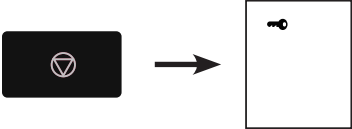
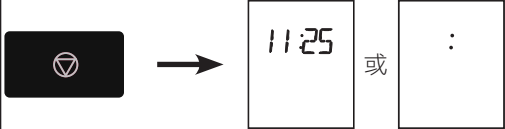
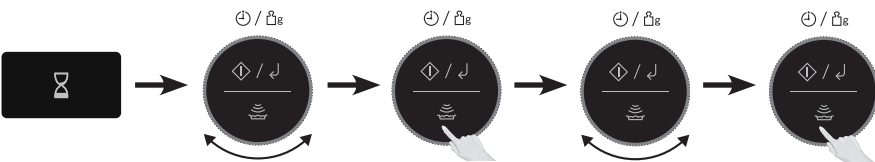
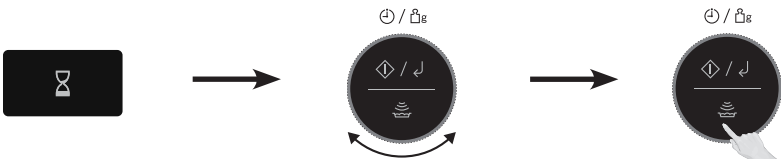
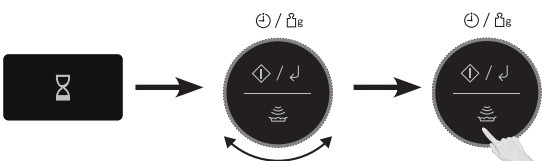


目錄

簡易操作指南	2-6
重要安全措施	7-9
安裝及一般說明	9-11
微波工作原理	11-12
烹調用具使用指南	13-14
烹調模式	15-17
微波爐附件	18
微波爐部件	19-20
控制面板	21
旋鈕的使用	22
顯示窗的介紹	22
語言提示	23
蜂鳴聲選擇	23
顯示窗操作指南	24
兒童安全鎖設置	24
時鐘設定	25
計時設定	25-26
追加烹調設定	27
微波 / 解凍火力設定	28
微波解凍設定	29
超速解凍設定	29
解凍技巧	30
蒸氣功能設定	31-32
一按蒸氣設定	33
燒烤設定	34-35
烘焗設定	36-38
組合烹調設定：燒烤 + 微波火力	39-40
組合烹調設定：有蒸氣的組合烹調	40-42
連續烹調設定	43
一鍵翻熱設定	44
自動烹調食譜設定	45-51
清潔設定	52-54
排水	52
系統清潔	53
除臭	54
清潔爐腔	54
微波解凍建議時間	55
翻熱食譜建議時間	56
常用食譜烹調建議時間	57
空氣炸食譜建議時間	58
要求修理服務之前	59-60
微波爐的保養	61-62
單位換算表	62
規格	63

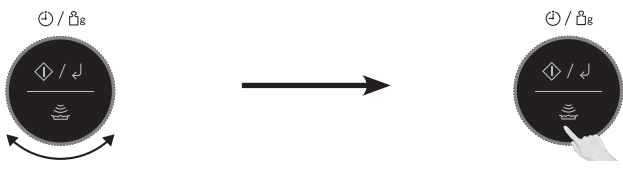
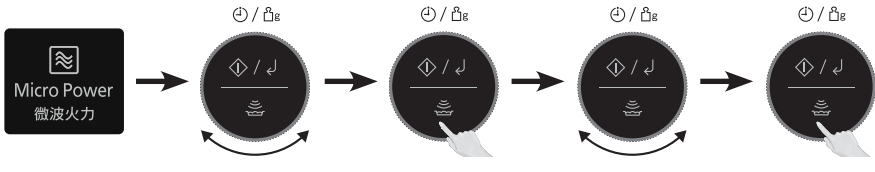
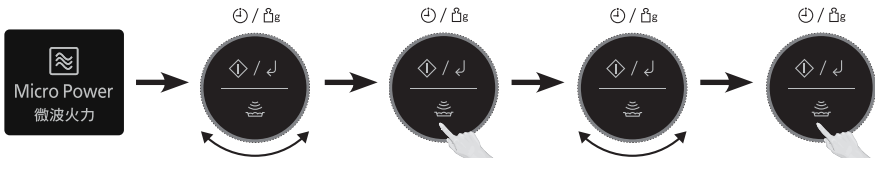
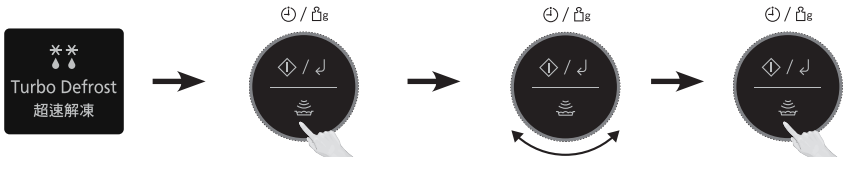
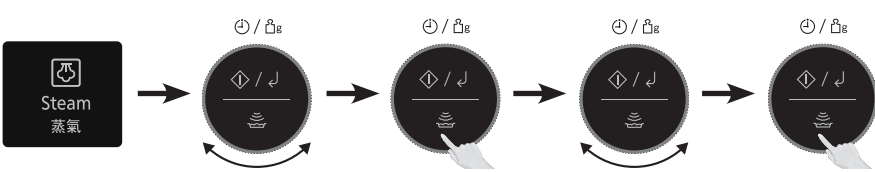
簡易操作指南

當您插上微波爐的電源插頭後，顯示窗顯示“WELCOME TO INVERTER COOKING”，即可開始使用微波爐。

功能	使用方法	
兒童安全鎖設定 / 取消 (第 24 頁)	設定：  按三次。 顯示  按三次。	
時鐘設定 (第 25 頁)	 按兩次。 設定小時。 按一次。 設定分鐘。 按一次。	
計時設定 (第 25 頁)	 按一次。 選擇所需時間。 按一次。	
放置時間設定 (第 26 頁)	選擇所需烹調程序，輸入烹調模式及時間。  按一次。 選擇所需時間。 按一次。	
延時啟動設定 (第 26 頁)	 按一次。 選擇所需時間。 設定烹調程序，輸入烹調模式及時間。 按一次。	

簡易操作指南

(續)

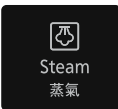
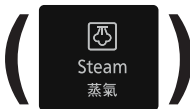
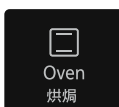
功能	使用方法
追加烹調設定 (第 27 頁)	 烹調結束後，旋轉旋鈕追加烹調時間。 按一次。
微波火力設定 (第 28 頁)	 按一次。 選擇烹調火力。 按一次。 選擇烹調所需時間。 按一次。
微波解凍設定 (第 29 頁)	 按一次。 選擇 300 W。 按一次。 選擇烹調所需時間。 按一次。
超速解凍設定 (第 29 頁)	 按一次。 按一次。 選擇重量。 按一次。
蒸氣功能設定 (第 31 頁)	 按一次。 選擇烹調火力。 按一次。 選擇烹調所需時間。 按一次。

中文

簡易操作指南

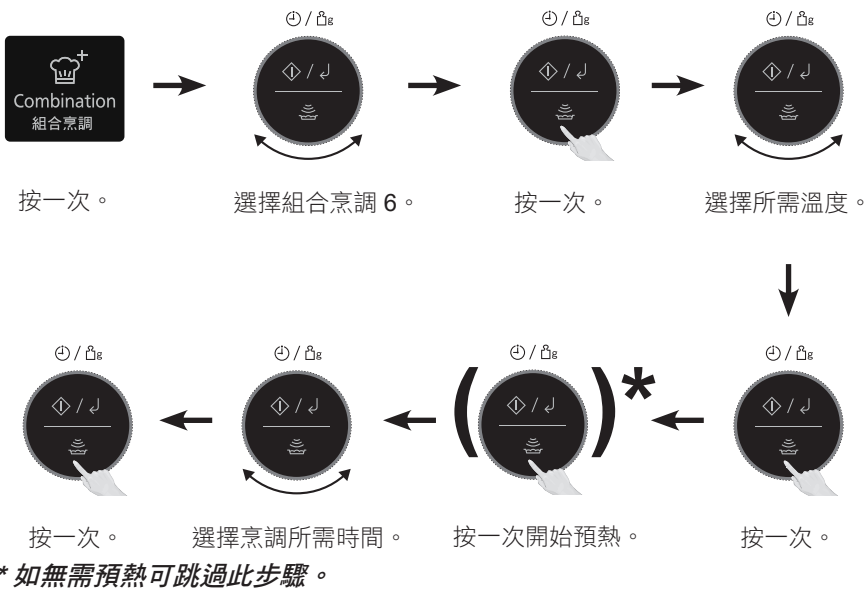
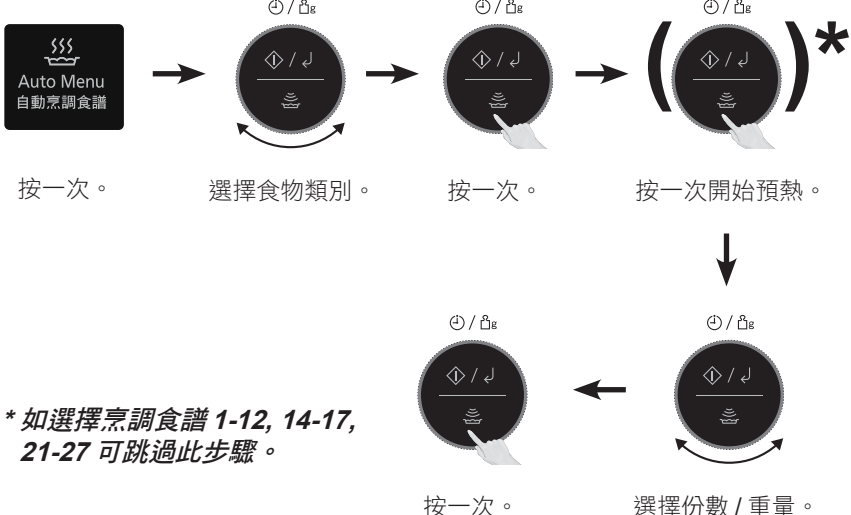
(續)

中文

功能	使用方法
一按蒸氣設定 (第 33 頁)	設置並運行所設置的程序。 →  →  可選 根據需要在烹調過程中，按蒸氣鍵 2 秒鐘，設定加 1 分鐘蒸氣。 如果需要追加 2 到 3 分鐘蒸氣，請在前一步狀態出現後 3 秒內再連續按蒸氣鍵 1 到 2 次。顯示窗上的時間開始倒計時。
燒烤功能設定 (第 34 頁)	 →  →  →  →  按一次。 選擇烹調火力。 按一次。 選擇烹調所需時間。 按一次。
烘焗功能設定 (第 36 頁)	 →  →  →  * 按一次。 選擇所需溫度。 按一次。 按一次開始預熱。 ↓  ←  按一次。 選擇烹調所需時間。 * 如無需預熱可跳過此步驟。
組合烹調功能 1-5 設定 (第 39, 41 頁)	 →  →  →  →  按一次。 選擇烹調火力。 按一次。 選擇烹調所需時間。 按一次。

簡易操作指南

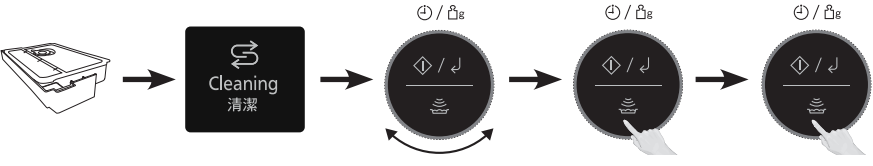
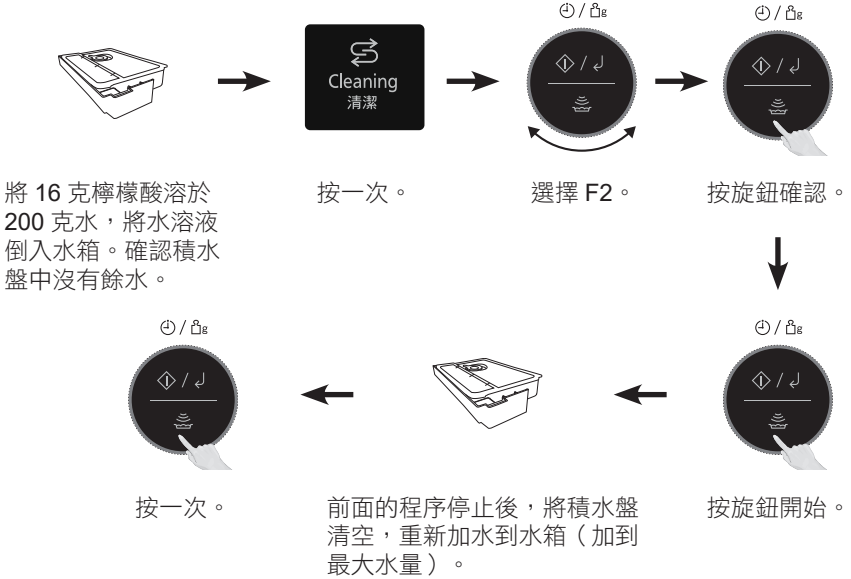
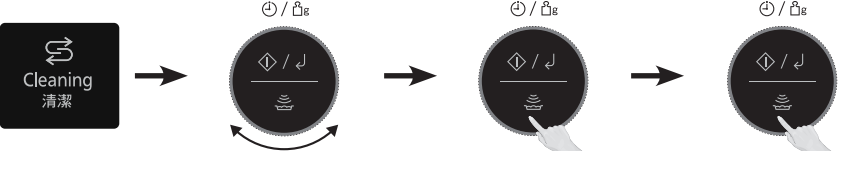
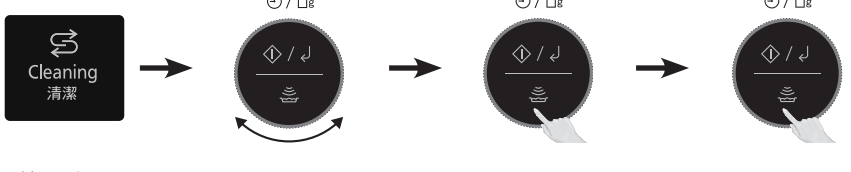
(續)

功能	使用方法
組合烹調功能 6 設定 (第 41 頁)	 按一次。選擇組合烹調 6。按一次。選擇所需溫度。 按一次。選擇烹調所需時間。按一次開始預熱。按一次。 * 如無需預熱可跳過此步驟。
一鍵翻熱設定 (第 44 頁)	 當顯示時鐘或冒號時，按旋鈕開始加熱。
自動烹調食譜設定 (第 45 頁)	 按一次。選擇食物類別。按一次。按一次開始預熱。 * 如選擇烹調食譜 1-12, 14-17, 21-27 可跳過此步驟。 按一次。選擇份數 / 重量。

簡易操作指南

(續)

中文

功能	使用方法
排水 (第 52 頁)	 加 100 克水。按一次。選擇 F1。按旋鈕確認。按旋鈕開始。
系統清潔 (第 53 頁)	 將 16 克檸檬酸溶於 200 克水，將水溶液倒入水箱。確認積水盤中沒有餘水。 按一次。按旋鈕確認。按旋鈕開始。 前面的程序停止後，將積水盤清空，重新加水到水箱（加到最大水量）。按旋鈕開始。
除臭 (第 54 頁)	 按一次。選擇 F3。按旋鈕確認。按旋鈕開始。
清潔爐腔 (第 54 頁)	 按一次。選擇 F4。按旋鈕確認。按旋鈕開始。

重要安全措施

仔細閱讀並妥善保存

使用微波烹調應注意之事項 檢查有否損壞：

使用微波爐前應先檢查下列各項：

1. 爐門是否妥當，可暢順開關。
2. 門鉸是否妥當。
3. 爐門的金屬邊緣不可弄曲或變形。
4. 爐門的邊緣不可沾上食物或積聚油污。

預防事項：

請注意以下事項。（否則可能會導致微波外洩）：

1. 切勿損壞爐門的安全鎖。
2. 當微波爐運作時，請勿使用任何物件（特別是金屬物件）強行打開爐門。
3. 切勿放置任何金屬物體於爐內，包括金屬容器，罐頭或任何金屬物品等
4. 不可讓其他金屬物體如速食食品之錫紙包裝，碰觸爐壁。
5. 清潔爐腔，應使用溫和洗潔液清理爐門及其邊緣位置。不可使用具腐蝕性的清潔劑，以免損壞爐腔。
6. 不要使用粗糙磨料清洗劑或鋒利的金屬刮刀清潔產品門的玻璃，因為其會擦傷玻璃表面，從而可能導致玻璃破碎。
7. 使用微波爐時必須應用附設的烹調器皿。
8. 使用微波爐時，爐內應放有可吸收能量的物質。（例如：食物，水）。除本說明書特別許可的情況外。
9. 爐門開啟時，請勿在爐門上放置重物。

10. 微波爐內切勿使用密封的容器。嬰兒用的奶樽亦算密封容器。
11. 本微波爐不能由身體虛弱（包括未成年人）或缺乏經驗和相關知識的人來操作，除非在監護人的監督指導下安全使用。
12. 要看顧兒童以免兒童把微波爐當成玩具。
13. 除受過專業培訓的合資格的維修人員外，其他人員拆下機殼來進行檢修操作是非常危險的，如在檢修過程中錯誤拆下防止微波能量洩漏的機件等操作。
14. 微波爐在使用過程中，表面可能會變得很燙。
15. 本產品不能安裝於裝飾性門後，以免過熱。

操作要點：

1. 首次使用**蒸氣**或**任何一種燒烤功能**時，如有白煙冒出，並非是故障現象。
2. 使用**蒸氣**，**燒烤**，**烘焗**以及**組合烹調**功能過程中，爐身、排風口及爐門亦會受熱，請小心開關爐門及取放食物和器皿。且勿讓孩童接近。



警告！高溫表面

3. 使用**燒烤**，**烘焗**以及**組合烹調**時，微波爐頂部及底部的加熱器工作會導致微波爐頂部處於高溫狀態。
4. 器具在使用期間會發熱。注意避免接觸爐內的發熱單元。
5. 在使用時可觸及部分可能會發熱。兒童應遠離。
6. 在第一次使用**燒烤**，**烘焗**以及**組合烹調**之前，請在沒有放置任何食物及配件的情況下選擇**烘焗**功能設置攝氏 230 度運作 10 分鐘。這樣可以燃燒掉加熱器上的保護油。這是唯一一次微波爐在沒有負載的情況下工作。

中文

重要安全措施

(續)

使用要點說明

注意——使用本微波爐時，為避免發生著火，漏電，傷人或微波外泄等意外，必須注意以下安全要點：

1. 在使用本設備前，請參閱重要安全指引。
2. 生雞蛋及密封盒之類的東西，例如：密封的玻璃器皿及嬰兒用奶樽容易引起爆裂，故不能放入爐內加熱烹調。
3. 本設備僅適用於本說明書所指示之用途。
4. 小孩使用本設備時必須有監管人監管。
5. 當微波爐操作不正常，或受損及跌撞時，應停止繼續使用。
6. 不可用於室外。
7. 不可將電線或插頭浸入水中。
8. 不可將電線接近高溫處。
9. 不可將電線掛在桌子或櫃台邊。
10. 為避免微波爐起火：
 - (a) 不可過度烹煮食物。注意放入爐內的材料如：紙，塑料或其他易燃物品等。
 - (b) 不建議加熱醫用袋，如果要加熱，請勿離開並仔細參照製造商的指示。
 - (c) 放盒子入微波爐時，請取走金屬包裝。
 - (d) 萬一爐內的東西著火，請保持爐門緊閉，然後拔去電源插頭，或關掉屋內電源總開關。
 - (e) 烹調或加熱進行時，請勿離開。
11. 切勿拆開爐身。
12. 請勿通過外接計時器或獨立遙控系統操作本微波爐。
13. 未能保持微波爐清潔可能導致微波爐表面損壞，這將影響微波爐的使用壽命或導致其有所損壞。

電源

Panasonic 微波爐需以獨立電源運作，而所用的電壓應與標籤上提供的資料一致。否則電路保險線有機會被溶斷或會延長所需烹調時間。禁止插入高容量的電線板。

接地說明

本設備必須接地。萬一漏電，則接地可以提供電流回路以避免觸電。本設備配有一個接地插頭。這插頭必須插在確實接地的插座上。

注意——錯誤地使用接地插頭會有觸電的危險。

電動風扇的操作：

在使用某些功能後，電動風扇會繼續開動，這是正常情況，此時可隨意取出食物。

使用完**烘焗**功能後，建議打開爐門以加速冷卻過程並縮短電動風扇運行時間。

重要安全措施

(續)

警告

- a) 門縫範圍應以濕布清潔。若本產品的門邊及線縫，若有損壞，必須停止使用，並交由維修人員修理。
- b) 如果門或門邊線縫有損壞，請勿使用微波爐，並交由維修人員修理。
- c) 必須由指定製造商所訓練的維修人員做調整或修理服務，讓他人修理，會有危險。
- d) 除有資格的維修人員外，其他人來執行檢修操作都是危險的，包括拆下防止微波能量洩漏的防護蓋等操作。
- e) 如電源線損壞，必須由維修人員或有相關維修資質的人員進行維修，以避免危險。
- f) 使用前，使用者必須檢查清楚所用的烹調用具是否適用於微波爐。
- g) 液體食品或其他食品一定不要放在密封的容器裏加熱，因為這樣有可能會發生爆炸，同時應防止沸騰液體延遲噴濺，以防燙傷。
- h) 兒童要單獨使用微波爐，父母必須給予正確指導，並清楚讓兒童知道使用方法不正確所帶來的危害。
- i) 當微波爐在使用**蒸氣**，**燒烤**，**烘焗**或**組合烹調**模式時，因溫度升高，兒童必須在成人監護下使用。

中文

安裝及一般說明

一般使用

- 1. 為保持高質素的烹調效果，切勿讓微波爐空著操作，因為當沒有食物或水份在爐內吸收能量的情況下，微波能量會不停地在爐內反射。這會導致爐腔損壞。
- 2. 發現微波爐起煙，請緊閉爐門，並按**停止 / 重設**鍵，以熄滅爐內的火焰。然後中斷電源或關閉電路開刀板或保險絲處的開關。
- 3. 本產品主要用來加熱食物和飲料。切勿用來烘乾食物或衣物，或加熱電熱器，拖鞋，海綿，濕布和其他類似產品，否則可能引起受傷，著火或者火災。
- 4. 不要在爐內烘乾布類、報紙或其他東西。可能會引起火災。
- 5. 不可使用再生紙製品，因其含有容易引起火花和火種的雜質。
- 6. 不可將報紙或紙盒用於微波爐。
- 7. 不可敲打控制面板以免損壞控制器。
- 8. 取出已煮完的食物時必須使用鍋夾，因為熱力會從高溫的食物傳至烹調容器，然後再由烹調容器傳至平板玻璃，當烹調容器從爐內取出，平板玻璃會非常熱。
- 9. 不可將易燃物放在爐內或爐頂以免導致起火。
- 10. 如非食譜所指定，不可直接在平板玻璃上烹煮食物。（食物必須放入適合的烹調器皿中。）
- 11. **請勿**使用該微波爐加熱化學劑或其他非食物製品。不可用含有腐蝕性化學劑的製品清洗微波爐。**在爐內加熱腐蝕性化學劑可能會引起微波外洩。**
- 12. 當使用**含微波的組合烹調**時，請勿將任何鋁或金屬容器直接置於燒烤盤上。
- 13. 當僅使用**微波**功能烹調時，請勿使用燒烤盤。
- 14. 烹調時，蒸氣會在爐門上及 / 或爐門內少量凝聚，這是正常現象，微波爐仍可安全使用，冷卻後蒸氣將會自動消散。
- 15. 在使用紙，塑料或其他易燃材料製成的容器加熱或烹調食物時，請勿離開，因過度加熱此類製品可能會引起火災。
- 16. 在使用微波功能時，請勿將食物或飲料放在金屬容器內。
- 17. 僅使用微波爐適用容器。

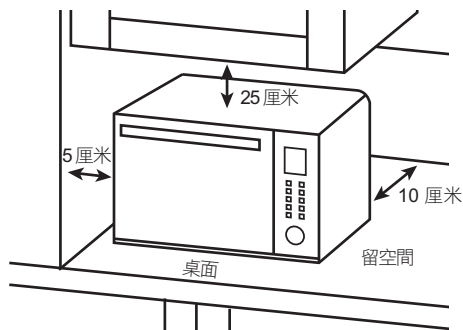
安裝及一般說明

(續)

微波爐的放置

該產品僅供桌面使用。它不能放置於櫥櫃內。

1. 微波爐必須平穩地擺放在不能放置於櫥櫃內。正常地使用，爐的周圍必需保持空氣流通。**相當於微波爐有一側需留 5 厘米空隙，另一側必須敞開；頂端需留 25 厘米；後壁需留 10 厘米。不可取去爐腳。**



- (a) 不可堵塞通氣口。如在使用過程中被堵塞，令微波爐過熱，則安全裝置會自動關閉微波爐。並待微波爐冷卻後才可使用。
- (b) 不可放置微波爐於高溫潮濕地方例如煤氣爐，帶電區或水槽等。
- (c) 如室內溫度過高則不能使用微波爐。

2. 本微波爐只適用於家庭使用。

食物

1. 不可將密封罐裝食物或瓶子放入微波爐，當氣壓增加，瓶子可能會爆炸，而且微波爐不能使食物維持在適當的溫度，微波可能會引致罐裝食物變質及進食後可能會對身體有害。
2. 不可用微波爐煎炸食物。
3. 不可煮帶殼蛋，因壓力會使蛋爆裂。
4. 馬鈴薯、蘋果、蛋黃、雞翼、栗子、紅腸等帶皮的食物在烹調前必須用叉或刀穿孔以防止燒焦。
5. 當加熱湯，醬汁或飲品等液體食物時，若加熱過度便會有滾瀉的現象出現。要避免這種情況發生，請留意以下各點：
 - (a) 避免使用直身及開口窄的容器。
 - (b) 不要加熱過度。
 - (c) 加熱前以及加熱中途略加攪拌。
 - (d) 加熱後先讓食物於爐內放置片刻，略加攪拌才將之取出。
 - (e) 微波加熱飲料會導致延遲噴濺沸騰，因此取出時必須小心謹慎。
 - (f) 一般情況下，在烹調湯，砂鍋，或者肉類的時候，需要加蓋。
6. 不可使用一般的測肉溫度計於微波爐。若檢查肉類的烹調溫度，請使用微波爐專用測肉溫度計。當食物從微波爐拿出後，可以使用一般的測肉溫度計。若烹調不足，則再放入微波爐內用適當的火力和時間多煮數分鐘。確認肉類和禽類完全煮熟是非常重要的。

安裝及一般說明

(續)

7. 烹調指南所提供的烹調時間為大約時間。影響烹調時間的因素有：所喜歡的生熟程度，開始溫度、海拔高度、份量、大小、食物形狀和盛載器皿。若您熟悉爐的操作，則可以適當參照以上這些因素加以修正烹調時間。
8. 烹調食物時最好是寧可烹調不足也不要烹調過度。若食物烹調不足則可重新再加以烹調，但若烹調過度則無法補救。請時常選用最短時間。
9. 爆谷必須用微波爐專用的爆谷器皿盛載。另外一些紙袋包裝的微波爆谷亦適用於微波爐烹調。請依照食品製造商的說明指示及用法。烹調爆谷時，請加倍注意，切勿離開。
10. 當使用所購食品包裝的塑料、紙或其他易燃材料的容器加熱或烹調時，請加倍注意，切勿離開。
11. 在使用奶樽或其他容器餵食嬰兒前，要對這些食品進行攪拌或搖晃並試一試溫度以防止燙傷嬰兒。

微波工作原理

微波烹飪法

微波是一種高頻率的電磁波（波長約 12 厘米），和無線電採用的電波相似，電流是通過磁控管而變為微波，電磁控管發射的微波被傳送到微波爐內的四週，然後反射，傳導及被吸收。

反射

微波會被金屬反射，正如打中牆壁的球會反彈一樣，一個固定物（內壁）和旋轉的金屬（轉盤或攪動扇）組合，幫助將爐內的微波分佈至每個角落，而發揮均勻的烹調效能。

傳導

微波能夠透過一些物質，如紙、玻璃和塑膠，就好像太陽光能透射門窗一樣，由於這些物質不會吸收或反射微波能，所以是理想的微波烹飪廚具。

吸收

微波能被食物吸收，所滲入的深度約 2 至 4 厘米，微波能刺激食物的分子（尤其是水，脂肪和糖的分子），而引起它們快速的振動。此振動引起磨擦，進而產生熱能。對於大塊的食物，經由磨擦而產生的熱能傳導至中心，而將食物煮熟。

微波烹飪用具

微波烹飪法為廚具在便利性和適應性上開闢了新的可能性。雖然市面上不斷推出各種不同的微波用具，可是有很多廚房用具也可以採用微波來烹飪及加熱。

玻璃、陶瓷等抗熱的玻璃烹飪器皿是微波烹飪法極寶貴的廚具，其實大多數的家庭都已具備很多這些器皿，例如玻璃量杯，乳蛋漿杯，攪拌碗，麵包盤，有蓋燉鍋，長方形的烤盤，批碟和圓或方形的糕餅碟等。

餐碟器皿也適用於微波熱能，很多商標的餐具用於微波烹飪也極安全，請參閱各種餐具用於微波爐的提示說明，如餐具注明抗爐熱，通常用於微波爐都很安全，不過，為了安全起見，應首先推行微波烹飪試驗。

有幾種玻璃器皿和餐具不適用於微波爐，使用餐具或玻璃器皿時，請記住以下的基本原則。不可採用金屬條紋的餐碟或具有金屬配件的容器，因可能產生電弧而導致碟破裂，不可採用黏上手柄的瓷盅或杯，因不斷感熱可能造成手柄脫落。

不可用易碎的玻璃器皿，雖然此種透明的玻璃器皿可能讓微波能滲入，但食物的熱度可能使玻璃器皿破裂。

怎樣試驗盛器是否能安全的放進微波爐裏使用：

將一個玻璃杯裝 300 毫升（½ 品脫）的水，一起和試驗的盛器放進微波爐裏，1000 W（高火）煮一分鐘。假如這個盛器保持不熱，但水是熱的，那麼它就是安全的微波烹飪盛具。若是這個盛器變熱，證明它已吸收一些微波能，絕對不可使用。這個試驗不可用在塑料盛器上。

中文

罐子和瓶子打開之後，可以用來加熱食物至進食溫度。假如這些盛器不能耐熱，千萬別用來加熱食物，因為食物的溫度會將以上的用具造成破裂。

特製微波熱盤是作煎、炒、炸之用。例如煎肉排、肉餡餅、牛扒等。它的底層由特殊材質構成，以便吸收微波能，使它更加熱。當食物放進去時、它的效果有如煎或炸的一樣。未煎炒時，請按照製造商的用法說明，先把熱盤加熱，燒食物時，必須依照食譜或個人的選擇進行加熱，並用防燙布墊把熱盤從微波爐中拿出。使用特製微波熱盤時不要用自動烹調食譜。請查閱特製微波熱盤的說明書，以尋找詳細指示和煎炒圖。

不要用特製微波熱盤煮、煎或炸整隻家禽。

紙、餐巾、紙巾、碟與杯

全部都是便於使用微波烹飪法的廚具。用它們烹調短時間和低脂肪的食物。避免使用有臘外層的紙製品，因為當遇上高溫時，臘層便會溶解並黏在食物上。可是臘紙卻適用於避免潑濺。各種大小不同的化學用料包層紙鍋，相當堅硬，用於微波導熱也是理想的。

警告：不可使用再生紙類產品，例如棕色紙袋，因為它們含有雜質會引起電弧（藍火星），而對微波爐造成損壞。

草、柳與木

將草及柳製籃子短暫的放進微波爐裏，能夠加熱糕類或麵包。大型的木制用具如碗或切板不可用於長時間的微波加熱，這樣會使它們乾燥而且脆裂。

塑料碟用具杯和某些冰凍庫的容器，也可能適用於微波爐，由於食物的熱度可能使某些塑料容器軟化，變形或起凹痕，宜小心選用，並確認製造商關於微波爐烹飪的安全推薦。烹煮時間長或高脂肪和糖含量的食物，也不應使用塑料碟。

烹飪袋的構造能抵受沸煮，冰凍或舊式的加熱，用於微波爐很安全，根據廠家的說明而準備烹飪袋，使用兼備的尼龍索或棉繩綁紮袋口，或者由袋口的末端剪出一長條，在袋的上部割六條 1 厘米（ $\frac{1}{2}$ 英寸）的裂口，讓蒸氣外泄。烹飪袋不可用金屬線綁紮袋口，此種金屬線可充作天線而引起電弧（藍火星），並可能點燃而損壞微波爐。不可採用裝盛食物的塑料袋烹煮，此種塑料袋不可抗熱，並可能熔化，自動感應烹煮法不可採用燒烤袋。

特製塑性食物薄膜 (CLING FILM) 適用於遮蓋大多數食譜的廚具。不過，漫長的烹飪時間可能使塑性薄膜稍微變形，當使用塑性膜或任何玻璃鍋蓋時，須小心由相反的方向打開，以避免蒸氣將您燙傷。當燒熱之後，將塑性膜弄鬆但使它仍然蓋著，而擱在一旁，當採用自動感應烹煮法時，不要掀開塑性薄膜。

金屬容器或廚具和那些有金屬邊的用具，都不可用於微波爐，因為微波能遇到金屬便會反射，那麼食物便不能均勻的烹調。而且這很有可能引起“電弧”。靜態流射或火花將會發生在金屬之間或金屬和爐的內牆之間。彎裂將會損壞爐的牆。若是發生了，停止烹調，將食物倒入非金屬容器。雖然金屬容器不能用於微波爐烹調，但是如果正確使用一些金屬會對烹調有幫助。

鋁箔可以安全使用，如果遵守數項指南。這是因為它反射微波能，但是在一些食譜中它也有好處的。它可以用來避免過度烹調。用鋁箔包住食物幼薄的部分如翅膀，烤肉尾端等，這它將不會比其他部分快熟。用一枝木條將箔片置定於一個位置。

黏上鋁箔片的硬紙或塑料容器，不可用於微波爐。如牛奶盒子，冷藏濃橙汁罐或烘容器，蛋糕或麵包，必須避免使用。

金屬烤肉叉可以用於烤焗食物，不過，烤肉應該佔烤叉的 80%。放置烤肉叉時要小心，避免烤肉叉之間或烤肉叉與爐之間的接觸。最好是使用木制烤叉，你可在市場上，雜貨店或家庭用具部門買到。

溫度錶可以用於微波爐。當用微波爐煮食物時，不可用普通的水銀糖果或肉類溫度表。應用紙或外包塑料的金屬綁帶，都不可以用於微波爐。

烹调用具使用指南

	微波火力	燒烤	蒸氣	烘焗
錫紙	用於遮擋	可	可	可
陶瓷盤	可	可	可	可
微波碟	可	不可	不可	不可
牛皮紙袋	不可	不可	不可	不可
快餐用紙碟 耐熱 / 微波適用	可	可	可	可
非耐熱 / 微波適用	不可	不可	不可	不可
一次性紙容器	可 *	可 *	不可	可 *
玻璃器皿 耐熱玻璃 / 陶瓷	可	可	可	可
非耐熱玻璃 / 陶瓷	不可	不可	不可	不可
金屬器皿	不可	可	可	可
金屬絲	不可	可	可	可
耐熱烹飪袋	可	可 *	可	可 *
廚房紙巾及餐紙	可	不可	不可	不可
塑料解凍架	可	不可	不可	不可
塑料碟子 微波適用	可	不可	可	不可
不可用於微波塑料碟	不可	不可	不可	不可
微波適用保鮮紙	可	不可	不需要	不可
草、柳及木製容器	可	不可	可	不可
溫度計 微波適用	可	不可	不可	不可
常規市售溫度計	不可	可	不可	可
蠟紙	可	可	可	可
矽料烤盤	可 *	可 *	可 *	可 *

* 請嚴格按照廠商的建議溫度及食譜操作使用。

中文

烹調用具使用指南

(續)

以中

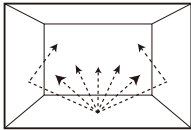
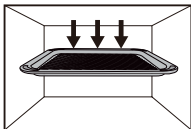
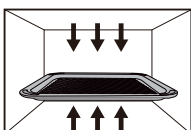
	組合烹調			
	組合烹調 1,2 (燒烤 + 微波火力)	組合烹調 3, 4 (蒸氣 + 微波火力)	組合烹調 5 (蒸氣 + 燒烤)	組合烹調 6 (蒸氣 + 烘焗)
錫紙	用於遮擋	用於遮擋	可	可
陶瓷盤	可	可	可	可
微波碟	不可	不可	不可	不可
牛皮紙袋	不可	不可	不可	不可
快餐用紙碟 耐熱 / 微波適用	可	可	可	可
非耐熱 / 微波適用	不可	不可	不可	不可
一次性紙容器	可 *	不可	不可	不可
玻璃器皿 耐熱玻璃 / 陶瓷	可	可	可	可
非耐熱玻璃 / 陶瓷	不可	不可	不可	不可
金屬器皿	不可	不可	可	可
金屬絲	不可	不可	可	可
耐熱烹飪袋	可	可	可	可
廚房紙巾及餐紙	不可	不可	不可	不可
塑料解凍架	不可	不可	不可	不可
塑料碟子 微波適用	不可	可	不可	不可
不可用於微波塑料碟	不可	不可	不可	不可
微波適用保鮮紙	不可	不需要	不可	不可
草、柳及木製容器	不可	可	不可	不可
溫度計 微波適用	不可	不可	不可	不可
常規市售溫度計	不可	不可	不可	不可
蠟紙	可	可	可	可
矽料烤盤	可 *	可 *	可 *	可 *

* 請嚴格按照廠商的建議溫度及食譜操作使用。

烹調模式

以下表格顯示各功能下所使用的附件，效果會因食品種類和容器條件而異。

表格中的 “” 圖標表示**燒烤盤**。

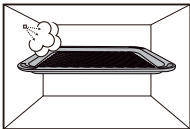
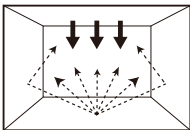
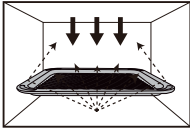
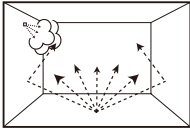
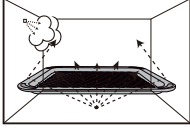
微波火力  附件 -	使用	■ 解凍 ■ 再加熱 ■ 融化：牛油、朱古力、芝士。 ■ 烹調魚類，蔬菜、水果、蛋類。 ■ 準備食材：燉水果、果醬、醬汁、吉士醬、泡芙、糕點、焦糖、肉或魚。 ■ 烘烤無需上色的蛋糕。 無需預熱
燒烤  附件 	使用	■ 烤肉或魚類。 ■ 烤多士。 ■ 為烘烤類菜肴或批類增加烤色。 無需預熱
烘焗  附件 	使用	■ 快速烘烤糕點如：泡芙酥皮，曲奇，瑞士卷，烤餅等。 ■ 特製燒烤：條狀麵包或奶油蛋捲，海綿蛋糕等。 ■ 烤薄餅、蛋撻等。 建議預熱
	容器	耐熱金屬容器放在燒烤盤上，放入下層或上層托盤架。

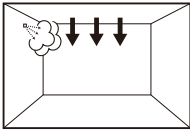
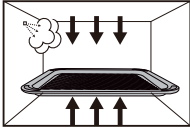
中文

烹調模式

(續)

中文

蒸氣  附件 	使用	■ 蒸魚，蔬菜，雞，飯和馬鈴薯等。 無需預熱
組合烹調 1, 2 (燒烤 + 微波火力)   附件 	使用	■ 烹調千層麵、肉、脆皮馬鈴薯或奶油烤菜。 無需預熱
組合烹調 3, 4 (蒸氣 + 微波火力)   附件 	使用	■ 烹調魚，蔬菜，雞，米飯和馬鈴薯。 無需預熱
	容器	將食物直接放在燒烤盤上，放入下層或上層托盤架。或將食物放入微波爐適用容器，放在平板玻璃上使用（鐵製容器除外）。

組合烹調 5 (蒸氣 + 燒烤)  附件 	使用	■ 脆皮 ■ 烤羊肉串 ■ 魚塊 ■ 全條魚 ■ 麵包卷 無需預熱
容器		耐熱碟放在燒烤盤上，放入下層或上層托盤架。或將耐熱碟放在平板玻璃上使用。
組合烹調 6 (蒸氣 + 烘焗)  附件 	使用	■ 烤蛋糕 ■ 烤餡餅和撻類。 建議預熱
容器		耐熱碟放在燒烤盤上，放入下層或上層托盤架。不要將碟子直接放在平板玻璃上使用。

微波爐附件

微波爐配備了一個附件，燒烤盤。請遵照以下附件的使用說明。該附件有多種用途：



燒烤盤

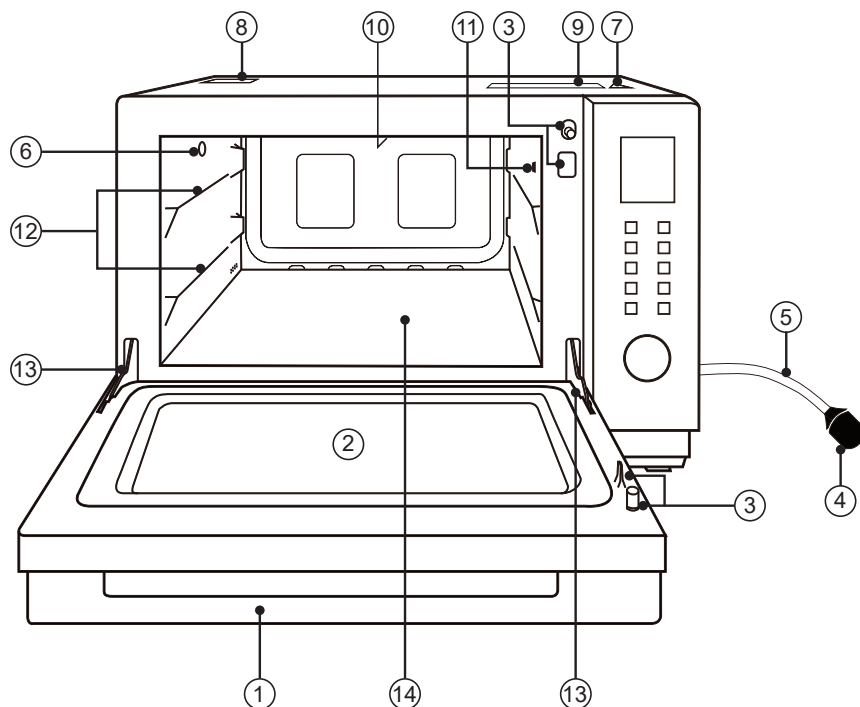
- 無需預熱。
- 取出附件時，請使用隔熱手套。
- 確保在烹飪前移除所有食品包裝。
- 不要在熱的燒烤盤上放置任何熱敏材料，因為這可能會導致燃燒。
- 燒烤盤在每個烹調模式的使用方法，請參見第 15-17 頁。

燒烤盤的保養

1. 切勿在燒烤盤上放置任何鋒利的容器，因為這會損壞不粘表面。
2. 使用後，用熱肥皂水清洗燒烤盤並用熱水沖洗。請勿使用任何研磨性清潔物質或百潔布，因為這會損壞燒烤盤表面。
3. 燒烤盤可用洗碗機清洗。

烹調模式	燒烤盤	位置
微波火力	×	-
燒烤	✓	
烘焗	✓	
蒸氣	✓	
+ 組合烹調 1,2	✓	
+ 組合烹調 3,4	✓	
+ 組合烹調 5	✓	
+ 組合烹調 6	✓	

微波爐部件



① 開門手柄

向下拉動手柄開啟爐門。當你在烹調過程中打開爐門，預定的模式會暫時保留。把爐門再次關上並按下旋鈕，程序會恢復運行。當打開爐門，爐內燈將點亮。

② 爐門

③ 爐門安全鎖

為防止受傷，請勿將手指、刀、勺子或其他物品插入孔內。

④ 電源插頭

⑤ 電源線

⑥ 蒸氣口

⑦ 警告標識

⑧ 警告標籤

⑨ 菜單標籤

此處可貼附提供給您的菜單標籤。

⑩ 頂部加熱器

⑪ 爐內燈

當打開爐門或者工作中，爐內燈將點亮。

⑫ 托盤架位置

⑬ 門鉸鏈

門開或門關時，切勿把手指伸入。

⑭ 平板玻璃

1. 待平板玻璃冷卻後再進行清潔。
2. 不得將食物直接放在平板玻璃上。將食物放在微波爐用容器中或容器支架上。

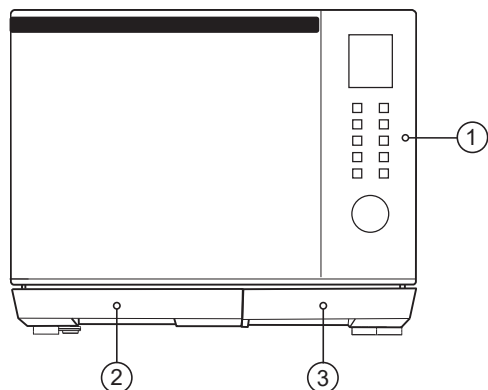
備註：

以上圖示僅供參考，請以實際產品為準。

微波爐部件

(續)

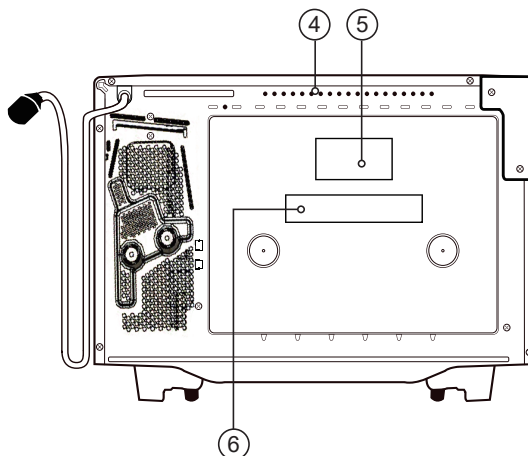
正視圖



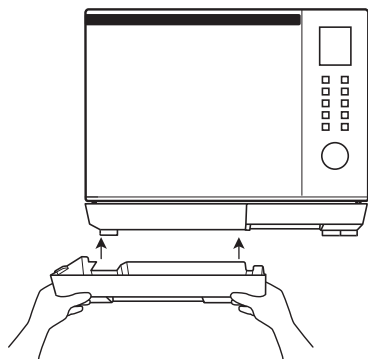
1. 控制面板
2. 積水盤

3. 水箱
4. 排風口

後視圖



5. 警告標籤 (有些地域產品背部有兩張警告標籤。)
6. 銘牌標籤



重新將積水盤安裝回爐腳處。



積水盤

1. 使用微波爐前請務必安裝積水盤，它是用來收集微波爐在烹調過程中滴出的多餘的水滴。積水盤應該經常拆下來進行清洗。
2. 安裝時，請務必使用雙手將卡口卡在爐腳上。
3. 拆除積水盤時，雙手拿住積水盤，輕輕地拉出。放入溫熱的肥皂水中清洗。清洗完後，重新安裝到微波爐上。
4. 請不要使用洗碗機來清洗積水盤。



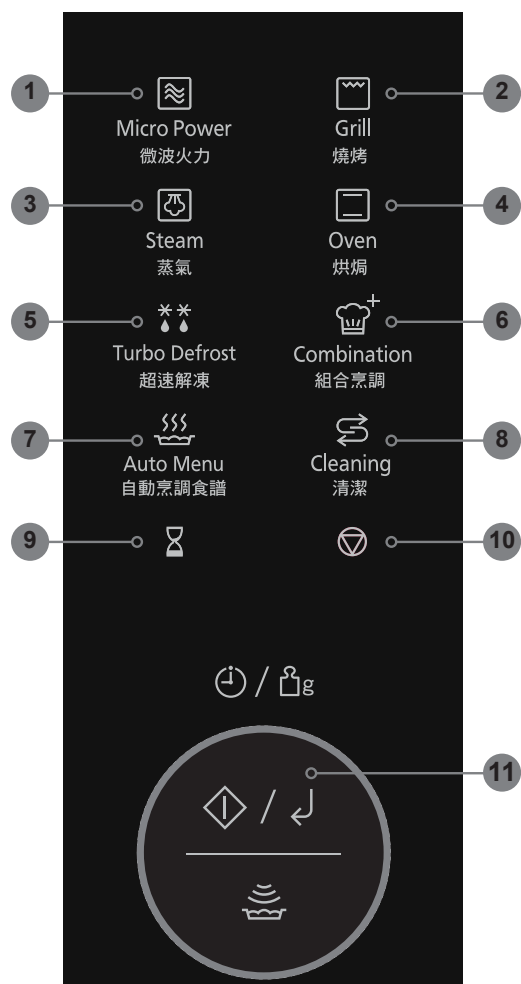
水箱

小心將水箱從微波爐上取下。打開膠蓋，倒入低硬度水例如蒸餾水注入水箱。(切勿使用高硬度水例如礦泉水)。蓋上膠蓋，裝回微波爐。確保膠蓋被蓋緊，水箱安裝到配合位置，否則會發生漏水現象。建議每個星期用溫水清潔水箱。參見第 32 頁。

備註：

以上圖示僅供參考，請以實際產品為準。

控制面板



1. 微波火力按鍵 (第 28-29 頁)

2. 燒烤按鍵 (第 34-35 頁)

3. 蒸氣按鍵 (第 31-33 頁)

4. 烘焗按鍵 (第 36-38 頁)

5. 超速解凍按鍵 (第 29 頁)

6. 組合烹調按鍵 (第 39-42 頁)

7. 自動烹調食譜按鍵 (第 45-51 頁)

8. 清潔按鍵 (第 52-54 頁)

9. 計時 / 時鐘鍵 (第 25-26 頁)

10. 停止 / 重設鍵

烹調前：

按一次可消除已輸入的指示。

烹調時：

按一次可暫時中止烹調程序。再按一次即將所輸入的指示消除，而時鐘設定的時間或冒號則會出現在顯示窗上。

11. 旋鈕 (第 22 頁)

蜂鳴提示：

按動爐鍵會聽到蜂鳴器聲響。如果沒有聽到聲響，您可能關閉了提示音，您可以在首次通電後轉動旋鈕將其開啟（參見第 23 頁）。如聽到兩次蜂鳴器聲，則是表示一個烹調階段的結束或需對食物翻身或攪拌。如聽到三次蜂鳴器聲，則表示烘焗或者某些組合烹調預熱完成。當整個烹調程序完成後，則會發出五次蜂鳴器聲。

備註：

如果您設置完烹調程序後，沒有按旋鈕進行烹調，6 分鐘後，電腦程序將自動取消本次設置，恢復到時鐘或冒號狀態。

旋鈕的使用

旋鈕有以下 4 種功能：



- 1 火力 / 時間 / 重量 / 溫度 / 食譜選擇**
通過旋轉**旋鈕**選擇火力、時間、重量、溫度或自動烹調食譜。

- 2 追加烹調時間**
通過旋轉**旋鈕**追加烹調時間（請參閱第 27 頁）。

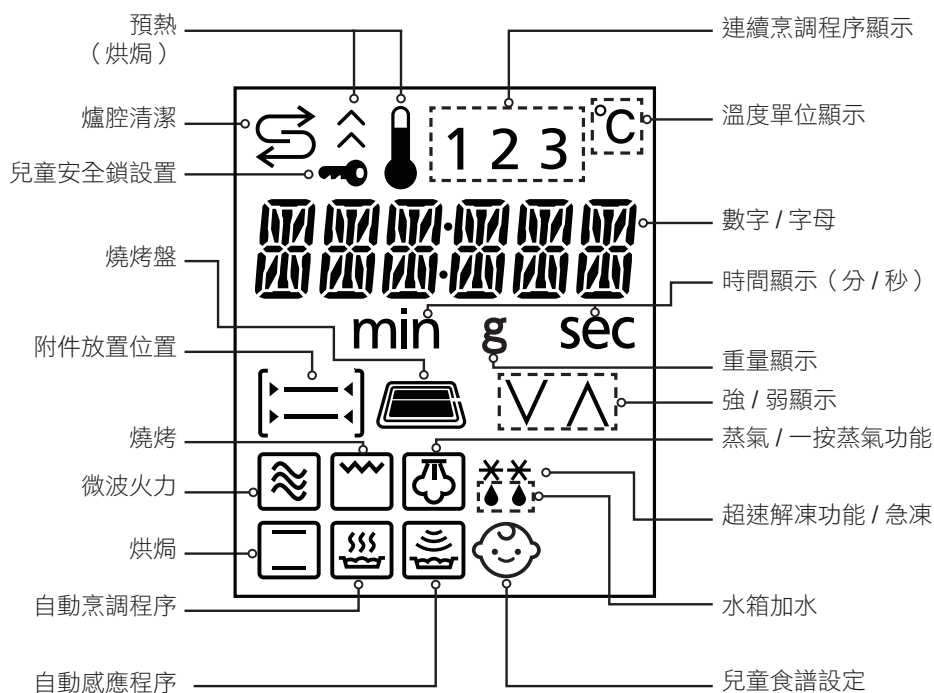


- 3 開始 / 設定**
按下**旋鈕**開始運轉微波爐或確認選擇的程序。如烹調時曾打開爐門或曾按**停止 / 重設**鍵，則須再次按動**旋鈕**令微波爐繼續運轉。

- 4 一鍵翻熱**
當顯示窗顯示時鐘或冒號時，按下**旋鈕**以快速開始翻熱冷藏食品（請參閱第 44 頁）。

顯示窗的介紹

為了幫助您更容易操作微波爐，您當前的操作狀態將會出現在顯示窗上。



語言提示

本產品具有獨特的“語言提示”功能，可指導您完成微波爐的操作。插入電源，按下**旋鈕**後轉動**旋鈕**，直到找到您的語言。當操作本產品時，顯示窗將滾動下一條指令，減少出錯的機會。如果出於任何原因您希望更改顯示的語言，請拔下微波爐電源並重複此過程。



備註：

1. 此功能僅只有在初次插入電源時才能操作。
2. 當你再次通電後，微波爐會恢復到默認模式，需要重新設定。

蜂鳴聲選擇

微波爐具有“蜂鳴聲開啟”和“蜂鳴聲關閉”兩種模式。Panasonic 微波爐的這一獨特功能可讓您設定微波爐的非料理初始功能。



備註：

1. 此功能僅只有在初次插入電源時才能操作。
2. 按**停止 / 重設**鍵，它將恢復到初始模式。

設置完成後，按
停止 / 重設鍵退出。

顯示窗操作指南

為幫助您更方便的使用微波爐，下一步操作會在顯示窗裏滾動顯示。當您熟悉操作後，操作指南可以關閉。

關閉：



OPERATION GUIDE OFF



顯示窗顯示冒號或時間。

按計時 / 時鐘四次。

顯示窗。

開啟：



OPERATION GUIDE ON



顯示窗顯示冒號或時間。

按計時 / 時鐘四次。

顯示窗。

×
H

兒童安全鎖設置

此功能可防止兒童胡亂開動微波爐。當你設定此功能時，爐門是可以開啟的。請在顯示窗呈現冒號或時鐘狀態時進行設定。

設定：



按**停止 / 重設**鍵三次。時鐘將在顯示窗消失，實際實際將被保留。‘’將顯示在顯示窗。

取消：



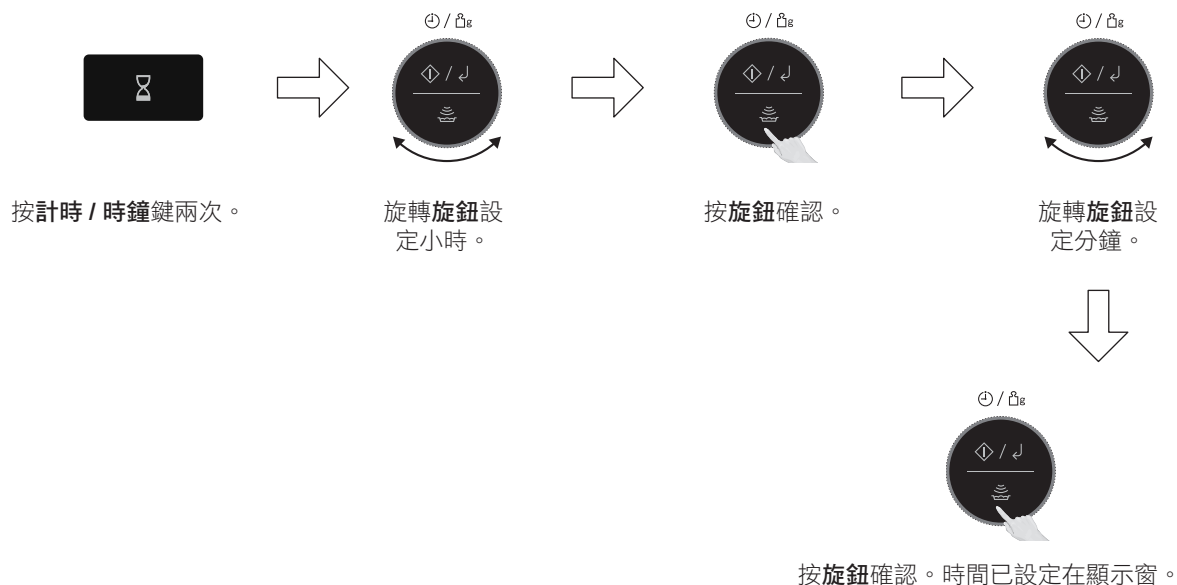
按**停止 / 重設**鍵三次。時鐘或冒號重新顯示在顯示窗。

備註：

1. 設定 / 取消兒童安全鎖，**停止 / 重設**鍵必須在 10 秒內按三次。
2. 請在顯示窗呈現冒號或時鐘狀態時進行設定。

時鐘設定

微波爐首次連接電源時，顯示窗會滾動顯示“WELCOME TO INVERTER COOKING”。



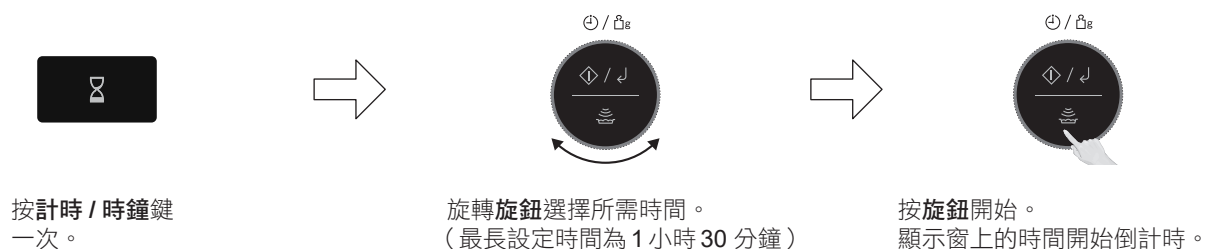
備註：

1. 若想要重新輸入時間，請重複以上步驟。
2. 只要不拔掉電源，時鐘會連續運轉。
3. 這是 12 小時制的時鐘。

計時設定

計時設定：

通過使用計時設定，您可以將微波爐設定成廚房定時器。



計時設定

(續)

放置時間設定：

通過使用計時設定，您可以在烹調完成後設定放置時間。

設定烹調程序，輸入烹調模式及時間。



按計時 / 時鐘鍵一次。

旋轉旋鈕選擇所需的放置時間。
(最長設定時間為 1 小時 30 分鐘)

按旋鈕開始。烹調開始。烹調結束後，顯示窗上的放置時間開始倒計時。

延時

延時啟動設定：

通過使用計時設定，您可以在烹調前設定延時啟動時間。



設定烹調程序，輸入烹調模式及時間。



按計時 / 時鐘鍵一次。

旋轉旋鈕選擇所需的延時啟動時間。
(最長設定時間為 1 小時 30 分鐘)

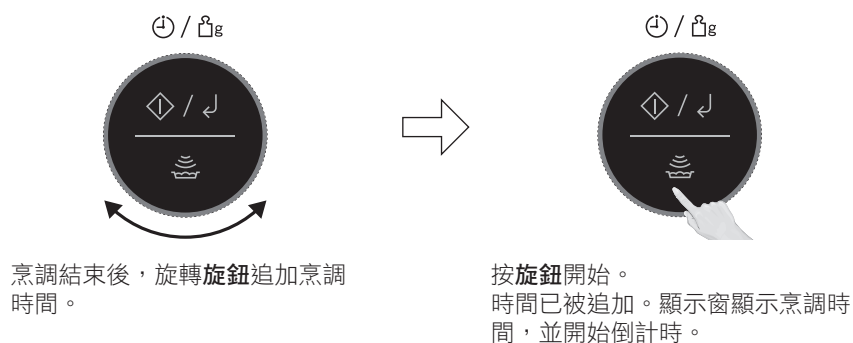
按旋鈕開始。顯示窗上的延時啟動時間開始倒計時。然後開始烹調。

備註：

1. 計時設定、放置時間及延時啟動功能可用於連續烹調設定。
2. 當使用計時設定、放置時間及延時啟動功能時，中途若開啟爐門，設定的時間仍會在顯示窗繼續倒數。
3. 當所選擇的計時設定、放置時間及延時啟動時間超過一小時，時間逐分鐘倒數計時，直到僅剩下“1H 00”（1 小時）。然後顯示窗顯示分鐘和秒數，並逐秒倒數計時。
4. 放置時間或延時啟動不能與自動烹調食譜，組合烹調 5,6 和烘焗功能同時使用。這是避免在開始烹調或解凍前，爐內食物的溫度有所改變而影響烹調效果。
5. 當使用放置時間或延時啟動時，最多設定 2 個階段的烹調程序。

追加烹調設定

此功能允許您在烹調結束時，用上階段的火力添加烹調時間。



烹調模式	最長設定時間
微波火力 1000 W， 蒸氣， 組合烹調 3,4	30 分鐘
其他微波火力， 燒烤， 組合烹調 1,2， 烘焗（100 - 250 °C）， 計時	1 小時 30 分鐘
烘焗（30-90 °C）	9 小時
組合烹調 5,6	1 小時

備註：

1. 此功能僅適用於微波火力，燒烤，烘焗，蒸氣，組合烹調及計時功能，並不適用於自動程序。
2. 烹調結束 1 分鐘後追加烹調功能將不能使用。
3. 追加烹調功能可以用於連續烹調程序設定之後。追加烹調功能的火力與最後一個程序的火力一致。

微波/解凍火力設定

此功能可根據個人需要，設置火力與烹調時間。



按**微波火力**鍵一次。
微波火力圖示“ ”出現在顯示窗上。

設置所需的火力。
旋轉**旋鈕**直到所需火力顯示在顯示窗上(參照下表)。當選擇 300 W 時，“ ”圖示將顯示。

按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

旋轉旋鈕設置烹調時間。
1000 W 的最長烹調時間為 30 分鐘，**其他火力**的最長烹調時間為 1 小時 30 分鐘。

微波火力	適用類型
1000 W (高火)	沸煮清水，烹調鮮果，蔬菜，烹調蜜餞糖果。
800 W (中高火)	烹調魚及海鮮類，烹調肉類，家禽類及蛋類及烹調糕餅。
600 W (中火)	烹調蛋糕，燜煮食品，熔化牛油，朱古力。
440 W (低火)	烹調較韌的肉塊，煲湯或燉品，軟化牛油。
300 W (解凍)	解凍肉類，家禽類或海鮮類。
100 W (保溫)	食物保溫，軟化雪糕。

備註：

- 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
- 僅微波功能下請勿使用任何金屬容器。
- 不得將食物直接放在平板玻璃上。請將食物放置在一個微波適用容器或玻璃容器中。通過微波功能加熱食物或烹調食物只需蓋上蓋子或覆蓋一層刺穿的保鮮紙，除非另有說明。
- 此微波爐可進行連續烹調設定。使用此功能只需設定一次，即可連續運行三個烹調程序。參照第 43 頁。
- 微波功能設置完後可再設置放置時間。參照第 26 頁。
- 當烹調時間超過 60 分鐘，顯示窗會以小時和分鐘來顯示。

微波解凍設定

此功能可讓您自行設定時間進行微波解凍。



按**微波火力**鍵一次。



旋轉**旋鈕**直到 300 W 顯示在顯示窗上。



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示解凍時間，並開始倒計時。



旋轉**旋鈕**設置烹調時間。
最長烹調時間為 1 小時 30 分鐘。

備註：

- 建議在烹調中途打開爐門，取出已解凍的部分，並把剩餘未能解凍的部分翻身、攪拌或重新排放。
- 手動解凍的時間可參見第 55 頁的表格。

超速解凍設定

此功能可使您在僅設定食物重量的情況下，自動解凍肉類，禽類和海鮮類。重量從 100 克 - 3000 克。



按**超速解凍**鍵一次。



按**旋鈕**確定。



選擇所需重量。
旋轉**旋鈕**直到所需重量顯示在顯示窗上。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示解凍時間，並開始倒計時。

備註：

- 此功能可根據重量來解凍肉類，家禽類和魚類。微波爐自行決定解凍火力和時間。程序設定後，顯示窗會顯示解凍時間。為保證解凍效果，建議最小解凍份量為 200 克。
- 烹調過程中聽到蜂鳴聲，將食物翻身，取出已解凍的部份，並將帶骨食物薄片 / 脂肪含量低的部份用鋁箔包裹。
- 食物的形狀和大小將決定腔體可容納的最大重量。
- 靜置一段時間，以確保食物完全解凍。
- 當爐腔內過熱時，顯示窗將顯示“HOT”。此時不能使用該功能。只有當“HOT”顯示消失後，才能使用。或者您也可以選擇合適的火力和時間進行手動烹調。

解凍技巧

準備食物以便急凍

煮成食品的品質取決於食品急凍前的品質，同時取決於食品急凍保管，以及解凍技巧和解凍時間。所選購的食物務求鮮美和品質優良，並在購買後迅速急凍。厚塑料膜、塑料袋和急凍薄膜以及商店原封包裝的肉類，不可短期存放在急凍庫內，保存一定時間。

備註：

1. 急凍肉塊、雞、魚及海鮮時，應將食物排好，使其厚薄均勻，包成 2.5 厘米 - 5 厘米見方或圓形的形狀。
2. 全雞應首先取出內臟，（內臟可隨意分別急凍），將雞洗淨並瀝乾水分。用繩子將腿和雞翼綁住。
3. 排去所有氣體，然後密封塑料袋。在袋上加標籤注明肉類，日期及重量。
4. 如包裝是使用錫紙，在解凍之前須除去所有的錫紙，以防止產生電弧。
5. 在急凍庫內的食物應保持在攝氏零下 18 度以下。（解凍之前至少已急凍 24 小時的食物）

超速解凍

超速解凍按重量進行操作設置。能解凍多種切開的雞、肉、魚類食品，其用法很簡單。設定需解凍食品重量，微波爐會自動設置所需火力和烹飪時間。設置完畢，顯示窗會顯示解凍時間。下列是適宜以解凍法解凍的食物，為求達到最佳的效果，最小解凍重量為 100 克，最大解凍重量為 3000 克。

食物	最高重量
肉碎、雞塊、肉排	2000 克
牛肉、羊肉、全雞	3000 克
整條魚、扇貝、蝦及魚塊	1000 克

超速解凍的特別要訣

無骨肉的解凍時間比帶骨頭的肉更長。對於帶骨肉，我們建議當它超過 2000 克時從總重量減去 500 克，當重量低於 2000 克時從總重量減去 200 克至 300 克。

聽到兩聲蜂鳴聲時

翻轉所有的肉、雞、魚及貝殼類。拆散燉肉、雞塊和肉碎；分開肉排和漢堡包的肉餅；用錫紙遮蓋雞翅膀、烤肉的末端、脂肪或骨等。

解凍方法

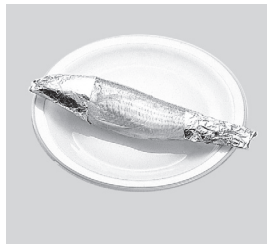
為了均勻地解凍，請在解凍過程中將食物翻轉，或移動食物在盛器中的位置。



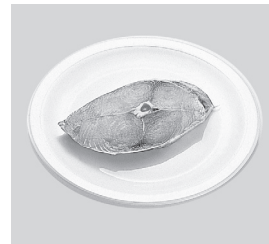
急凍的生肉要除去包裝放在盤子上解凍。



雞腿前端細的部分要用錫紙包裹再解凍。



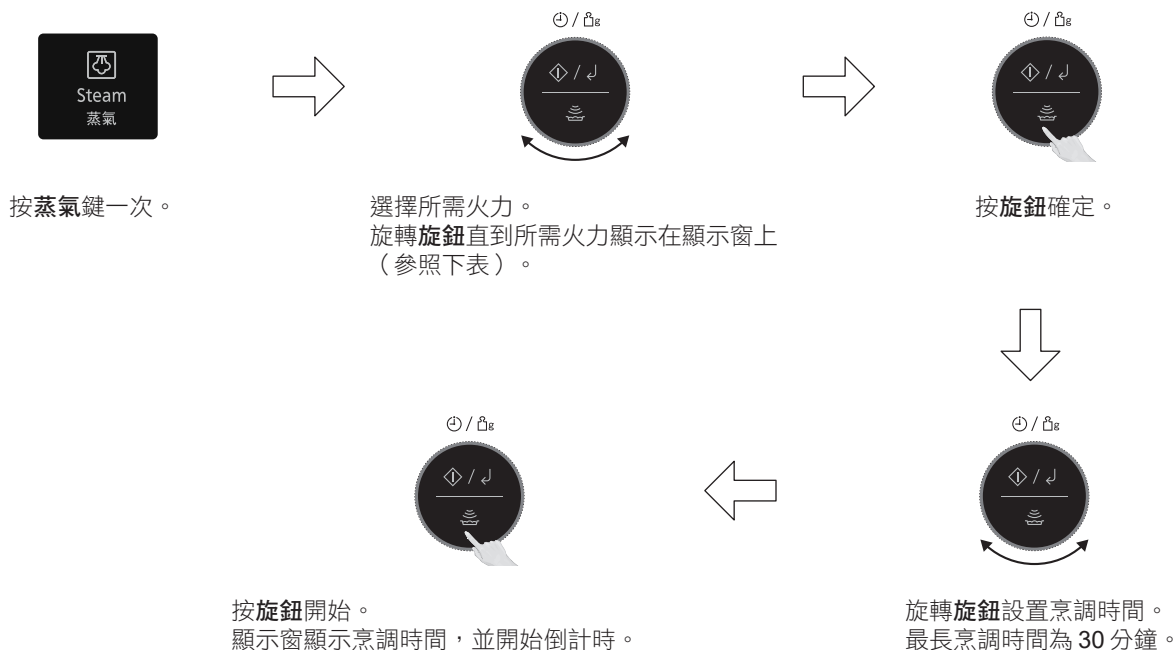
整條魚的頭和尾部用錫紙包好再解凍。



切片的魚要除去包裝放在盤子上解凍。

蒸氣功能設定

此功能類似傳統的蒸鍋，可用來烹飪蔬菜，魚，雞，米飯等食物。此功能有兩檔火力設置：蒸氣 1（高火）及蒸氣 2（低火）。



火力	適用類型
蒸氣 1（高火）	蔬菜，雞，肉等。
蒸氣 2（低火）	海鮮，水煮蛋，梳乎厘等。

備註：

1. 使用**蒸氣**功能前，應在水箱裡加滿水。
2. 蒸氣功能最長設定時間為 30 分鐘。如果需要烹調更長時間，請重新將水箱加滿水，再重複上面的操作來烹調剩餘的時間。
3. 如果在烹調過程中，水箱中沒有水了，微波爐就會停止運行，顯示窗上會出現提示將水箱重新加滿水。水箱加滿水後將水箱裝回微波爐，按下**旋鈕**。水箱重新裝回微波爐後將重新運行。
4. 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
5. 可以在烹調過程中隨時加水且無需按**停止 / 重設**鍵。
6. 使用蒸氣功能後，請擦去爐腔中的水。

警告：

1. 請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。
2. 取出食物或燒烤盤時，滾燙的熱水可能從爐腔頂部落。
3. 當打開爐門時，蒸氣可能會噴出。若微波爐運行了蒸氣功能，請勿徒手打開爐門，否則有灼傷的危險！請使用隔熱手套。
4. 取下積水盤時要小心。擦掉從微波爐左側滴下的水。這是正常現象。

蒸氣功能設定

(續)

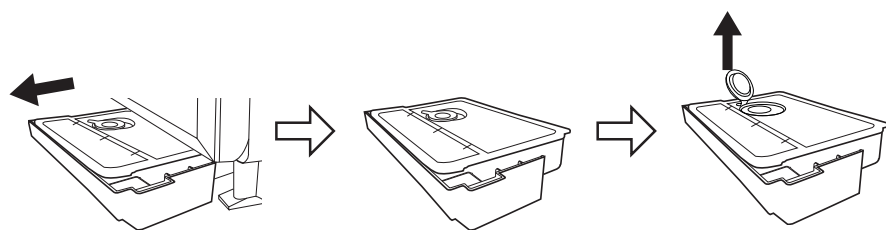
操作指南

1. 在單獨運行蒸氣功能時不會產生微波火力。
2. 請使用下面提到的燒烤盤。
3. 蒸氣功能只有在爐門關閉時才會運行。
4. 在使用蒸氣功能後，請用隔熱手套取出食物或附件以免燙傷。

水箱的使用

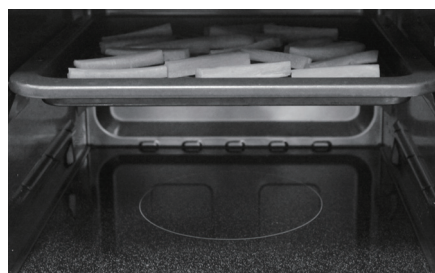
小心的將水箱從微波爐上取下。打開橡皮蓋，倒入低硬度水例如蒸餾水注入水箱。(切勿使用高硬度水例如礦泉水)。蓋上橡皮蓋，裝回微波爐。確保橡皮蓋被蓋緊，水箱安裝到位，否則會發生漏水現象。建議每個星期用溫水清潔水箱。

中文



附件的使用

使用蒸氣功能時，將食物直接放在燒烤盤後，放入上層托盤架。如需蒸製較大的食物，請將燒烤盤放入下層托盤架。蒸氣功能運行時，食物產生的水份將會流入燒烤盤的凹槽中。請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。



使用蒸氣功能時，將食物直接放在燒烤盤後，放入上層托盤架。

一按蒸氣設定

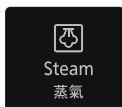
此功能可以在烹調過程中追加蒸氣（最多可以追加 3 分鐘）。烹調過程中加入蒸氣能提高熱量分佈，使麵包，蛋糕和點心膨脹的更高，更鬆軟。以下 5 種功能可使用一按蒸氣設定：微波火力，燒烤，烘焗，組合烹調 1，組合烹調 2。

步驟 1

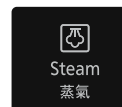
設置並運行所設置的程序。



步驟 2



步驟 3



根據需要在烹調過程中，按 2 秒鐘蒸氣鍵，設定加 1 分鐘蒸氣。

如果需要追加 2 到 3 分鐘蒸氣，請在前一步狀態出現後 3 秒內再連續按蒸氣鍵 1 到 2 次。顯示窗上的時間開始倒計時。（按 3 次，時間會減少到零。如需再次添加蒸氣，請重複步驟 3。）

備註：

1. 預熱狀態不能使用一按蒸氣功能。
2. 每次使用前，應在水箱裡加滿水。
3. 使用一按蒸氣功能，原來設定的程序時間仍在倒數計時。
4. 此功能設定的時間不可超過原來烹調程序的剩餘時間。
5. 如果需要加 2 或 3 分鐘，請在 3 秒鐘內連續按 1 或 2 次。
6. 使用蒸氣功能後，請待爐腔冷卻後擦去積水。

警告：

1. 請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。
2. 取出食物或燒烤盤時，滾燙的熱水可能從爐腔頂部滴落。
3. 當打開爐門時，蒸氣可能會噴出。若微波爐運行了蒸氣功能，請勿徒手打開爐門，否則有灼傷的危險！請使用隔熱手套。

適用類型：

食譜	烹調模式	一按蒸氣
酥皮糕點	烘焗	$\frac{2}{3}$ 時間時加 3 分鐘蒸氣
麵包	烘焗	$\frac{2}{3}$ 時間時加 3 分鐘蒸氣
海綿蛋糕	烘焗	$\frac{1}{2}$ 時間時加 3 分鐘蒸氣
預烤麵包卷	烘焗或燒烤	$\frac{2}{3}$ 時間時加 3 分鐘蒸氣

燒烤設定

微波爐的燒烤功能可以快速高效地烹飪各種食物，例如：排骨、香腸、牛排、吐司等。



按**燒烤**鍵一次。



選擇所需火力。
旋轉**旋鈕**直到所需火力顯示在顯示窗上。（參照下表）



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。



旋轉**旋鈕**設置烹調時間。最長烹調時間為 1 小時 30 分鐘。

火力	適用類型
燒烤 1（高火）	烤麵包、鬆餅和茶餅等。
燒烤 2（中火）	薄片海鮮。
燒烤 3（低火）	肉片或肉塊。

附件的使用

如果烤魚，薯條或小件食物時，可將燒烤盤放入上層托盤架。如果烤大件食物時，可將燒烤盤放入下層托盤架。



如果烤小件食物時，可將燒烤盤放入上層托盤架。

將食物放在燒烤盤上

1. 為減少燒烤功能帶來的液體飛濺與煙霧，燒烤中產生的脂肪與水份會流入燒烤盤的凹槽中。
2. 大部分食物需在燒烤過程中翻轉。將食物翻轉時，請小心將燒烤盤取出。
3. 翻轉完後將食物放回微波爐並按**旋鈕**。烹調繼續並進入倒計時。燒烤時可隨時打開爐門檢查食物的狀態，並不會發生危險。

操作指南

1. 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
2. 在**燒烤**程序中沒有微波火力。
3. 請根據說明使用提供的燒烤盤。
4. **燒烤**功能只能在微波爐門關閉的情況下運行。
5. 大多數的肉類如：香腸、肉排等都可以在**燒烤 1**下進行烹調。此火力同樣適用於烤麵包、鬆餅和茶餅等食物。
6. **燒烤 2**和**燒烤 3**適用與烹調需長時間燒烤的食物如：魚和雞。
7. 燒烤過程中切勿蓋住食物。
8. 請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。
9. 燒烤後，請在重新使用之前，取下燒烤盤進行清潔，並用蘸有熱肥皂水的布擦拭微波爐壁和底板，以去除所有油脂。
10. 使用燒烤功能烹調食物時，烹調時間與傳統燒烤相似。

烘焗設定

烘焗功能是頂部和底部加熱器同時運行的一種加熱模式。將食物放入預熱過的微波爐進行烹調會得到更好的效果。當使用**烘焗**功能時，燒烤盤可放入上層或下層托盤架。

請參閱第 38 頁上的指南了解推薦使用的溫度。預熱時請勿將燒烤盤放入微波爐中。



按**烘焗**鍵一次。



選擇烘焗溫度。
旋轉**旋鈕**選擇烘焗溫度。
烘焗溫度從 150°C 開始，將以 10°C 遞增至 250°C，然後逆時針旋轉到 30°C。



按**旋鈕**確定。



旋轉**旋鈕**設置烹調時間。30-90 °C 的最長烹調時間為 9 小時，100-250 °C 的最長烹調時間為 1 小時 30 分鐘。



按**旋鈕**預熱。（30°C - 60°C 不能預熱。）
當實際溫度到達設定溫度時，會發出蜂鳴聲。打開門放入食物。
* 如無需預熱可跳過此步驟。



按**旋鈕**開始。

備註：請確認是否只有烘焗圖示“”在顯示窗中。如果顯示微波火力圖示“”，則說明不正確，應取消程序。重新設置烘焗程序。

警告：

請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。

烘焗設定

(續)

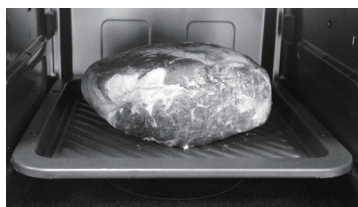
備註：

1. 如果之前使用過微波爐可能導致在 30/40 °C 下發酵麵團太熱，“HOT” 將出現在顯示窗中。請等待腔體冷卻，或在室溫下發酵麵團。“HOT” 消失後，可再次使用 30/40°C。
2. 請用把手打開爐門，如果使用**停止 / 重設**鍵，程序會被取消。
3. 此功能下 30°C - 60°C 不能預熱。
4. 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
5. 預熱時，顯示窗顯示微波爐內的實際溫度。直到達到 70°C 以上才會顯示當前溫度。要在預熱過程中更改溫度，請通過旋轉**旋鈕**。
6. 按下**旋鈕**後，您所選擇的溫度可以顯示和改變。按**烘焗**鍵一次，顯示窗會顯示溫度。當溫度出現在顯示窗上時，您可以通過旋轉**旋鈕**來改變溫度。
7. 微波爐將保持預熱溫度約 30 分鐘。30 分鐘內，如果沒有放入食物或設定時間，微波爐將自動取消烹調程序並恢復到冒號狀態或時鐘狀態。

附件的使用

進行**烘焗**料理時，將食物直接放入燒烤盤後，放入上層或下層托盤架。或者將安全金屬容器放入燒烤盤後，放入下層托盤架。切勿將容器直接放在平板玻璃上。

烤肉：



燒烤盤放入下層托盤架。

烘焙：



燒烤盤放入下層托盤架。

可以將燒烤盤用於烤馬鈴薯或蔬菜，以及烘焙紙杯蛋糕、烤餅和餅乾。它也是翻熱預烤糕點的理想選擇。

烤蔬菜 / 馬鈴薯



燒烤盤放入下層托盤架。

翻熱：



燒烤盤放入下層托盤架。

烘焙設定

(續)

關於溫度的建議

將食物放入預熱過的微波爐進行烹調會得到更好的效果。為了方便使用，請不要忘記，您的微波爐從 150°C 開始並將以 10°C 遞增至 250°C，然後逆時針旋轉到 30°C。食物不需要加蓋，除非烹調指南或說明書中有特殊說明。

溫度	適用種類
30/40 °C	發酵麵包或薄餅麵糰
50 °C	加熱盤子
60/70 °C	果乾，牛肉乾
80/90 °C	低溫烤
100 °C	蛋白餅
110 °C	蛋白酥
140 °C	水果蛋糕
150/160 °C	杏仁餅
160/170 °C	燉菜，撻類，曲奇餅
180 °C	維多利亞三明治，紙杯蛋糕，肉塊
190 °C	烘焙料理，千層麵，點心派，烤雞
200 °C	釀青椒，英國鬆餅，瑞士卷，瑪芬
210 °C	蔬菜卷，烤麵包
220 °C	烤薄餅，空氣炸雞腿
230 °C	蒜味麵包
240/250 °C	馬鈴薯製品，紅薯，烤羊排等

組合烹調設定：燒烤+微波火力

把微波適用耐熱碟放在平板玻璃上，此模式適用於烹調千層面、烘焗料理、肉類、土豆。
讓烹調成功，食材份量最少為 200 克。份量少的食物應通過**烘焗**，**燒烤**或**蒸氣**烹調。使用此功能時無法預熱，烹調時食物無需加蓋。

組合烹調火力	火力組合	適用類型
組合烹調 1	燒烤 1 + 微波 300 W	裹麵包糠的雞肉，需焗烤的即食餐，肉餡餅和糕點。
組合烹調 2	燒烤 2 + 微波 300 W	



按**組合烹調**鍵一次。



旋轉**旋鈕**直到所需火力顯示在顯示窗上。（如選擇**組合烹調 1**可跳過此步驟）



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。



旋轉**旋鈕**設置烹調時間。
最長烹調時間為 1 小時 30 分鐘。

備註：

1. **組合烹調 1,2** 不能預熱。
2. 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
3. 如需翻轉食物僅需用把手打開爐門，翻轉食物放回爐中，關上爐門按**旋鈕**開始。微波爐將繼續運行並開始倒計時。

組合烹調設定：燒烤+微波火力

(續)

附件的使用

烹調時間可參閱第 56-57 頁的常用食譜及翻熱食譜建議時間。請將食物烹調至焦黃並滾燙。



將燒烤盤放入任何托盤架。

操作指南：

1. 烹調時食物無需加蓋。
2. 請將食物烹調至焦黃並滾燙。

警告：

碟子和爐腔周圍將會非常燙。請使用隔熱手套。

容器的使用

不要在組合烹調中使用塑料微波容器（除非該容器也適用組合烹調）。容器必須能夠承受頂部加熱器的熱量，耐熱玻璃（例如：Pyrex® 或陶瓷）是理想的容器。

組合烹調設定：有蒸氣的組合烹調

此功能是把蒸氣和微波，燒烤或烘焗功能有效結合起來的烹調方式。這種烹調方式較傳統烹調時間略短並使食物在蒸烤的同時保持食物的濕潤度。

組合烹調火力	火力組合	適用類型
組合烹調 3	蒸氣 1 + 微波 300 W	水果，新鮮蔬菜，急凍蔬菜
組合烹調 4	蒸氣 1 + 微波 440 W	
組合烹調 5	蒸氣 1 + 燒烤 1	魚和帶皮雞肉
組合烹調 6	蒸氣 1 + 烘焗 (150 - 250°C)	自製麵包

組合烹調設定：有蒸氣的組合烹調

(續)



按**組合烹調**鍵一次



旋轉**旋鈕**直到所需火力顯示在顯示窗上。



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**預熱。(僅限**組合烹調 6**)
當實際溫度到達設定溫度時，會發出蜂鳴聲。打開門放入食物。
* 如無需預熱可跳過此步驟。



按**旋鈕**確定。
(僅限**組合烹調 6**)。



旋轉**旋鈕**選擇所需溫度(僅限**組合烹調 6**)。溫度範圍為 150-250 °C。

中文



旋轉**旋鈕**設置烹調時間。**組合烹調 3,4**的最長烹調時間為 30 分鐘，**組合烹調 5,6**的最長烹調時間為 1 小時。



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

組合烹調設定：有蒸氣的組合烹調

(續)

附件的使用



組合烹調 3,4：蒸氣 + 微波

直接將微波耐熱容器放在平板玻璃上，或將燒烤盤放入任何托盤架。



組合烹調 5：蒸氣 + 燒烤 / 組合烹調 6：蒸氣 + 烘焗

將燒烤盤放入任何托盤架。

備註：

1. 使用有蒸氣的組合烹調前，應在水箱裡加滿水。
2. 組合烹調 3,4 的最長烹調時間為 30 分鐘，組合烹調 5,6 的最長烹調時間為 1 小時。如需烹調更長時間，請重新將水箱加滿水，再重複上面的操作來烹調剩餘的時間。
3. 若在烹調過程中，水箱中沒有水了，微波爐就會停止運行，顯示窗上會提示您將水箱加滿水並重新裝回微波爐後，可按**旋鈕**重新啟動程序。微波爐不會在未裝回水箱或未按**旋鈕**的情況下運行。
4. 僅組合烹調 6 可使用預熱。
5. 烹調過程中可以根據需要改變烹調時間。旋轉**旋鈕**增加或減少烹調時間。可以以 1 分鐘為單位來逐漸增加或減少，最長 10 分鐘。
6. 您可以在烹調過程中隨時加水且無需按**停止 / 重設**鍵。
7. 使用帶蒸氣的組合烹調功能後，請待爐腔冷卻後擦去積水。

操作指南

1. 在使用有蒸氣的組合烹調時或烹調結束後，請小心打開爐門，勿將面部貼近以免燙傷。
2. 使用每種蒸氣功能後，用手輕輕地向前小心取下微波爐前方的積水盤。將積水排空後用溫的肥皂水清洗。擦拭微波爐殘餘的積水並重新將積水盤安裝回爐腳處。（參閱第 20 頁）

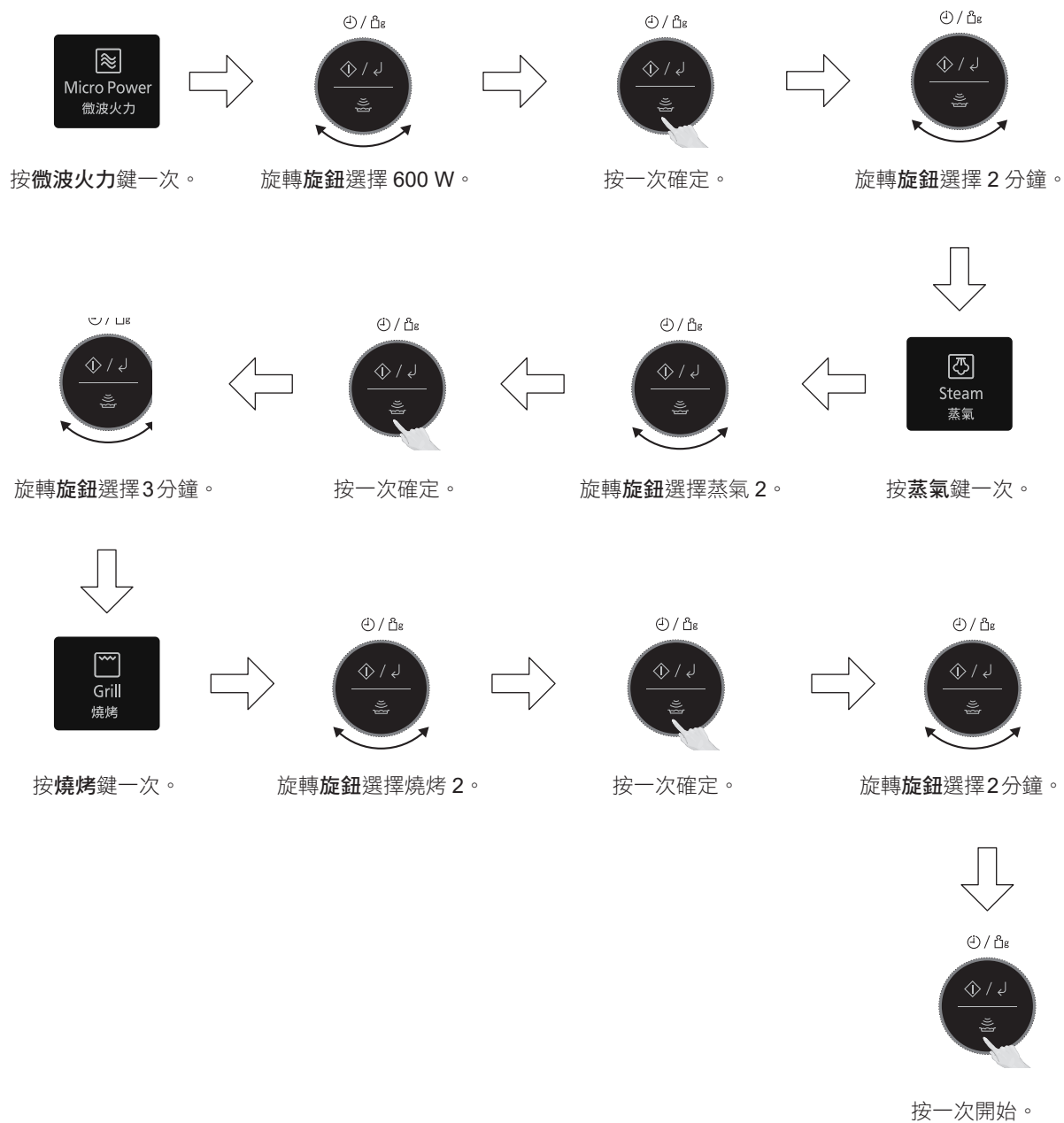
警告：

1. 請用隔熱手套取出燒烤盤，因為燒烤盤和微波爐將會非常燙。
2. 取出食物或燒烤盤時，滾燙的熱水可能從爐腔頂部滴落。
3. 打開爐門時，蒸氣可能會噴出。若微波爐運行了蒸氣功能，請勿徒手打開爐門！有灼傷的危險！請使用隔熱手套。
4. 取下積水盤時請小心。

連續烹調設定

此功能最多設定 3 段連續烹調。

例如：連續設定【600 W】2 分鐘，【蒸氣 2】3 分鐘及【燒烤 2】2 分鐘。



備註：

1. 設定連續烹調時，按旋鈕前可輸入另一個烹調程序。
2. 烹調時，按一次停止 / 重設鍵可暫時中止烹調，按旋鈕則令微波爐繼續運轉。按兩次停止 / 重設鍵即令微波爐停止運轉並消除所輸入的烹調程序。
3. 微波爐停止運轉時，按停止 / 重設鍵可消除所輸入的烹調程序。
4. 此功能不適用於自動烹調，烘焗及組合烹調 5,6 程序。
5. 如果連續烹調包含蒸氣或帶蒸氣的組合烹調，最長設置時間為 30 分鐘。使用前，應在水箱裡加滿水。

一鍵翻熱設定

此功能獨特的內置感應器讓您只需按一下**旋鈕**即可重新翻熱冷藏便當。無須選擇火力或烹調時間。內置感應器測量食物的濕度，並計算微波火力及烹調時間。



當顯示窗上顯示時鐘或冒號，按**旋鈕**開始。
要重設微波爐並返回時鐘或冒號模式，請按**停止 / 重設**鍵。

用來翻熱預煮過的食物。所有的食物必須是事先煮熟的且在 5°C 左右的環境儲存。可用購買食物時自帶的微波適用容器直接加熱，去除包裝紙，覆保鮮紙並用刀刺穿保鮮紙四周和中央，或使用碟子翻熱食物，也需要覆保鮮紙並刺穿數次。將容器放置在平板玻璃上。按**旋鈕**開始加熱。在聽到蜂鳴聲和料理結束後攪拌一下並放置幾分鐘再食用。大塊的魚類或肉類可能需要更長時間烹調。此程序不適合澱粉類食物例如米飯，麵條，馬鈴薯等。盛食物的容器如果不規則也需要更長時間烹調。

建議份量：200 - 1000 克

備註：

1. 請在關門後兩分鐘內按下**旋鈕**，否則“一鍵翻熱”功能將被拒絕並會發出蜂鳴聲。可通過再次打開關閉爐門來重啟“一鍵翻熱”功能。
2. 此功能不適用於不能攪拌的食物，例如千層面或奶酪通心粉。
3. 微波爐自動計算翻熱時間或剩餘的翻熱時間。
4. 在顯示窗中出現時間之前，不應打開微波爐門。
5. 為防止在“一鍵翻熱”過程中出現任何錯誤，請確保平板玻璃和容器乾燥。
6. 室溫不應超過 35 °C 及不低於 0 °C。
7. 如果先前已使用過微波爐，並且因過熱而無法在“一鍵翻熱”程序下使用，則“HOT”將出現在顯示窗中。“HOT”消失後，可以使用“一鍵翻熱”。如果趕時間，請自己選擇正確的烹調模式和烹調時間，手動烹調食物。

運作方法

一旦通過按**旋鈕**選擇了“一鍵翻熱”，食物就會升溫。隨著食物開始變熱，蒸氣就會排出。當食物達到一定溫度並開始烹調時，釋放出更大量的蒸氣。通過微波爐中的濕度感應器檢測蒸氣排放的增加。這可以作為微波爐的信號來計算食物需要多長時間烹調。兩聲嗶聲後，剩餘的烹調時間將出現在顯示窗中。雖然感應器符號仍然在顯示窗中閃爍，但不應打開微波爐門。等到顯示窗出現烹調時間，然後根據需要打開微波爐門，攪拌或轉動食物。

調整時間

“一鍵翻熱”程序可以用來翻熱冷藏便當。您可以根據自己的喜好調整“一鍵翻熱”程序。按旋鈕後，顯示窗上出現“V / ^”符號，順時針轉動旋鈕增加時間或逆時針轉動旋鈕減少時間。此操作應在 14 秒內完成。默認模式是普通模式。

自動烹調食譜設定

此功能允許您設定一些具有不同重量 / 份數的一般食譜。它將自動烹調而無需設定火力和時間。不包括任何添加水的重量或容器重量。

步驟 1



按**自動烹調食譜**鍵一次。

步驟 2



旋轉**旋鈕**選擇食物類別。

步驟 3



按**旋鈕**確定。

步驟 6



按**旋鈕**開始。
顯示窗顯示烹調時間，並開始倒計時。

步驟 5



旋轉**旋鈕**選擇份數 / 重量。

步驟 4



按**旋鈕**開始預熱。
顯示窗中將出現“P”。預熱結束後，微波爐會發出蜂鳴聲並且“P”會在顯示窗上閃爍。打開微波爐，把食物迅速放入爐中。

當您選擇一個自動烹調食譜時，顯示窗上將出現圖標以顯示將要使用的烹調模式及附件。請參閱下文以識別圖標：



燒烤盤



微波火力



燒烤



蒸氣



烤焗



急凍



兒童食譜

備註：

1. 自動烹調食譜 1 需要跳過步驟 2, 4。
2. 自動烹調食譜 19,20 需要跳過步驟 5。
3. 自動烹調食譜 2-12, 14-17, 21-27 需要跳過步驟 4。

自動烹調食譜設定

(續)

編號	食譜名	份數 / 重量				建議的容器	附件及放置位置
自動翻熱 							
1	飲料	1 杯	2 杯	3 杯	4 杯	杯子	放在平板玻璃上
自動蒸氣 							
2	時令蔬菜	200 克	300 克	400 克	500 克	—	 
3	急凍蔬菜	200 克	300 克	400 克	500 克		
4	根莖類蔬菜	200 克	300 克	400 克	500 克		
5	雞胸	200 克	400 克	600 克	—		
6	魚塊	200 克	400 克	600 克	—		
7	魚	200 克	300 克	400 克	500 克		
8	米飯	100 克	200 克	300 克	—	耐熱玻璃淺碟	
9	翻熱中式包點	4 個	6 個	—	—	—	
健康炸 							
10	烤魚塊	200 克	400 克	600 克	—	—	 
11	烤魚	200 克	300 克	400 克	500 克		
12	烤肉串	200 克	400 克	—	—		 
13	炸急凍薯條	200 克	300 克	400 克	—		
14	烤雞翼和雞腿	200 克	400 克	600 克	—		
自動烹調 							
15	煎餃	6 個	12 個	—	—	—	 
16	冷藏薄餅	200 克	350 克	—	—		
17	粥 / 稀飯	100 克	150 克	200 克	—	燉鍋加蓋	放在平板玻璃上
18	烤牛肉 / 羊肉	500 克	1000 克	1500 克	2000 克	—	 
19	蛋糕	8 英吋	—	—	—		
20	曲奇餅	16 個	—	—	—		

自動烹調食譜設定

(續)

編號	食譜名	份數 / 重量				建議的容器	附件及放置位置
翻熱麵包 							
21	法式麵包 / 硬皮卷	100 克	200 克	300 克	400 克	—	 
22	急凍法式麵包 / 急凍硬皮卷	100 克	200 克	300 克	400 克		
23	牛角包	1 個	2 個	3 個	4 個		
兒童食譜  							
24	牛油甜粟米	50 克	100 克	150 克	—	耐熱玻璃碟	放在平板玻璃上
25	水果蓉	100 克	200 克	300 克	400 克	耐熱玻璃容器加蓋	
26	蔬菜蓉	100 克	200 克	300 克	400 克		
27	急凍油炸食品	100 克	200 克	300 克	400 克	—	 
超速解凍 							
28	超速解凍	100 克 - 3000 克（參閱第 29 頁）					

操作指南：

1. 自動烹調食譜只能用於描述的食物。
2. 只能烹調在所述的重量範圍內的食物。
3. 始終須量度食物重量而不是依賴包裝上的信息。
4. 始終按照指示使用燒烤盤。
5. 烹調帶有蒸氣的自動烹調食譜時，無需要加保鮮膜或蓋子。
6. 在自動烹調食譜程序結束後，靜置是對大多數食物都有益處，因能讓熱力繼續傳導到中心。
7. 為了適應食物中的某些變化，請檢查食物是否已經徹底煮熟並在上菜前加熱。
8. 急凍食品的溫度假定為 -18°C 至 -20°C 。冷藏食品的溫度假定為 $+5^{\circ}\text{C}$ 至 $+8^{\circ}\text{C}$ (冰箱溫度)。
9. 當爐腔內過熱時，顯示窗將顯示“HOT”。此時不能使用自動烹調食譜功能。選擇合適的火力和時間進行手動烹調。
10. 當“💧💧”圖標閃爍，請將水箱加滿水。

1 飲料

適用於翻熱冷藏的飲料（咖啡，茶，牛奶等）。翻熱範圍為 1-4 杯（200 毫升 / 杯）。選擇程序及重量，然後開始烹調。翻熱完成後略攪拌。烹調時請勿加蓋或覆保鮮膜。

備註：

1. 使用微波適用容器。
2. 如果飲料中的空氣不被混合，翻熱途中會發生突沸。請務必在翻熱前攪拌飲料。
3. 切勿使飲料過熱。過熱會增加燙傷或突沸的風險。

2 時令蔬菜

適用於蒸西蘭花和椰菜等各類時令蔬菜。水箱中加滿水。將準備好的蔬菜放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

3 急凍蔬菜

適用於蒸胡蘿蔔，西蘭花，椰菜和青豆等各類急凍蔬菜。水箱中加滿水。將蔬菜放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

4 根莖類蔬菜

適用於蒸胡蘿蔔，馬鈴薯等各類新鮮根莖類蔬菜。水箱中加滿水。將根莖類蔬菜去皮切成均勻大小，放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

5 雞胸

適用於蒸新鮮雞胸肉。每塊雞胸肉重量約 200 克。水箱中加滿水。將雞胸肉放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。烹調結束後靜置幾分鐘。

6 魚塊

適用於蒸三文魚排，鱈魚、黑線鱈、鰈魚等新鮮魚塊。水箱中加滿水。將魚塊放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。烹調結束後靜置幾分鐘。

7 魚

適用於蒸鱒魚、鯛魚、鯖魚、鱸魚、沙丁魚等重量約 200-500 克一條的新鮮整魚。水箱中加滿水。將整條魚放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

8 米飯

適用於蒸煮米飯（泰國米、印度米、茉莉香米、長粒米），不適用於布丁飯。用冷水沖洗大米。水箱中加滿水。將大米放入耐熱玻璃淺碟中。加入冷水，冷水和米的配比 1:1。無需加蓋。將碟子放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

9 翻熱中式包點

適用於翻熱冷藏的中式包點，每個包點約 80-100 克左右。水箱中加滿水。將包點放入燒烤盤無需加蓋或覆保鮮膜，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

10 烤魚塊

適用於單面燒烤三文魚、鱈魚、黑線鱈等重量約 200 克一塊的新鮮魚塊。水箱中加滿水。在魚皮表面刷油。將新鮮魚塊皮朝下放入燒烤盤後，放入下層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

自動烹調食譜設定

(續)

11 烤魚

適用於烤鱒魚、鯛魚、鯖魚、鱸魚、沙丁魚等重量約 200-500 克的新鮮魚一條。在烹調非油性魚（鱸魚、鯖魚）之前，先刷上油。將魚直接放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

12 烤肉串

適用於燒烤肉類或家禽類的肉串。烹調時無需翻面。將肉串放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

13 炸急凍薯條

適用於炸急凍薯條。選擇程序，按**旋鈕**開始預熱。將薯條鋪在燒烤盤上。預熱完成後，選擇所需重量。將燒烤盤放入上層托盤架。開始烹調。當在烹調過程中聽到兩聲蜂鳴器聲時，打開爐門並翻拌食物，按**旋鈕**繼續烹調。为了更好的料理效果，請勿將薯條重疊擺放。

備註：不同品種的馬鈴薯薯條差異很大。我們建議在烹調結束前幾分鐘檢查上色程度。本程序適用於 10 毫米寬的薯條。

14 烤雞翼和雞腿

適用於烤雞翼和雞腿。清洗雞翼和雞腿並用鹽和胡椒醃製約 20 分鐘。將雞肉放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

15 煎餃

適用於煎急凍煎餃，煎餃從冰箱中拿出後可直接烹調。水箱中加滿水。在烤盤上刷油，將煎餃放在烤盤上，無需加蓋或保鮮膜，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

16 冷藏薄餅

適用於翻熱烘烤冷藏薄餅。去除包裝紙將薄餅放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。此程序不適合用來烘烤厚底薄餅。

17 粥 / 稀飯

適用於粥 / 稀飯。請盡可能使用微波爐專用飯煲，以達到最佳效果。米洗淨後需要浸泡 30 分鐘左右。水的容量不可超過器皿容量的一半，以防滾瀉。要保持容器通氣孔暢通。如使用的容器無通氣孔或通氣孔太小，建議略微開蓋，以防滾瀉。選擇程序及重量，然後開始烹調。當在烹調過程中聽到兩聲蜂鳴器聲時，打開爐門並翻拌食物並略開蓋，按**旋鈕**繼續烹調。請等待 5 到 10 分鐘後再開蓋食用。米和水的比例請參考下表：

大米	100 克	150 克	200 克
水	750 毫升	1000 毫升	1200 毫升

備註：由於蒸氣溫度高，攪拌及烹調結束時請小心打開蓋子，以防止高溫燙傷。

18 烤牛肉 / 羊肉

適用於烤大塊的牛肉或羊肉。需用調料醃製半小時。選擇程序，按**旋鈕**開始預熱。把肉放在燒烤盤上。預熱完成後，選擇所需重量。燒烤盤放入下層托盤架。開始烹調。當在烹調過程中聽到兩聲蜂鳴器聲時，打開爐門並翻轉食物，按**旋鈕**繼續烹調。烹調結束後靜置十分鐘。

中文

19 蛋糕

材料：

200 克	蛋液（約 4 個）
170 克	蛋糕粉
170 克	砂糖
1 湯匙	牛奶
20 克	牛油
½ 茶匙	泡打粉

製法：

1. 將蛋液及砂糖放入容器內，用打蛋器低速攪拌至糖完全融化。調至高速攪拌，直到蛋液完全發泡，用打蛋器在蛋液表面寫字時，可保持一段時間。再調至低速攪拌，使氣泡均勻。
2. 水箱中加滿水。選擇程序，按**旋鈕**，開始預熱。
3. 將篩過的蛋糕粉和泡打粉倒入打勻的蛋液，用刮鏟由下而上攪拌均勻。加入軟化的牛油和牛奶，攪拌均勻。在蛋糕模具的底部及四周鋪烘焙紙，將蛋糕液倒入。把蛋糕模具放在燒烤盤上。
4. 預熱結束後，請迅速將燒烤盤放置於下層托盤架上，再按**旋鈕**。

20 曲奇餅

材料：

80 克	麵粉
¼ 茶匙	泡打粉
60 克	牛油
35 克	糖粉
15 克	烤好的杏仁片
½	雞蛋黃
¼	雞蛋白
	一滴雲尼拿香精

製法：

1. 用蛋糕攪拌器打發軟化的牛油和糖粉直至變成白色奶油狀，加入香精。加入雞蛋白和雞蛋黃，再打一會兒。把麵粉和泡打粉混合進去，攪拌均勻。把杏仁片拌入麵團。在燒烤盤上鋪上牛油紙，將麵團分成 16 份（每份約 13 克）。擺放在燒烤盤上。
2. 選擇程序，按**旋鈕**，開始預熱。
3. 聽到蜂鳴聲後預熱結束，請迅速將燒烤盤放入下層託盤架，再按**旋鈕**。

21 法式麵包 / 硬皮卷

適用於翻熱預先購買的冷藏法式麵包和硬皮卷。確保法式麵包 / 卷的高度不超過 5 厘米。將麵包放入燒烤盤後，放入下層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

自動烹調食譜設定

(續)

22 急凍法式麵包 / 急凍硬皮卷

適用於翻熱預先購買的急凍法式麵包和硬皮卷。確保法式麵包 / 卷的高度不超過 5 厘米。將麵包放入燒烤盤後，放入下層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

23 牛角包

適用於翻熱預先購買的冷藏牛角包。牛角包的重量約 50 克每個。將麵包放入燒烤盤後，放入下層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

24 牛油甜粟米

適用於烹調牛油甜玉米。水箱中加滿水。將急凍玉米粒放入耐熱玻璃碟中。無需加蓋。將盤子放在平板玻璃上。選擇程序及重量，然後開始烹調。抹上牛油即可食用。

25 水果蓉

適用於烹調蘋果、梨、桃、木瓜和芒果。然後將煮熟的水果製成水果蓉，適合斷奶嬰兒食用。將水果去皮切成均勻的小塊。放到耐熱玻璃容器中。添加以下份量的水：

100 克水果 50 毫升水。

200 克、300 克水果 75 毫升水。

400 克水果 125 毫升水。

容器蓋上蓋子放在平板玻璃上。選擇程序及重量，然後開始烹調。當在烹調過程中聽到兩聲蜂鳴器聲時，打開爐門並翻拌食物，按**旋鈕**繼續烹調。烹調後，靜置 10 分鐘。用攪拌器將水果和水果汁一起攪拌。如需要，可用少許水稀釋或加入嬰兒米粉調稠。餵食前檢查溫度。

26 蔬菜蓉

適用於烹調防風草、馬鈴薯、南瓜、紅蘿蔔、甘薯和蕪菁甘藍。然後將煮熟的蔬菜製成蔬菜蓉，適合斷奶嬰兒食用。將蔬菜去皮，切成均勻和小塊的碎片。放到耐熱玻璃容器中。添加以下份量的水：

100 克蔬菜 75 毫升水。

200 克、300 克蔬菜 100 毫升水。

400 克蔬菜 150 毫升水。

容器蓋上蓋子放在平板玻璃中上。選擇程序及重量，然後開始烹調。當在烹調過程中聽到兩聲蜂鳴器聲時，打開爐門並翻拌食物，按**旋鈕**繼續烹調。烹調後，靜置 10 分鐘。用攪拌器將蔬菜和蔬菜汁一起攪拌。如需要，可用少許水稀釋或加入嬰兒米粉調稠。餵食前檢查溫度。

27 急凍油炸食品

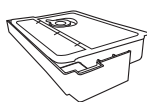
適用於烹調裹有麵包糠的急凍油炸食物，如急凍炸雞粒、急凍雞塊、急凍火雞柳、急凍炸魚柳、急凍蝦仁。去除包裝紙後將食物放入燒烤盤後，放入上層托盤架。選擇程序及重量，然後開始烹調。

中

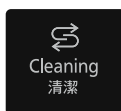
清潔設定

F1. 排水：

水會通過系統被抽出來清洗管道。管道中的水會排到積水盤。



加 100 克水到水箱，
確保積水盤中沒有水。



按**清潔**鍵一次。



旋轉**旋鈕**選擇
F1. 排水。



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。

備註：

1. 只在水箱中有 100 克水的情況下才能運行此程序。
2. 當排水程序在運行過程中請不要移除積水盤。
3. 結束後，將積水盤中的水清空，並清洗積水盤。

警告：

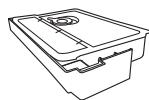
使用蒸氣烹調後馬上進行排水時，可能會有熱水排放至積水盤，拿出積水盤時請小心。

清潔設定

(續)

F2. 系統清潔：

此程序的第一步是利用檸檬酸對系統進行清潔，第二步是用清水通過系統來清洗管道。



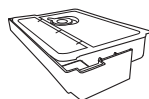
將 16 克檸檬酸溶於 200 克水，將水溶液倒入水箱。確認積水盤中沒有餘水。



按**清潔**鍵一次。



旋轉**旋鈕**選擇 F2. 系統清潔。



前面的程序停止後，將積水盤清空，重新加水到水箱（加到最大水量）。



按**旋鈕**開始。
此程序將運行大約 29 分鐘。



按**旋鈕**確定。



按**旋鈕**開始。
開始運行。程序大約運行 1 分鐘。
結束後，將積水盤中的水清空。

備註：

1. 當 “” 圖示出現在顯示窗上時，請運行系統清潔程序。
2. 若長期不使用清洗功能，會造成水管堵塞，蒸氣無法排出。
3. 排水系統運行的過程中，請不要移除積水盤。
4. 結束後，將積水盤中的水倒光，並清洗積水盤。

清潔設定

(續)

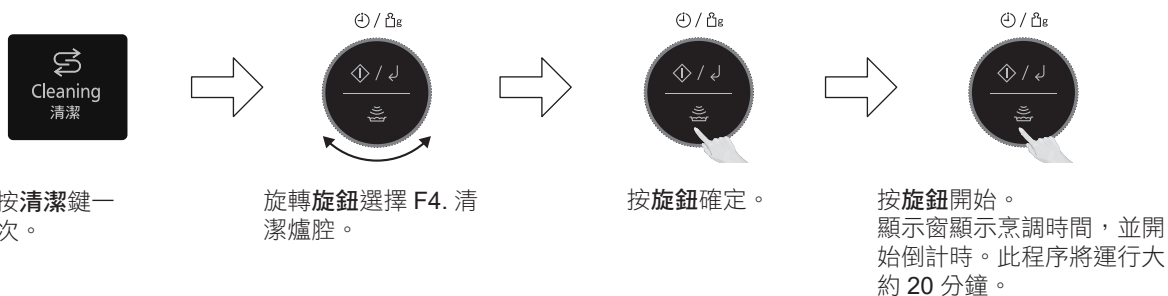
F3. 除臭：

此功能適用於微波爐腔有異味時使用。



F4. 清潔爐腔：

此功能適用於爐腔有油污時使用。



備註：

1. 使用前，請先將水箱加滿水。
2. 完成清潔後，請打開爐門，用濕布將爐腔擦拭乾淨。

微波解凍建議時間

解凍所需準備：

1. 厚保鮮紙，保鮮袋和保鮮紙都適用於包裝急凍的食物。
2. 在處理凍肉類、家禽類和魚類時，應將食物分成一到兩層包好，兩層之間可鋪一張牛油紙用來間隔。
3. 排去所有氣體並密封起來。
4. 在密封袋上加標籤註明肉的種類，日期及重量。
5. 圖表中的解凍時間為完全解凍食物所需的時間（即在攝氏零下 18 度或更低的溫度下急凍至少 24 小時的食物）。

解凍方法：

1. 在碟子上放置一個解凍架，將食物從包裝中取出，並放在架子上。最後將碟子直接放在平板玻璃上。
2. 在超速解凍過程中，微波爐會發出蜂鳴器聲。當蜂鳴器響起時，我們需將解凍的肉類、禽類、魚類和貝類翻面。拆散燉肉、雞塊和肉碎。分開肉排和漢堡包的肉餅。用錫紙遮蓋烤肉的末端、家禽類的腿和翅、脂肪或骨等。
3. 解凍過程中，將一些已經解凍的碎肉或肉塊取出。
4. 解凍後，大塊烤肉的中心可能仍然結冰。讓它靜置 15 到 30 分鐘，並放入冰箱中繼續解凍。

解凍時間表（通過微波 300 W 解凍食物）：

食品	大致參考時間 (分鐘) (以 500 克計)	說明
肉類		
牛肉		在解凍的半途中，弄散絞碎的牛肉、分開肉排，並取出部份已解凍的肉類。
碎牛肉	6 - 8	
烤：牛腿肉	7 - 9	
烤：牛柳	7 - 9	
烤：頸部或臀部	6 - 8	
烤：牛腩，牛肉卷	7 - 9	
牛扒	6 - 7	
牛五花	6 - 8	解凍過程中，將肉類翻轉兩至三次。
羊肉		在解凍的半途中，遮蓋烤肉邊緣及形狀不均勻的末端。
燒羊肉	6 - 8	
羊扒	5 - 7	
羊肋骨	5 - 7	
大塊烤肉的中心可能仍然結冰。可以擱置一段時間。		
家禽類		
全雞	7 - 9	在解凍過程中將禽類翻轉兩至四次。在解凍的半途中用錫紙遮蓋雞腿、雞翼、脂肪或骨頭。
雞塊	6 - 8	
雞柳	6 - 8	
鴨	6 - 8	
火雞	7 - 9	
弄散雞塊，並將小塊的雞塊取出，例如雞翼部位會比大塊的雞肉更快完成解凍。		
用冷水沖洗家禽去除表面的冰晶。在烹飪前，請將它放置五至十分鐘。		
魚類 & 貝類		
魚柳	6 - 8	在解凍的半途中，將整條魚或魚肉件翻轉。此外，分開蝦和貝類並取出已經解凍的部分。
整條魚	6 - 8	
蟹肉	5 - 7	
龍蝦尾	5 - 7	
帶子	4 - 6	
大蝦	5 - 7	在烹飪前，請將它放置五至十分鐘。

翻熱食譜建議時間

以下圖表提供的時間只作為參考，實際烹調效果會根據實物的起始溫度、大小及數量發生變化。

食品	重量 / 數量	火力檔	大致參考時間	說明
冷藏食品	200 克	1000 W	2 分鐘 - 2 分 30 秒	將它放在耐熱的微波適用碟上，並放在平板玻璃上。
急凍食品	200 克	1000 W	3 分 30 秒 - 4 分鐘	將它放在耐熱的微波適用碟上，並放在平板玻璃上。
三文治	100 克	1000 W	30 秒	將它放在耐熱的微波適用碟上，並放在平板玻璃上。
罐頭湯	600 毫升	1000 W	3-4 分鐘	將它放在耐熱的微波適用碟上並加蓋。碟子放在平板玻璃上。在烹調進行至一半及烹調結束時，進行攪拌。
飲料	235 毫升	1000 W	1 分 30 秒	將它倒入一個微波適用杯中，將杯子放在平板玻璃上。在烹調進行至一半及烹調結束時，進行攪拌。
牛奶	250 毫升	1000 W	1 分鐘 - 1 分 30 秒	將它倒入一個微波適用杯中，將杯子放在平板玻璃上。在烹調進行至一半及烹調結束時，進行攪拌。
蔬菜罐頭				
豆類	415 克	1000 W	2 分 30 秒 - 3 分鐘	將它放在耐熱的微波適用碗中並加蓋，碗放在平板玻璃上。在烹調進行至一半時，進行攪拌。
番茄	400 克	1000 W	2 分鐘	
蘑菇	290 克	1000 W	2 分鐘 - 2 分 30 秒	
甜粟米	330 克	1000 W	2 分鐘 - 2 分 30 秒	
肉醬派	150 克	1000 W	1 分 30 秒 - 2 分鐘	將它放在耐熱的微波適用碗中，碗放在平板玻璃上。
		組合烹調 2	6-7 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入下層托盤架。
法式咸派	400 克	組合烹調 2	10-11 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入下層托盤架。
急凍水果蛋撻	450 克	組合烹調 2	8-10 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入下層托盤架。
急凍蛋撻	300 克	組合烹調 2	8-9 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入下層托盤架。
春卷	200 克	組合烹調 2	5-7 分鐘	放入燒烤盤後，放入上層托盤架。
煎餃	200 克	組合烹調 2	5-7 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入上層托盤架。
薄餅	300 克	組合烹調 2	7-9 分鐘	從餐盒中取出食物，放入燒烤盤後，放入下層托盤架。

常用食譜烹調建議時間

食品	重量 / 數量	火力檔	大致參考時間	說明
肉類				
羊腿	最大重量 1.5 千克	180 °C	每 500 克 20 分鐘 最多 25-30 分鐘	預熱微波爐。將它放入燒烤盤後，放入下層托盤架。中途翻面。烹調結束後用錫紙紙包裹並靜至 10 分鐘。
牛扒 - 五分熟	150 克	燒烤 1	7-8 分鐘	將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。中途翻面。
牛扒 - 全熟			9-10 分鐘	
牛腿 - 全熟	最大重 1.5 千克	220 °C	每 500 克 20 分鐘 最多 30-35 分鐘	預熱微波爐。將它放入燒烤盤後，放入下層托盤架。中途翻面。
魚和貝類				
新鮮魚柳	500 克	600 W	5-7 分鐘	將它放在耐熱的微波適用碟上並加蓋，將碟子放在平板玻璃上。
冰凍魚柳	500 克	1000 W	9-10 分鐘	
蝦	500 克	600 W	5-7 分鐘	
青口	500 克	600 W	5-7 分鐘	
薄魚片	500 克	組合烹調 3	5-7 分鐘	將水箱加滿水。將食物放在耐熱的微波適用碟上無需加蓋，將碟子放在平板玻璃上。
家禽類				
雞胸肉 （去骨去皮）	250 克	蒸氣 1	30 分鐘	將水箱加滿水。將食物放入燒烤盤後，放入上層托盤架。
雞腿	1.0 千克	燒烤 1	30 分鐘	將它放入燒烤盤後，放入下層托盤架。中途翻面。
全雞	每 500 克	190 °C	30-35 分鐘	預熱微波爐。將整隻雞放入燒烤盤後，放入下層托盤架。中途翻面。
新鮮蔬菜				
蘆筍	200 克	組合烹調 3	5-6 分鐘	將水箱加滿水。將食物放置在一個耐熱的微波適用碟中無需加蓋。將容器放在平板玻璃上。
西蘭花	250 克	組合烹調 4	7-8 分鐘	
豌豆	200 克	組合烹調 4	4-5 分鐘	
蒸馬鈴薯	500 克	組合烹調 4	14-15 分鐘	
米飯				
白米飯	250 克	1000 W	11-13 分鐘	使用一個 5 升的微波適用容器。加入 550 毫升滾水。加蓋但不要密封，中途攪拌。
麵食				
螺絲粉	200 克	1000 W	10 分鐘	使用一個 5 升的微波適用容器。加入 550 毫升滾水和 15 毫升油。加蓋但不要密封，中途攪拌。
意大利麵	250 克	1000 W	8-10 分鐘	

中文

空氣炸食譜建議時間

食品	重量 / 數量	火力檔	大致參考時間	說明
急凍				
急凍薯條（細）	300 克	烘焗 （需 220 °C 預熱）	23-25 分鐘	將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 2/3 時間時攪拌。
急凍薯條（粗） / 急凍牛排薯條 / 楔形薯條	300 克		40-45 分鐘	
急凍奶酪棒	400 克		16-18 分鐘	將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 2/3 時間時翻面。
急凍雞塊	400 克		25-30 分鐘	
急凍魚肉條	350 克		20-23 分鐘	
生鮮				
自製薯條	500 克	烘焗 （需 220 °C 預熱）	30-35 分鐘	將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 浸泡在冷水中放入冰箱冷藏 1 到 3 小時 瀝乾和油混合。 2/3 時間時攪拌。
牛扒 （1 厘米厚）	4 片 (670 克)	烘焗 （需 220 °C 預熱）	12-14 分鐘	調味。將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 2/3 時間時翻面。
漢堡扒	4 片 (560 克)		16-20 分鐘	
雞翼	1000 克		25-30 分鐘	
雞腿	6 片 (800 克)		35-40 分鐘	
雞胸肉	4 片 (800 克)		30-35 分鐘	
魚片	4 片 (450 克)		20-25 分鐘	調味。將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 魚片厚度不得大於 4 厘米。
紅薯	350 克		21-24 分鐘	調味。將它放入燒烤盤後，放入上層托盤架。 2/3 時間時攪拌。
豆腐	800 克		18-22 分鐘	切成大塊調味。將它放入燒烤盤後，放 入上層托盤架。

要求修理服務之前

下列情況均屬正常：

微波爐干擾電視接收。	使用微波爐時，收音機，電視機，無線上網，無線電話，嬰兒監視器，藍牙或其他無線設備可能會受到干擾。此等干擾類似一些小型電器，如攪拌機，吸塵器，電風扇等所引起之干擾。這並非表示微波爐發生故障。
蒸氣積聚於腔體內和爐門表面從而形成水滴，有熱風從排氣口排出。	烹調時，食物會有蒸氣散發，大部分會從排氣口排出，但蒸氣會於較涼的地方如腔體裡面及爐門上少量凝聚，這是正常現象。等產品冷卻後可以使用抹布等進行擦拭。
爐門內有少量蒸氣集聚。	烹調時，蒸氣會於較涼的地方如爐門內少量凝聚，這是正常現象，微波爐仍可安全使用。
未有擺放食物而不慎啟動微波爐。	短時間空爐工作，對於微波爐不會即時造成損害。但用戶應盡量避免這樣使用微波爐。
使用 組合烹調 功能時，微波爐有聲響發出。	這些聲響是因為微波爐功能切換的提示，故這屬正常現象。
當使用 燒烤 ， 組合烹調 及 烘烤 功能時，微波爐有白煙冒出及產生異味。	微波爐必須定期洗抹乾淨，特別在使用 燒烤 ， 組合烹調 及 烘烤 功能後。任何積聚在爐頂及爐壁的油漬，都會引起白煙冒出。
首次使用 燒烤 ， 組合烹調 或 烘焗 功能時，通風口會有少量煙冒出。	這是由爐腔裏保護部件的過多的油脂引起的。
烹調結束後，電動風扇繼續工作。	在使用微波爐後，電動風扇會繼續工作數分鐘以冷卻內部電器部件。
使用 蒸氣 功能時有聲音。	這是水箱吸水時混入空氣造成的聲音，這是正常現象。
使用各種烘焗功能的過程中及之後，爐腔後部可能會發出“吧嗒…吧嗒…”的聲音。	這是由於產品使用的金屬材料發生熱脹冷縮造成的原因，屬於正常現象。
蒸氣從爐門四周縫隙處溢出。	使用與蒸氣相關的功能時，產品運轉過程中爐腔內會產生大量蒸氣，部分蒸氣可能從門縫四周漏出，這是正常現象。

要求修理服務之前

(續)

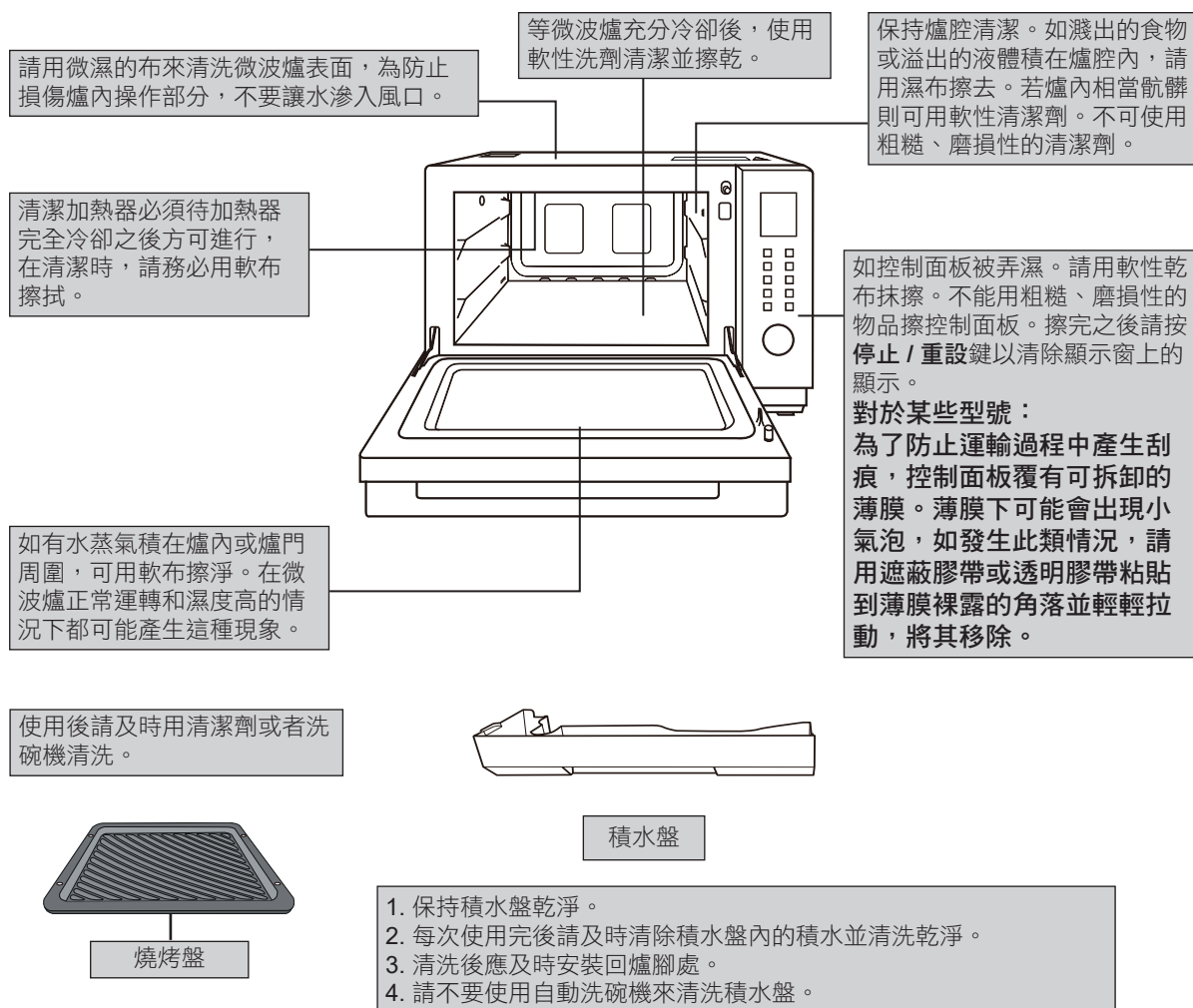
故障

問題	起因	解決方法
微波爐無顯示。	沒有插緊電源。	拔除插頭，待 10 秒鐘後再重新插上電源。
	保險絲燒掉或電路斷路器發生作用。	聯絡指定維修點進行維修。
	插座有問題。	用其他電器再測試插座是否有問題。
微波爐未能啟動加熱。	爐門未關妥。	小心關好爐門。
	未按 旋鈕 。	按 旋鈕 。
	輸入其他程序。	按 停止 / 重設 鍵清除已輸入的程序，然後重新輸入烹調程序。
	烹調程序輸入錯誤。	參考說明書，正確輸入烹調程序。
	不慎按下 停止 / 重設 鍵。	重新輸入烹調程序。
顯示窗顯示 “HOT”	爐腔溫度過熱。	等待爐腔冷卻後再使用。
只有 “U14” 出現在顯示窗上。	水箱中沒有水。	重新在水箱中加滿水。裝回到微波爐，按 停止 / 重設 鍵重新設置。
顯示窗顯示 “H97”, “H98” 或 “H00”。	微波爐發生系統故障。	聯絡代理商的維修部門。
顯示窗顯示 “DEMO MODE PRESS ANY KEY” 或 “D”	微波爐被設定為示範模式。	按 微波火力 鍵 1 次， 旋鈕 4 次及 停止 / 重設 鍵 4 次，退出示範模式。
顯示窗顯示 “  ”。	按 3 次 停止 / 重設 鍵，兒童安全鎖被設定。	按 停止 / 重設 鍵三次即可取消。
蒸氣噴出口、積水盤或爐腔內出現白色的粉末	白色的粉末是水蒸發後殘留的礦物結晶體，屬自然物質，對人體無害。	可使用 清潔 設定中的 F1 及 F2 以清潔蒸氣系統及給水管路以改善情況。如結晶體依附在噴嘴或爐腔內，可使用擰乾的抹布擦拭。請在使用 蒸氣 功能或 清潔 後，將積水盤內的積水倒掉，並使用海綿擦拭乾淨。

若微波爐出現故障，請立即聯絡代理商的維修部門。

微波爐的保養

清洗微波爐之前，須從插座上拔下插頭。



備註：

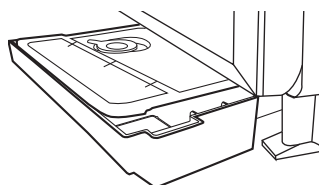
1. 當使用**燒烤**、**烘焗**或**組合烹調**功能時，有些食物的油漬可能會留在爐的內壁上。如不作定期清洗，可能在使用時冒煙。這些污漬必須及時清洗。
2. 當使用**燒烤**、**烘焗**或**組合烹調**功能烹煮後，必須使用溫和的清潔劑清洗爐的內壁，特別是要保持爐內腔體的清潔。如爐內藏有頑固的污漬，可使用少量的洗劑或噴劑，沾在軟而濕的抹布上，塗在污漬部份，稍等一會，再抹乾便可。以上清洗方法不可使用於爐門，只須用布抹淨便可。
注意：請勿將洗劑或噴劑直接噴在爐壁上。
請勿使用蒸氣清潔器清潔微波爐。
3. 未能保持微波爐清潔可能導致微波爐表面損壞，這將影響爐子的使用壽命或導致其有所損壞。
4. 當高頻率使用蒸氣功能，特別是在高濕度或通風條件差的使用環境下，有可能有少量蒸氣凝結水滴落在微波爐放置的工作臺上，請及時擦除。
5. 如需更換微波爐燈，請與 **Panasonic** 維修中心聯繫。

微波爐的保養

(續)

清潔水箱

用海綿沾水清洗。



移出水箱，清潔水箱安裝口。



打開加水的頂蓋，拉開水箱蓋和排水管蓋並進行清洗。



排水管蓋
確保此面向下

排水管蓋難以取下時，請左右輕輕搖動後取下。
重新安裝時，請依以上圖示，朝下安裝。

備註：

1. 排水管插入口有彈簧，清洗時請妥善保管，切勿丟失。
2. 為避免產生水垢等，請至少每週清洗一次水箱。
3. 請不要利用洗碗機來清洗水箱或水箱的部件。

單位換算表

1/4 杯	60 毫升	1/4 茶匙	1 毫升
1/3 杯	85 毫升	1/2 茶匙	2 毫升
1/2 杯	125 毫升	1 茶匙	5 毫升
2/3 杯	165 毫升	2 茶匙	10 毫升
3/4 杯	190 毫升	3 茶匙	15 毫升
1 杯	250 毫升	1 湯匙	15 毫升
1 1/4 杯	310 毫升	1 1/2 湯匙	23 毫升
1 1/2 杯	375 毫升	2 湯匙	30 毫升
2 杯	500 毫升	3 湯匙	45 毫升
3 杯	750 毫升	4 湯匙	60 毫升
3 1/2 杯	875 毫升		
4 杯	1 升		
6 杯	1.5 升		
8 杯	2 升		

所有食譜是按照上表中的標準進行試驗的。

- Cht-62 -

規格

型號：		NN-DS59NB	
額定電壓：		220 V, 50 Hz	230 - 240 V, 50 Hz
消耗功率 *：	微波	4.9 A 1050 W	4.6 A 1050 W
	燒烤	6.3 A 1400 W	5.8 A 1400 W
	烘焗	6.7 A 1500 W	6.2 A 1500 W
	蒸氣	5.3 A 1130 W	4.8 A 1130 W
	組合烹調	9.1 A 1980 W	8.3 A 1980 W
電源要求（最大）：		1980 W	
輸出功率：	微波 *	1000 W	
	燒烤	1350 W	
	烘焗	1450 W	
	蒸氣	1100 W	
爐身體積（寬 × 高 × 深）：		514 毫米（寬）x 347 毫米（高）x 410 毫米 (456 毫米)**（深）	
爐內體積（寬 × 高 × 深）：		336 毫米（寬）x 226 毫米（高）x 357 毫米（深）	
爐腔容積：		27 L	
操作頻率：		2450 MHz	
淨重：		大約 15.5 千克	

** 410 毫米是未包含門把手的尺寸
456 毫米是包含了門把手的尺寸

* IEC 程序測試規格
規格如有改動無須先行通知。
關於所需電壓，生產國家和編號，請查閱微波爐的產品標籤。

中文