'autres fins que la cuisson de vos aliments.


Exemple: Pour régler la minuterie de votre four:

	1. Appuyez sur la touche de la minuterie TIMER . L'expression suivante défile sur l'afficheur ENTER TIME IN MIN AND SEC./ENTRER LE TEMPS DE CUISSON EN MIN. ET SEC.
↓	
	2. Appuyez sur 3, 0, 0 . L'expression suivante défile sur l'afficheur TOUCH START/APPUYER SUR START .
↓	
	3. Appuyez sur START .

CUISSON À MISE EN MARCHÉ SIMPLIFIÉE "EASY COOK"

Cette touche vous permet d'économiser du temps en réglant et en mettant en marche rapidement votre four à micro-ondes, sans avoir à appuyer sur la touche **START**.

Exemple: si vous désirez programmer une cuisson simplifiée pendant deux minutes:

	Appuyez quatre fois sur la touche de mise en marche simplifiée EASY COOK . Le four débute sa cuisson et le compte à rebours apparaît à l'affichage.
-------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------





REMARQUE:

Si vous appuyez sur **EASY COOK**, vous ajouterez 30 secondes-jusqu'à 3 minutes 30 seconds-de cuisson. Après 3 minutes 30 seconds, chaque pression de la touche ajoutera 1 minute-jusqu'à 99 minutes, 59 secondes.

CUISSON CHRONOMÉTRIQUE

Cette fonction vous permet de cuire les aliments pendant une période de temps désirée. Pour obtenir de meilleurs résultats, vous avez à votre disponibilité 10 niveaux de puissance en plus du niveau maximum (HI) parce que de nombreux types d'aliments nécessitent une cuisson plus lente, à un niveau inférieur.

Exemple: si vous désirez cuire à 80% de la puissance (niveau de puissance 8) pendant 5 minutes et 30 secondes.

	1. Entrez la durée (5 minutes, 30 secondes) en appuyant sur [5], [3] et [0] . L'expression suivante défile sur l'afficheur TOUCH START OR POWER/APPUYER SUR START OU SUR POWER .
↓	
	2. Appuyez sur la touche des niveaux de puissance POWER LEVEL . L'expression suivante défile sur l'afficheur ENTER POWER LEVEL 1 TO 10/ENTRER LA PUISSANCE DE CHAUFFAGE, DE 1 À 10 .
↓	
	3. Appuyez sur 8 . Les mots suivants défileront à l'affichage: L'expression suivante défile sur l'afficheur P-80 TOUCH START/APPUYER SUR START .
↓	
	4. Appuyez sur START .

Lorsque la cuisson est terminée, vous entendrez deux bips courts et un long. Le mot **END** (Fin) défilera à l'affichage. Ensuite, le four s'éteindra.

REMARQUE:

si vous ne choisissez pas de niveau de puissance, le four fonctionnera automatiquement à la puissance maximale (HIGH). Pour régler le four à la cuisson au niveau maximum, sautez les étapes 2 & 3 ci-dessus.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

CUISSON EN PLUSIEURS ÉTAPES

Pour la cuisson en plusieurs étapes, appuyer sur PROGRAM et répéter les étapes 1-3 de la cuisson minutée à la page précédente avant d'appuyer sur la touche START pour un temps supplémentaire et le programme Puissance que vous voulez ajouter. Vous pouvez programmer la décongélation automatique avant la première étape afin de décongeler d'abord et cuire ensuite.

NIVEAUX DE PUISSANCE DU FOUR À MICRO-ONDES

Pour plus de flexibilité et pour vous permettre de mieux contrôler la cuisson, votre four à micro-ondes est muni de onze niveaux de puissance. Le tableau ci-dessous vous donne quelques idées des types de nourriture que l'on cuit à différents niveaux.

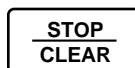
TABLEAU DES NIVEAUX DE PUISSANCE DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES

NIVEAU DE PUISSANCE	UTILISATION
10 (Maximum)	<ul style="list-style-type: none">• Bouillir de l'eau.• Faire des bonbons.• Cuire des morceaux de poulet, du poisson et des légumes.• Cuire des coupes de viande tendres.• Poulet entier.
9	<ul style="list-style-type: none">• Réchauffer le riz, les pâtes et les légumes.
8	<ul style="list-style-type: none">• Réchauffer rapidement les mets préparés.• Réchauffer les sandwiches.
7	<ul style="list-style-type: none">• Cuire les oeufs, le lait et les plats fromagés.• Cuire les gâteaux et les pains.• Fondre le chocolat.
6	<ul style="list-style-type: none">• Cuire le veau.• Cuire les poissons entiers.• Cuire les puddings et la crème anglaise.
5	<ul style="list-style-type: none">• Cuire le jambon, le poulet entier et l'agneau.• Cuire les rôtis de côte et les pointes de surlonge.
4	<ul style="list-style-type: none">• Décongeler la viande, la volaille et les fruits de mer.
3	<ul style="list-style-type: none">• Cuire les coupes de viande moins tendres.• Cuire les côtelettes et les rôtis de porc.
2	<ul style="list-style-type: none">• Tiédir les fruits.• Amollir le beurre.
1	<ul style="list-style-type: none">• Garder les plats cuisinés et les plats principaux au chaud.• Amollir le beurre et le fromage à la crème.
0	<ul style="list-style-type: none">• Temps de repos• Indépendant

VERROUILLAGE À L'ÉPREUVE DES ENFANTS

Cette caractéristique unique sert à verrouiller le clavier des touches afin d'empêcher la mise en marche accidentelle du four à micro-ondes. Une fois le verrouillage engagé, on ne peut plus activer les touches du clavier. La caractéristique du verrouillage de sécurité est également utile lors du nettoyage du tableau de commande. Ce verrouillage empêche la programmation accidentelle lorsqu'on essuie le tableau de commande.

Pour activer le verrouillage:



1. Appuyez sur la touche d'arrêt/annulation **STOP/CLEAR**.



2. Appuyez sur la touche "0" et tenez-la enfoncée jusqu'à ce que les lettres **LOCKED** (verrouillé) apparaissent à l'affichage et que vous entendiez deux bips sonores. Si l'heure a déjà été réglée, elle reviendra à l'écran d'affichage. Lorsque ceci est fait, vous ne pourrez activer les fonctions.

Si le verrouillage à l'épreuve des enfants a déjà été réglé et que vous touchez une autre touche de cuisson, vous verrez les lettres **LOCKED** (verrouillé) apparaître à l'affichage. Vous pouvez annuler cette fonction en suivant les étapes ci-dessous.

Pour annuler la fonction de verrouillage à l'épreuve des enfants:



Appuyez sur la touche "0" et tenez-la enfoncée jusqu'à ce que les lettres **LOCKED** (verrouillé) disparaissent de l'affichage.

Après avoir désactivé le verrouillage à l'épreuve des enfants, l'heure normale reviendra à l'écran d'affichage. Le four se remettra à fonctionner normalement.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

CUISSON AUTOMATIQUE

La cuisson automatique, c'est facile! Le menu du four a été préprogrammé pour la cuisson automatique de mets. Il suffit d'indiquer au four quelle cuisson il doit exécuter. Laisser ensuite le four cuire parfaitement le mets choisi.

Exemple : Pour préparer du popcorn (1,75 oz) procéder simplement comme suit :

POPCORN

* Placer le popcorn dans le four et fermer la porte.

1. Appuyer sur **POPCORN**.
Les expressions suivantes défilent sur l'afficheur :
1.75 OZ TOUCH 1
3.0 OZ TOUCH 2
3.5 OZ TOUCH 3.

2. Appuyer sur **1**.

Le four entreprend l'exécution du programme de cuisson choisi sans qu'il soit nécessaire d'appuyer sur la touche **START/MISE EN MARCHÉ**. Ne pas oublier de fermer la porte avant de sélectionner les catégories.

TABLEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE

Touche	Touche du clavier	Quantité	Directives	Couvercle
POPCORN	Touche 1 Touche 2 Touche 3	1,75 oz 3,0 oz 3,5 oz	* Voir les instructions de l'emballage. * Utiliser du popcorn préparé spécialement pour la cuisson aux micro-ondes. * Ne pas essayer de faire éclater les grains non éclatés. * Faire chauffer un seul paquet à la fois. * Ne pas laisser le four à micro-ondes sans surveillance pendant la préparation du popcorn.	Aucun
POMME DE TERRE	Touche 1 Touche 2 Touche 3 Touche 4	1 (8 oz) 2 (16 oz) 3 (24 oz) 4 (32 oz)	* Placer les pommes de terre au centre du four, sur une serviette de papier. * Percer les pommes de terre plusieurs fois avec une fourchette. * Après la cuisson, ajouter une période d'attente de 5 minutes. * Ne pas recouvrir.	Aucun
BREUVAGE	Touche 1 Touche 2	1 tasse (8 oz) 2 tasses (16 oz)	* Utiliser une tasse ou un récipient pour four à micro-ondes. * Remuer après le réchauffage.	Aucun
PIZZA	Touche 1 Touche 2 Touche 3	1 tranche (5 oz) 2 tranches (10 oz) 3 tranches (15 oz)	* Placer la pizza réfrigérée sur le plateau au centre du four à micro-ondes.	Aucun
METS CONGELÉ	1 fois	10 oz	* Voir les instructions de l'emballage. * Exemple de mets : lasagne avec sauce à la viande, poulet et riz, tranches de poitrine de dinde avec riz et légume.	Aucun
LÉGUME FRAIS	Touche 1 Touche 2 Touche 3 Touche 4	1 tasse (8 oz) 2 tasses (16 oz) 3 tasses (24 oz) 4 tasses (32 oz)	* Préparer les légumes (laver, couper en morceaux ou en tranches de 1/2 pouce). * Pour la plupart des légumes on doit prévoir une période d'attente de 2 à 3 minutes après la cuisson. 1 tasse – Ajouter 2 c. à soupe d'eau 2 tasses – Ajouter 1/4 de tasse d'eau 3 tasses – Ajouter 1/3 de tasse d'eau 4 tasses – Ajouter 1/2 tasse d'eau	Feuille de plastique

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

CONFIGURATION DU SYSTÈME DE COMMANDE “CONTROL SET-UP”

La fonction de configuration du système de commande comporte cinq modes qui facilitent l'utilisation du four à micro-ondes. On peut sélectionner **SIGNAL SONORE MARCHÉ/ARRÊT**, **HORLOGE MARCHÉ/ARRÊT**, **VITESSE DE DÉFILEMENT**, **LB/KG**, **LANGUE**, et **LE MODE DÉMONSTRATION**.

Exemple 1: si vous désirez désactiver le son des bips:

CONTROL SET-UP

1. Appuyez sur la touche des réglages sur mesure **CONTROL SET-UP**. Les 6 modes apparaissent répétitivement à l'écran. Vous pouvez les régler selon vos goûts.



1

2. Appuyez sur le chiffre **1**. On voit apparaître **SOUND ON TOUCH 1/ SONNERIE - APPUYER SUR 1 OFF TOUCH 2/ ARRÊT - APPUYER SUR 2**.



2

3. Appuyez sur le chiffre **2**. On voit apparaître **SOUND OFF/SONNERIE INACTIVE**. L'heure courante est affichée.

REMARQUE:

Si vous désirez remettre le son du bip en fonction, répétez les étapes 1-2 puis appuyez sur le 1.

Exemple 2: si vous désirez choisir l'option des Français:

CONTROL SET-UP

1. Appuyez sur la touche des réglages sur mesure **CONTROL SET-UP**. Les 6 modes apparaissent répétitivement à l'écran, Vous pouvez les régler selon vos goûts.



5

2. Appuyez sur le chiffre **5**. Les mots suivants défilent sur l'afficheur **ENGLISH TOUCH 1 ESPANOL TOQUE 2 FRENC TOUCHE 3**.



3

3. Appuyez sur le chiffre **3**. On voit apparaître **FRENC**. L'heure courante est affichée.

REMARQUE:

1. Pour sélectionner ANGLAIS ou FRANÇAIS, répéter les étapes 1 à 3.
2. Après la programmation, l'appareil affiche l'information dans la langue choisie.

TABLEAU DES FONCTIONS DES RÉGLAGES SUR MESURE

NO.	FONCTION	SELECTION
1	MISE EN MARCHÉ/ARRÊT DU BIP	Le bip est activé ou non.
2	MISE EN MARCHÉ/ARRÊT DE L'HORLOGE	L'horloge est activée ou non.
3	VITESSE DE DÉFILEMENT	Lente, normale ou rapide
4	LBS/KG	Lbs ou Kg
5	LANGUE	Anglais, Espagnol ou Français
6	MISE EN MARCHÉ/ARRÊT DE LA DÉMONSTRATION	Activation/désactivation du mode de démonstration

REMARQUE: lorsque vous branchez le cordon d'alimentation pour la première fois, les réglages sont les suivants; mise en marche du son et de l'horloge, vitesse de défilement normale, Lbs et mise hors fonction de la démonstration.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

RECETTE FAVORITE

Cette fonction vous permet de mémoriser un programme de cuisson fréquemment utilisé et d'en commander l'exécution à volonté. Lorsque le programme de cuisson a été mémorisé, il suffit d'appuyer sur la touche **FAVORITE RECIPE/RECETTE FAVORITE**.

Exemple : Programmation d'une cuisson de 10 minutes et 30 secondes au niveau de puissance 80 %.

FAVORITE
RECIPE

1. Appuyer sur **FAVORITE RECIPE (RECETTE FAVORITE)**.
On voit apparaître sur l'afficheur **TOUCH START OR ENTER NEW TIME (APPUYER SUR START OU ENTRER LE TEMPS DE CUISSON)**.

1 0 3 0

2. Entrer 10 minutes et 30 secondes.
On voit apparaître sur l'afficheur **TOUCH START OR POWER (APPUYER SUR START OU SUR POWER)**.

POWER
LEVEL

3. Appuyer sur **POWER LEVEL (PUISSANCE)**.
On voit apparaître sur l'afficheur **ENTER POWER LEVEL 1 TO 10 (ENTRER LE NIVEAU DE PUISSANCE, DE 1 À 10)**.

8

4. Appuyer sur la touche **8**.
On voit apparaître sur l'afficheur **P-80 TOUCH START (P-80 – APPUYER SUR START)**

START

5. Appuyer sur la touche **START(MISE EN MARCHÉ)**.

FONCTION PLUS/MOINS "MORE/LESS"

Grâce aux touches **MORE(PLUS)** ou **LESS(MOINS)**, il est possible d'augmenter ou de diminuer le temps de cuisson dans les programmes **AUTO COOK(CUISSON AUTOMATIQUE)**, **TIME COOK(CUISSON DE DURÉE DÉTERMINÉE)**, **EASY COOK(CUISSON FACILE)** et **FAVORITE RECIPE(RECETTE FAVORITE)**. Si vous appuyez sur **MORE**, vous augmenterez la durée de 10 secondes à chaque pression de la touche. Si vous appuyez sur **LESS**, 10 secondes seront enlevées à chaque pression de la touche.

Exemple : Pour ajuster le temps de cuisson (augmentation) d'un programme commandé par touche unique (p. ex. popcorn)

POPCORN

1. Appuyez sur la touche **POPCORN**. Les expressions suivantes apparaissent sur l'afficheur :
1.75 OZ TOUCH 1 (APPUYER SUR 1)
3.0 OZ TOUCH 2 (APPUYER SUR 2)
3.5 OZ TOUCH 3 (APPUYER SUR 3)

1

2. Appuyez sur le numéro **1**.

MORE

3. Appuyez sur la touche **MORE**.

REMARQUE:

Appuyez sur la touche **PLUS (MORE)** ou **MOINS (LESS)** pendant le décompte du four.

REMARQUE:

* Lorsqu'on ne sélectionne pas un niveau de puissance, le four fonctionne au niveau de puissance maximum (HIGH = 10). Pour programmer une période de cuisson à la puissance maximum, omettre les étapes 3 et 4.

* Le processus programmé pour la **RECETTE FAVORITE** sera conservé en mémoire jusqu'à ce qu'il soit effacé lors d'une autre programmation.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE PAR LE POIDS

Trois séquences de décongélation sont pré-réglées dans le four. Cette caractéristique est la meilleure méthode de décongélation des aliments. Le guide de cuisson vous indiquera la séquence de décongélation la mieux appropriée selon le type d'aliment que vous désirez décongeler. Avec la fonction de décongélation automatique, le four programme automatiquement pour vous la durée de décongélation et les niveaux de puissance.

Le four détermine automatiquement les durées de décongélation nécessaires pour chaque catégorie d'aliments, selon le poids que vous avez entré.

Pour plus de commodité, la fonction de décongélation par le poids contient un mécanisme intégré qui vous prévient de vérifier, retourner ou mieux disposer les aliments. Il y a trois niveaux de décongélation différents:

- 1 **VIANDES**
- 2 **VOLAILLES**
- 3 **POISSONS**

- Vous pouvez choisir la catégorie en appuyant sur la touche le numéro 1(viandes), le numéro 2(volailles), et le numéro 3(poissons).
- La gamme des poids varie de 0,1 à 6,0 lbs (0,1 à 4,0 kgs).

Exemple: Si vous désirez décongeler 1/2 lbs de boeuf haché:

**AUTO
DEFROST**



1



1 2



START

1. Appuyez une fois sur la touche de décongélation automatique par le poids **AUTO DEFROST**. Les mots suivants défileront à l'affichage: **MEAT TOUCH 1** **POULTRY TOUCH 2** **FISH TOUCH 3** (Viandes appuyez sur le 1, volailles, sur le 2 et poissons, sur le 3).

2. Appuyez sur la touche **1**. Vous verrez l'indication **ENTER WEIGHT** (Entrez le poids) défiler à l'affichage.

3. Entrez le poids en appuyant sur le **[1]** et le **[2]**. Les indications suivantes défileront à l'affichage: **1.2 LBS TOUCH START** (Pour 1,2 lbs, appuyez sur **START**).

4. Appuyez sur la touche de départ **START**. La décongélation débute.

REMARQUES:

Lorsque vous appuyez sur la touche **START**, l'affichage change au compte à rebours de la décongélation. Le four sonnera deux fois pendant le cycle de décongélation. À chaque bip, ouvrez la porte du four et retournez, séparez ou réorganisez la nourriture. Enlevez toute portion qui a dégelé. Retournez les portions congelées dans le four et appuyez sur **START** afin de terminer le cycle de décongélation.

- Pour de meilleurs résultats, enlevez les emballages originaux des poissons, fruits de mer, viandes et volailles sinon, l'emballage retiendra la vapeur et le bouillon sera trop près de la viande, ce qui cuira la surface extérieure des aliments.
- Pour décongeler la viande hachée plus efficacement, tournez-la en forme de beigne avant de la congeler. Lorsque vous décongelez, grattez la viande dégelée au premier son du bip, puis continuez la décongélation.
- Placez les aliments dans un contenant peu profond ou dans une grille à l'épreuve des micro-ondes afin de recueillir tous les jus qui s'écoulent.
- La nourriture devrait être encore très froide dans le centre lorsque vous l'enlevez du four.

LISTE SÉQUENTIELLE DE LA DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

SÉQUENCE	NOURRITURE
1 VIANDES	BŒUF Bœuf haché, steak de ronde, cubes à ragoût, filet mignon, bœuf à braiser, rôti de côte, rôti de croupe, rôti de palette, boulettes de viande hachée AGNEAU Côtelettes (épaisseur de 1 po.), rôti ficelé PORC Côtelettes (épaisseur de 1 po.), hot dogs, côtes levées, rôti ficelé, saucisses VEAU Escalopes (1 lbs, épaisseur de 1 po.)
2 VOLAILLES	VOLAILLES Entière (moins de 4 lbs), en morceaux, poitrines(désossées) POULETS DE CORNOUAILLES Entiers DINDE poitrine (moins de 6 lbs)
3 POISSONS	POISSON Filets, darnes entières FRUITS DE MER Chair de crabe, queues de homard, crevettes, pétoncles

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

⚠ MISE EN GARDE : Ne pas utiliser une feuille d'aluminium pendant la cuisson.

VIANDE

1. Il n'est pas nécessaire d'employer une technique spéciale. Préparer et assaisonner le rôti (le cas échéant) comme pour toute autre méthode de cuisson conventionnelle. Veiller à décongeler complètement la viande avant la cuisson.
2. Placer la pièce de viande sur une grille de rôtissage ou un plat pour cuisson aux micro-ondes, sur le plateau rotatif.
3. Exécuter la cuisson conformément aux instructions du tableau de cuisson ci-dessous; sélectionner le temps de cuisson maximum pour une grosse pièce de viande, et le temps de cuisson minimum pour une petite pièce de viande. Pour des côtelettes épaisses, utiliser le temps de cuisson maximum indiqué.
4. Retourner la pièce de viande une fois vers le milieu de la période de cuisson.
5. Après la cuisson, ajouter une PÉRIODE D'ATTENTE de 5 à 10 minutes (recouvrir d'une feuille d'aluminium). La période d'attente joue un rôle important; elle permet l'achèvement de la cuisson.
6. Avant de servir, vérifier que la viande est bien cuite (surtout le porc).

TABLEAU DE CUISSON DES VIANDES

Coupe	Puissance de chauffage	Temps de cuisson par livre
BŒUF		
Rôti de côtes roulé		
– Saignant	8	8 1/2 à 10 1/2 minutes
– Cuisson moyenne	8	9 à 11 minutes
– Bien cuit	8	11 à 13 1/2 minutes
Bœuf haché	HIGH (MAXI)	6 à 9 minutes
(pour un mets en sauce)		
Hamburgers (de 4 oz), frais ou décongelés		
– 2 hamburgers	HIGH (100 %) (MAXI)	2 à 4 minutes
– 4 hamburgers	HIGH (100 %) (MAXI)	3 à 5 minutes
PORC		
Longe, cuisson	8	12 à 16 minutes
Bacon		
– 4 tranches	HIGH (MAXI)	2 à 3 minutes
– 6 tranches	HIGH (MAXI)	3 à 4 minutes

REMARQUE:

Considérer le temps de cuisson indiqué ci-dessus seulement comme un guide. Tenir compte des préférences et des goûts de chacun. Le temps de cuisson nécessaire peut varier selon la forme, la composition et la coupe de la pièce de viande.

VOLAILLE

1. Aucune technique spéciale n'est nécessaire. Préparer la volaille pour la cuisson de la même manière que pour toute autre méthode de cuisson conventionnelle. Assaisonner, le cas échéant.
2. Veiller à décongeler complètement la volaille et enlever les abats et toute agrafe métallique.
3. Perforer la peau et badigeonner légèrement d'huile végétale, sauf si la volaille a déjà été préparée par le fournisseur.
4. Placer la volaille sur une grille de rôtissage ou un plat pour four à micro-ondes, sur le plateau rotatif.
5. Exécuter la cuisson conformément aux instructions du tableau de cuisson ci-dessous; retourner l'oiseau vers le milieu de la période de cuisson. Du fait de la forme d'une volaille, la cuisson a tendance à ne pas être uniforme, particulièrement au niveau des parties osseuses. La cuisson sera plus uniforme si on retourne l'oiseau.
6. Prévoir une PÉRIODE D'ATTENTE de 5 à 10 minutes sous une feuille d'aluminium, après la cuisson, avant le découpage. Elle permet l'achèvement de la cuisson.
7. Vérifier que la volaille est complètement cuite : un jus limpide s'écoule lorsqu'on perce un pilon avec un couteau acéré. Percer avec un couteau acéré dans les parties les plus épaisses pour vérifier que la chair est ferme et que le jus qui s'écoule est limpide.

TABLEAU DE CUISSON DES VOLAILLES

Volaille	Puissance de chauffage	Temps de cuisson par livre
POULET		
Entier	8	10 à 14 minutes
Poitrine (avec os)	8	9 à 13 minutes
Morceaux	8	10 à 16 minutes
DINDE		
Entière	8	10 à 14 minutes

REMARQUE:

* Considérer le temps de cuisson indiqué ci-dessus seulement comme un guide. Tenir compte des préférences et des goûts de chacun. Le temps de cuisson nécessaire peut varier selon la forme, la composition et la coupe de la pièce de viande.

* Dans le cas d'une volaille entière farcie, utiliser le poids de la volaille farcie pour le calcul du temps de cuisson.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

POISSON

1. Placer le poisson préparé dans une casserole ou un plat peu profond, non métallique.
2. Recouvrir d'un film de plastique percé ou du couvercle de la casserole (pour micro-ondes).
3. Placer le plat sur le plateau rotatif.
4. Exécuter la cuisson conformément aux instructions du tableau de cuisson ci-dessous.
Le cas échéant, ajouter de beurre sur le poisson.
5. Avant de servir, ajouter une PÉRIODE D'ATTENTE conformément aux indications du tableau de cuisson.
6. À la fin de la période d'attente, vérifier que le poisson est parfaitement cuit. La chair du poisson doit être opaque et se détacher facilement.

TABLEAU DE CUISSON – POISSON FRAIS

Poisson	Puissance de chauffage	Temps de cuisson par livre	Beurre	Période d'attente
Filets de poisson	HIGH (MAXI)	4 à 7 minutes	Ajouter 15 à 30 mL (1 à 2 c. à soupe)	2 à 3 minutes
Maquereau entier, nettoyé et préparé	HIGH (MAXI)	4 à 7 minutes	–	3 à 4 minutes
Truite entière, nettoyée et préparé	HIGH (MAXI)	5 à 8 minutes	–	3 à 4 minutes
Darnes de saumon	HIGH (MAXI)	5 à 7 minutes	Ajouter 15 à 30 mL (1 à 2 c. à soupe)	3 à 4 minutes

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

Pour bien chauffer ou réchauffer un mets dans le four à micro-ondes, il est important de respecter certaines directives. Mesurer la quantité des aliments pour déterminer le temps de réchauffage. Répartir les aliments sur un cercle pour obtenir le meilleur résultat. Des aliments à la température ambiante se réchauffent plus rapidement que des aliments réfrigérés. Dans le cas de conserves, vider la boîte dans un conteneur pour cuisson aux micro-ondes. Le réchauffage sera plus uniforme si le récipient est recouvert d'un couvercle pour four à micro-ondes ou d'une feuille de plastique comportant des événements. Ôter le couvercle prudemment pour éviter des brûlures sous l'effet de la vapeur présente. Utiliser les indications du tableau de cuisson ci-dessous pour le réchauffage d'aliments cuits.

Aliments	Temps de cuisson (puissance MAXIMUM)	Instructions Spéciales
Viande en tranches 3 tranches (épaisseur 1/4 pouce)	1 à 2 minutes	Placer les tranches de viande sur un plat (pour micro-ondes). Recouvrir d'une feuille de plastique percée d'évents. * Note : La présence de sauce permet de garder une viande juteuse.
Morceaux de poulet 1 poitrine 1 pilon plus cuisse	2 à 3 1/2 minutes 1 1/2 à 3 minutes	Placer les morceaux de poulet sur un plat (pour micro-ondes). Recouvrir d'une feuille de plastique percée d'évents.
Filet de poisson (6 à 8 oz)	2 à 4 minutes	Placer le poisson sur un plat (pour micro-ondes). Recouvrir d'une feuille de plastique percée d'évents.
Lasagne 1 portion (10 1/2 oz)	4 à 6 minutes	Placer la lasagne sur un plat (pour micro-ondes). Recouvrir d'une feuille de plastique percée d'évents.
Mets en sauce 1 tasse 4 tasses	1 à 3 1/2 minutes 5 à 8 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Mets en sauce avec crème ou fromage 1 tasse 4 tasses	1 1/2 à 3 minutes 3 1/2 à 5 1/2 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Sloppy Joe ou bœuf façon barbecue 1 sandwich (1/2 tasse de garniture à la viande), sans le pain	1 à 2 1/2 minutes	Réchauffer séparément la garniture et le pain. Cuire dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois. Réchauffer le pain selon les instructions de ce tableau, ci-dessous.
Pommes de terre en purée 1 tasse 4 tasses	1 1/2 à 3 minutes 5 à 8 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Haricots au four 1 tasse	1 1/2 à 3 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Ravioli ou pâtes en sauce 1 tasse 4 tasses	2 1/2 à 4 minutes 7 1/2 à 11 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Riz 1 tasse 4 tasses	1 1/2 à 3 1/2 minutes 4 à 6 1/2 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Pain à sandwich, long ou rond 1 pain long	15 à 30 secondes	Placer le pain enveloppé dans une serviette de papier sur une grille de verre pour cuisson au four à micro-ondes.
Légumes 1 tasse 4 tasses	1 1/2 à 4 minutes 5 à 8 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.
Soupe 1 portion (8 oz)	1 1/2 à 2 1/2 minutes	CUIRE dans un récipient couvert, pour cuisson aux micro-ondes. Remuer une fois au milieu de la période de cuisson.

TABLEAU DES LÉGUMES FRAIS

LÉGUMES	QUANTITÉ	DURÉE DE CUISSON À LA PUISSANCE MAXIMALE	INSTRUCTIONS	TEMPS D'ATTENTE
Artichauts(8 oz ch.)	2 moyens 4 moyens	5-8 10-13	Préparez. Ajoutez 2 c. à thé d'eau et 2 c. à table de jus de citron. Recouvrez. Cuisez avec la tige vers le haut.	2-3 min.
Asperges fraîches en pointes	1 lb	3-7	Nettoyez et retournez la moitié des pointes. Ajoutez 1/2 tasse d'eau. Recouvrez.	2-3 min.
Fèves vertes et jaunes	1 lb	8-12	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans 1 casserole d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Betteraves fraîches	1 lb	14-18	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans 1 casserole d'un litre et demi. Réorganisez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Brocoli frais en bouquets	1 lb	5-9	Placez le brocoli dans un plat de cuisson. Ajoutez 1/2 tasse d'eau.	2-3 min.
Chou frais haché	1 lb	6-8	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Carottes fraîches et tranchées	2 tasses	3-6	Ajoutez 1/4 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Chou-fleur frais et entier	1 lb	7-11	Préparez. Ajoutez 1/4 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Céleri frais et tranché	2 tasses 4 tasses	3-5 7-9	tranchez. Ajoutez 1/4 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Maïs frais	2 épis	5-9	Enlevez la pelure. Ajoutez 2 c. à thé d'eau dans un plat de cuisson de 1-1/2 litre. Recouvrez.	2-3 min.
Champignons frais tranchés	1/2 lb	2-3 1/2	Placez les champignons dans une casserole couverte d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Panais frais tranché	1 lb	4-8	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Pois verts frais	4 tasses	7-10	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre et demi. Brassez à la mi-cuisson.	2-3 min.
Patates douces, cuisson entière (6-8 oz ch.)	2 moyennes 4 moyennes	5-10 7-13	Percez les patates plusieurs fois avec une fourchette.	2-3 min.
Patates blanches, cuisson entière (6-8 oz ch.)	2 patates 4 patates	5-8 9-15	Percez les patates plusieurs fois avec une fourchette.	2-3 min.
Epinards frais en feuilles	1 lb	5-8	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans une casserole couverte de 2 litres.	2-3 min.
Courge (d'hiver ou "butternut") fraîche	1 moyenne	7-9	coupez la courge en deux. Enlevez les graines. Disposez dans un plat de cuisson de 8x8 po. Recouvrez.	2-3 min.
Courgettes fraîches tranchées	1 lb	5-8	Ajoutez 1/2 tasse d'eau dans une casserole couverte d'un litre et demi.	2-3 min.
Courgettes fraîches entières	1 lb	7-10	Percez. Disposez sur un essuie-tout double. Retournez les courgettes et réarrangez à la mi-cuisson.	2-3 min.

NETTOYAGE

Avant de nettoyer le four, débranchez le cordon d'alimentation de la prise de courant. Si cela vous est impossible, ouvrez la porte du four afin d'empêcher qu'il ne parte accidentellement.

À L'INTÉRIEUR DU FOUR

Servez-vous d'un linge humide pour enlever toutes les miettes et les renversements de liquides. Il est important de garder l'endroit entre la porte et la devanture de la cavité très propre afin que le sceau soit bien étanche. À l'aide d'un linge moussieux, enlevez les éclaboussures de graisse, puis rincez et séchez.

N'utilisez pas de nettoyeurs abrasifs.

PLATEAU EN VERRE

Vous pouvez laver le plateau en verre à la main ou dans le lave-vaisselle.

PANNEAU DES COMMANDES

Essuyez le panneau des commandes à l'aide d'un linge humide et essuyez-le immédiatement avec un linge sec.

La caractéristique du verrouillage de sécurité est également utile lors du nettoyage du tableau de commande. Ce verrouillage empêche la programmation accidentelle lorsqu'on essuie le tableau de commande.

PORTE

Si la vapeur s'accumule à l'intérieur ou autour de l'extérieur de la porte, essuyez le panneau avec un linge doux. Ceci peut se produire lorsque le four à micro-ondes fonctionne dans des conditions très humides; cela ne signifie pas que le four est défectueux.

SURFACE EXTÉRIEURE DU FOUR

Nettoyez à l'aide d'un linge humide. Afin de prévenir tout dommage aux composants internes du four, ne laissez pas d'eau s'infiltrer à travers les fentes d'aération de l'appareil.

Après avoir nettoyé le four, assurez-vous que l'anneau de rotation et le plateau en verre soient bien installés. Appuyez deux fois sur la touche d'arrêt/annulation "STOP/CLEAR" afin de réinitialiser tout réglage accidentel des fonctions.

AVANT DE PLACER UN APPEL DE SERVICE

Le guide ci-dessous vous donnera plusieurs solutions à différents problèmes; veuillez identifier la nature du problème en le consultant. si, malgré tout, le four à micro-ondes ne fonctionne toujours pas bien, communiquez avec le centre de service le plus près de chez vous.

LE FOUR NE VEUT PAS FONCTIONNER DU TOUT.

- Le cordon électrique du four n'est pas branché.
 - Branchez le cordon dans la prise de courant.
- La porte est ouverte. - Fermez la porte et essayez de nouveau.
- Vous avez réglé la mauvaise fonction.
 - Vérifiez les indications du guide se rapportant à la fonction désirée.

LE FOUR PRODUIT UN AMORÇAGE D'ARC (OU DES ÉTINCELLES).

- Vous vous servez d'ustensiles de cuisson qui ne doivent pas être utilisés dans le four à micro-ondes.
 - N'utilisez que des plats et ustensiles à l'épreuve des micro-ondes.
- Le four fonctionne lorsqu'il est vide.
 - Ne faites pas fonctionner le four s'il est vide.
- Des déchets de nourriture sont restés dans le four ou la cavité intérieure du four n'est pas propre.
 - Nettoyez la cavité intérieure avec un linge mouillé.

LA CUISSON N'EST PAS UNIFORME OU LA DÉCONGÉLATION EST MÉDIOCRE.

- Vous utilisez des ustensiles de cuisson qui ne doivent pas être utilisés dans le four à micro-ondes.
 - N'utilisez que des plats et ustensiles à l'épreuve des micro-ondes.
- La durée de cuisson (ou de décongélation) et le niveau de puissance ne conviennent pas.
 - Choisissez la durée de cuisson et le niveau de puissance adéquats.
- Vous ne tournez ni ne brassez pas la nourriture.
 - Tournez ou brassez les aliments.

LES ALIMENTS SONT TROP CUIITS.

- La durée de cuisson et le niveau de puissance ne conviennent pas.
 - Choisissez la durée de cuisson et le niveau de puissance adéquats lorsque vous cuisez les mêmes aliments.
 - Utilisez la fonction "MOINS" (LESS), ce qui diminuera la durée de la cuisson de 10 minutes à chaque pression de cette touche.

LES ALIMENTS NE SONT PAS ASSEZ CUIITS.

- Vous utilisez des ustensiles de cuisson qui ne doivent pas être utilisés dans le four à micro-ondes.
 - N'utilisez que des plats et ustensiles à l'épreuve des micro-ondes.
- Les aliments ne sont pas entièrement décongelés.
 - Décongelez adéquatement la nourriture.
- Les ouvertures d'aération du four sont obstruées.
 - Assurez-vous que les ouvertures d'aération du four ne soient pas bloquées.
- La durée de cuisson et le niveau de puissance ne conviennent pas.
 - Choisissez la durée de cuisson et le niveau de puissance adéquats lorsque vous cuisez les mêmes aliments.
 - Utilisez la fonction "PLUS" (MORE), ce qui augmentera la durée de la cuisson de 10 minutes à chaque pression de cette touche.

TOUTES CES CHOSES SONT NORMALES:

- Un bruit lourd et sourd pendant le fonctionnement du four.
- De la vapeur qui fuit par les fentes autour de la porte.
- Des réflexions de lumière autour de la porte ou du boîtier externe.
- La lumière du four qui s'atténue et le son de la soufflerie du ventilateur qui change pendant le fonctionnement à un niveau de puissance autre que le maximum (HIGH).
- Certaines interférences provenant de la radio ou du téléviseur peuvent survenir pendant le fonctionnement. Ceci est similaire aux interférences causées par les petits appareils électriques tels que les mixettes, sècheurs à cheveux, etc.

GARANTIE

Amana[®] FOUR À MICRO-ONDES GARANTIE DE UN AN SUR TOUTES LES PIÈCES GARANTIE DE CINQ ANS SUR LE MAGNÉTRON

PREMIÈRE ANNÉE

Amana Appliances réparera ou remplacera, y compris la main d'oeuvre, toute pièce (f. à b. Amana, Iowa) qui se révèle défectueuse par suite d'un vice de matériau ou de fabrication, si elle est apportée chez un réparateur Amana autorisé.

DEUXIÈME ANNÉE JUSQU'À LA CINQUIÈME ANNÉE INCLUSIVEMENT

Amana Appliances réparera ou remplacera, y compris la main d'oeuvre, un magnétron (f. à b. Amana, Iowa) qui se révèle défectueux par suite d'un vice de matériau ou de fabrication, s'il est apporté chez un réparateur Amana autorisé.

RESPONSABILITÉS DU PROPRIÉTAIRE:

- Fournir une preuve d'achat. (Reçu de vente)
- Fournir un soin et un entretien normaux, y compris le nettoyage tel qu'indiqué dans le manuel du propriétaire.
- Remplacer les articles remplaçables par le propriétaire, d'après les instructions données dans le manuel du propriétaire.
- Rendre le produit accessible pour le service.
- Payer les coûts de service spécial plus élevés hors des heures ouvrables normales du service.
- Payer les visites de service en relation à l'installation du produit et à l'enseignement du fonctionnement au client.

SITUATIONS NON COUVERTES

- Entretien et nettoyage normaux du produit.
- Filtres à air perdu ou brisés.
- Ampoule d'éclairage.
- Dommages survenus au cours de la livraison.
- Reconstruction générale ou remise à neuf qui n'est pas une réparation légitime d'après la garantie.
- Pannes causées par:
 - Service non autorisé.
 - Accumulation de graisse ou autres matières par suite du nettoyage ou de l'entretien inapproprié.
 - Dommage accidentel ou intentionnel.
 - Connexion à une source d'alimentation électrique inappropriée.
 - Actes naturels.
 - Fonctionnement d'un four vide.
 - Utilisation d'ustensiles, contenants ou accessoires inappropriés qui causent des dommages au produit.

LIMITATIONS DE LA GARANTIE:

- Comence à la date de l'achat original.
- S'applique au produit utilisé pour la préparation NORMALE des aliments.
- S'applique au produit utilisé aux É.-U. ou au Canada si le produit est fourni par une agence appropriée homologuée, lorsque l'appareil est expédié de l'usine.
- Le service doit être exécuté par un service autorisé Amana.

LA GARANTIE EST SANS VALEUR SI:

- La plaque signalétique est endommagée.
- Le produit a été modifié par l'utilisateur.
- Le produit n'est pas installé ou utilisé conformément aux instructions du fabricant.
- Le produit est utilisé sur une base commerciale, loué ou sur location-bail.

EN AUCUN CAS, AMANA APPLIANCES NE SERA RESPONSABLE POUR LES DOMMAGES FORTUITS OU CONSÉQUENTS*

* Cette garantie vous donne des droits légaux spécifiques et vous pouvez avoir d'autres droits qui varient d'un État ou d'une province à l'autre. Par exemple, certains États ne permettent pas l'exclusion ou la limitation de dommages fortuits ou conséquents de sorte que cette exclusion peut ne pas s'appliquer dans votre cas.

Pour des réponses aux questions qui concernent ce qui précède, ou pour localiser un service autorisé Amana, contacter:

Amana Appliances
2800 220th Trail
P.O. Box 8901
Amana, Iowa 52204-0001
USA
1-800-843-0304 aux É.-U.
1-319-622-5511 hors des É.-U.

Amana[®]

Four à Micro-Ondes Manuel de L'utilisateur et Guide de Cuisson

**F1320E
F1320W**

Conserver ces instructions pour consultation ultérieure. En cas de changement de propriétaire du four à micro-ondes, veiller à laisser ce manuel avec le four à micro-ondes.

Part No./Pièce n°. 12401517
Printed in Korea
Imprimé en Corée
P/NO. 3828W5A0819