

# DIGITÁLNÍ MIKROVLNNÁ TROUBA

## TESLA MTE-202BX

### NÁVOD K OBSLUZE

*Před instalací a prvním použitím Vaší mikrovlnné trouby Tesla si pozorně přečtěte tento návod k použití i další instrukce a upozornění.*

*Uschovejte pro pozdější použití*

**TENTO VÝROBEK SLOUŽÍ POUZE PRO POUŽITÍ V DOMÁCNOSTI**



*Poznamenejte si výrobní číslo, které je uvedeno na štítku Vaší mikrovlnné trouby.*

*Ověřte si, zda máte řádně vyplněný záruční list a společně se záručním listem pečlivě uschovejte i doklad o zaplacení.*

# Digitální mikrovlnná trouba TESLA MTE-202BX

elegantní design • perfektní kvalita • snadná obsluha  
otočný skleněný talíř 245 mm • bezpečnostní zavírání dvířek • dětská pojistka  
digitální ovládání • otočný regulátor výkonu  
zvuková signalizace při vypnutí • osvětlení vnitřního prostoru

obsah 20 litrů • výkon 700 W • příkon 1200 W • hlučnost < 58 dB  
síťové napětí 230V~50 Hz • frekvence mikrovln 2 450 MHz  
vnitřní rozměry trouby 198 (v) x 315 (š) x 297 (h) mm  
vnější rozměry trouby 262 (v) x 452 (š) x 360 (h) mm  
rozměry obalu 292 (v) x 496 (š) x 380 (h) mm  
hmotnost trouby bez obalu 10,5 kg  
hmotnost trouby s obalem 11,3 kg

Blahopřejeme Vám k nákupu nové mikrovlnné trouby a děkujeme Vám, že jste se rozhodli pro náš nový model. Tento přístroj byl vyroben s využitím nejnovějších výrobních metod s důrazem na kvalitu, snadnou obsluhu a dlouhou životnost. Kvalita a spolehlivost této výrobní řady přesvědčila miliony domácností na celém světě. Věříme, že nová mikrovlnná trouba bude výborným pomocníkem také ve Vaší domácnosti a přejeme Vám dobrou chuť.

## O mikrovlnných troubách

Mikrovlnná trouba je elektrický spotřebič, který potraviny tepelně zpracovává jiným způsobem - energií mikrovln. Mikrovlny jsou formou energie podobnou rádiovým a televizním vlnám i běžnému dennímu světlu. Vše vyzařuje mikrovlny - kovové předměty i živí tvorové. Mikrovlny se běžně šíří atmosférou a ztratí se bez účinku. Mikrovlnná trouba je navržena tak, aby mohla mikrovlny bezpečně vyrábět a využívat k tepelnému zpracování potravin.

Speciální elektronka (magnetron) vytváří uvnitř mikrovlnné trouby elektromagnetické vlny o velmi vysoké frekvenci podobné těm, které vysílají rozhlasové nebo televizní vysílače. Mikrovlny se odrážejí od kovů, procházejí vzduchem, sklem, plastickými hmotami, keramikou i papírem. Při pronikání potravinami rozkmitávají molekuly vody, tuků i cukru rychlostí až 2 miliardy kmitů za sekundu.

Molekuly, které kmitají v tomto neuvěřitelném rytmu, se o sebe třou, čímž vzniká teplo nejen na povrchu, ale i uvnitř potraviny, která se velmi rychle a silně zahřívá. Mikrovlny neohřívají nádoby, ale nádoby se může ohřát od horkého pokrmu.

Při vaření s mikrovlnnou troubou není třeba ohřívát plotýnku jako u vařiče, ani vzduch a nádoby jako v klasické troubě, proto ji řadíme mezi energeticky úsporné spotřebiče. Tato úspora se výrazně projevuje při ohřívání malých porcí

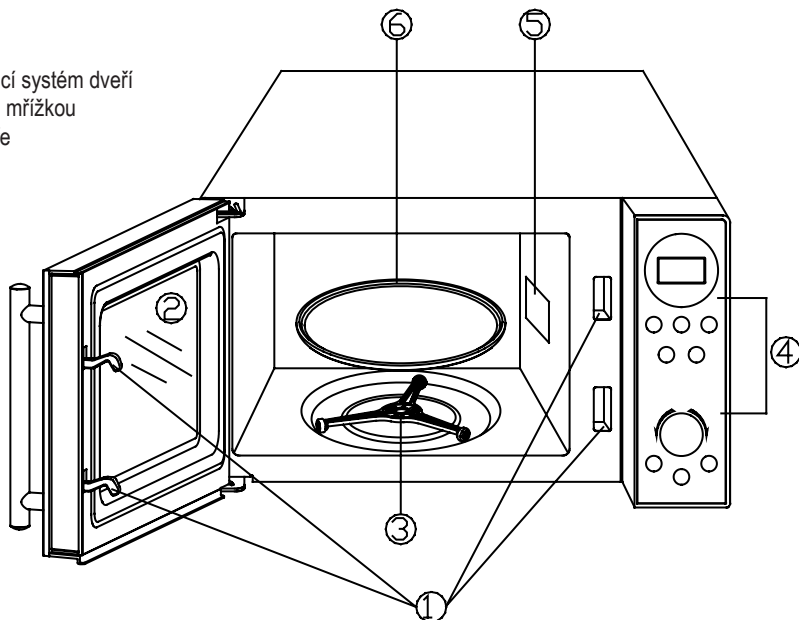


**Před prvním použitím si pozorně přečtěte následující instrukce i upozornění a řiďte se jimi.**

# Vyobrazení a popis mikrovlnné trouby TESLA MTE-202BX

## Popis trouby

- 1 - Bezpečnostní zamykací systém dveří
- 2 - Dveřní sklo s kovovou mřížkou
- 3 - Unašeč otočného talíře
- 4 - Kontrolní panel
- 5 - Mřížka ventilátoru
- 6 - Skleněný otočný talíř



## Popis kontrolního panelu

**Displej** - Zde se zobrazuje čas vaření, výkon, indikace režimu a denní čas.

**Výkon** - Opakovaným stisknutím tohoto tlačítka se nastavuje hladina výkonu.

**Program** - Tímto tlačítkem nastavujeme příslušný program víceúrovňového vaření

**Rychlé rozmrazování** - Program rychlého rozmrazování dle času.

**Automatické rozmrazování** - Program automatického rozmrazování dle hmotnosti.

**Čas/Menu** - Otáčením regulátoru nastavujeme denní čas a vkládáme čas vaření.  
- Tímto regulátorem lze rovněž vybírat menu automatického vaření.

**Hmotnost** - v programu automatického vaření nastavíme tímto tlačítkem hmotnost potraviny nebo počet porcí.

**Hodiny** - Nastavení denního času.

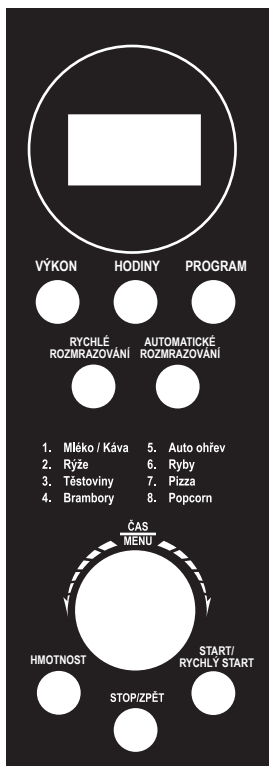
**Start/Rychlý start** - Stisknutím zahájíme program vaření

- Několikanásobným stlačením nastavíme čas vaření a a zahájíme vaření při plném výkonu.

**Stop/Zpět** - Zrušíme proces nastavování nebo resetujeme troubu do základního režimu.

- V průběhu jakéhokoliv programu zastavíme dočasně vaření a tlačítkem Start opět pokračujeme. Dvojnásobným stiskem ukončíme program.

- Toto tlačítko používáme rovněž k nastavení dětského zámku.



## INSTALACE

- Seznamte se nejdříve s jednotlivými částmi a příslušenstvím Vaší mikrovlnné trouby. (viz obrázek str. 3)
- Troubu vybalte, odstraňte všechny obalové materiály a postavte ji na rovný pevný povrch. Tato mikrovlnná trouba váží cca 12 kg a proto musí být umístěna na rovnou horizontální plochu dostatečně silnou k udržení této váhy.
- Ačkoliv jsou všechny mikrovlnné trouby během výrobního procesu neustále kontrolovány, přesvědčete se prosím před uvedením do provozu, zda nejsou jednotlivé díly zvenčí nebo zevnitř poškozeny (promáčknutá dvířka, deformované závěsy dvířek, rozbité sklo, apod.) Pokud byste zjistili poškození, které mohlo vzniknout např. při přepravě, troubu nepoužívejte a dopravte přístroj ke svému prodejci nebo do autorizovaného servisu.
- Ujistěte se, že jsou všechny ostatní obalové materiály odstraněny z vnitřku Vaší mikrovlnné trouby.
- Instalujte troubu tak, aby zůstal volný prostor minimálně 5 cm od bočních stěn a shora a 10 cm od zadní stěny, aby byla zajištěna dostatečná ventilace. Mikrovlnná trouba musí být umístěna dále od zdrojů tepla a páry.
- Zkontrolujte, zda je uvnitř mikrovlnné trouby, ve středu spodní části správně usazen unašeč otočného talíře (pokud je přelepen lepicí páskou, tak pásku odstraňte).
- Nosič otočného talíře vložte do kruhového otvoru ve spodní části mikrovlnné trouby a na něj položte skleněný otočný talíř tak, aby do jeho středu zapadl unašeč otočného talíře. Takto nasazeným talířem již neotáčejte, abyste nepoškodili otočný mechanismus uvnitř trouby.
- Pozor, na vnitřní straně dvířek (na ochranné mřížce) je fólie, která zabraňuje, aby se části jídla dostaly do kontaktu s ochranou mřížkou ve dveřích. Tuto folii v žádném případě nesnímejte!

## Doplňující informace

- a) Typ a použití kontrolního panelu jsou detailně popsány v předcházejícím článku. Tvar kontrolního panelu se může změnit bez předcházejícího upozornění.
  - b) Nezapínejte troubu bez otočného talíře a nosiče, neodstraňujte žádné části zevnitř trouby ani nepoužívejte odlišné typy otočných talířů a nosičů. Otočný talíř používejte vždy s nosičem.
- Skleněný talíř se může otáčet dvěma směry.

### Bezpečný a spolehlivý spotřebič

Pokud budete postupovat dle návodu k obsluze, je naše mikrovlnná trouba jedním z nejspolehlivějších, bezpečných domácích elektrospotřebičů. Mikrovlnná energie se v ohříváním pokrmu zcela a bezezbytku přemění na tepelnou energii. Ochranná mřížka ve dveřích a nejmodernější konstrukce trouby zamezují úniku mikrovln v průběhu vaření. Bezpečnostní pojistka automaticky vypne troubu i při náhodném otevření dvířek. Vždy dodržujte bezpečnostní pokyny a upozornění uvedené v tomto návodu k obsluze!

### Výhody mikrovlnné trouby

+ Rychlost a způsob vaření zachovává více vitamínů a minerálních látek + zvláště vhodná je pro dietní vaření bez tuku, oleje i vody + potraviny si udržují dobrou strukturu a neztrácejí chuť + během 10 sekund je i 2 dny starý rohlík opět jako čerstvý + hluboce zmrazené potraviny rychle a šetrně rozmrazí + jídlo je možné ohřívát přímo na talíři + energetická úspora.

### Nevýhody mikrovlnné trouby

Vzhledem k rychlému tepelnému zpracování může dojít při špatném nastavení času k vysušení nebo k připálení jídla. Potraviny, připravované pouze pomocí mikrovln, nemají hnědou křupavou kůrčičku.

Podobného efektu (bez grilu) jen za použití mikrovln můžete docílit potíráním kořenící směsí nebo speciálními grilovacími omáčkami.

## OBSLUHA

1. Lehkým tahem za madlo otevřete dvířka mikrovlnné trouby.
2. Jídlo ve vhodné nádobě postavte na střed otočného talíře.
3. Zavřete dvířka trouby..
4. Nastavte dle následujících pokynů režim a dobu vaření
5. Během vaření můžete jídlo kontrolovat jednoduchým otevřením dvířek. Bezpečnostní pojistka automaticky vypne troubu, která přestane pracovat a časový spínač se zastaví. Chcete-li pokračovat ve vaření, uzavřete dvířka a stiskněte opět tlačítko "Start". Vaření bude pokračovat až do uplynutí nastavené doby.
6. Chcete-li **troubu vypnout** před uplynutím nastaveného času, stiskněte 2x tlačítko "Stop"

## Speciální funkce

### Zvuková signalizace

Po skončení vaření či rozmrazování mikrovlnná trouba čtyřikrát zapípá a na displeji se objeví „End“. Toto se opakuje každé dvě minuty, dokud neotevřete dveře nebo dokud nestisknete tlačítko „Stop/Reset“.

### Dětská pojistka

Speciální program sloužící k ochraně dětí. Umožňuje, aby s troubou nemohly náhodně a bez dozoru manipulovat děti nebo kdokoli neobeznámený s jejím provozem. Je-li dětská pojistka zapnuta, na displeji svítí symbol zámku.

Pro aktivaci nebo deaktivaci dětské pojistky stiskněte na cca 3 vteřiny tlačítko „Stop/Zpět“.

### Funkce „Kuchyňský budík“

Při nastavení nulového výkonu lze používat mikrovlnnou troubu jako kuchyňský budík pro kontrolu času vaření na jiném spotřebiči (vařič, sporák apod.). Mikrovlnná trouba po ukončení nastaveného času 3x zapípá. Světlo v mikrovlnné troubě svítí a ventilátor se otáčí v průběhu ubíhání nastaveného času, ale nepracují mikrovlny (výkon 0%). Nejdelší čas nastavení je 60 minut.

Příklad: Chcete nastavit budík na 3 minuty

1. Stiskněte tlačítko „Stop“
2. Stiskněte tlačítko „Výkon“ šestkrát.
3. Otáčením "Voliče" nastavte čas na 3:00 minuty.
4. Stiskněte tlačítko „Start“

## Jak nastavit a používat ovládací prvky

Pokaždé když stisknete tlačítko, ozve se pípnutí jako potvrzení, že tlačítko skutečně bylo stisknuto.

Pokud stisknete kombinaci tlačítek, která nemá smysl, ozve se dvojitě krátké pípnutí.

### Nastavení hodin

Po zapnutí přírodní šňůry do zásuvky se ozve pípnutí a na displeji se objeví 1:01. Je nutno nastavit denní čas. Hodiny pracují buď ve 12 nebo 24 hodinovém režimu. Pro nastavení požadovaného režimu nejprve stiskněte tlačítko STOP (tím zastavíte případný režim vaření, protože v průběhu vaření nelze nastavovat denní čas). Poté stiskněte jednu tlačítko „HODINY“ (režim 12h) a nebo dvakrát (režim 24h). Poté otáčením voliče ČAS/MENU nastavte požadovaný čas v hodinách. Stiskněte tlačítko „HODINY“ a nastavte otočným voličem požadovaný čas v minutách. Potvrďte stisknutím „HODINY“ a čas je nastaven a denní čas běží (bliká dvojtečka mezi hodinami a minutami)

### Poznámka:

Blikající dvojčíslí upozorňuje, že jste v režimu „nastavení hodin“ a nikoliv v režimu vaření.

Zhruba po 10 sekundách od skončení vaření se displej vždy automaticky vrátí do režimu denního času.

**Příklad :** Předpokládejme, že chcete nastavit správný čas na 17:30

1. Stiskněte tlačítko „Stop“
2. Stiskněte tlačítko „Hodiny“ dvakrát
3. Otáčením „Voliče“ nastavte hodiny na 17
4. Znovu stiskněte tlačítko „Hodiny“
5. Otáčením „Voliče“ nastavte minuty na 30
6. Znovu stiskněte tlačítko „Hodiny“ - denní čas 17:30 je nastaven

## Vaření podle mikrovlnného výkonu

Nejdelsí čas vaření je 60 minut. Nastavení stupně výkonu provedeme stisknutím tlačítka „Výkon“

Počet stlačení tlačítka „Výkon“	Nastavený výkon
1	100%
2	80%
3	60%
4	40%
5	20%
6	0%

**Příklad:** Nastavte 60% výkon vaření na dobu 1 minuty

1. Stiskněte tlačítko „Stop“
2. Stiskněte tlačítko „Výkon“ třikrát. Na displeji svítí symboly 60%
3. Otáčením „Voliče“ nastavte čas na 1:00 času vaření. Začne blikat symbol „Start“ na displeji
4. Stiskněte tlačítko „Star/Rychlý start“

**Poznámka :** Vaření lze kdykoli přerušit otevřením dvířek nebo jedním stisknutím tlačítka „Stop“. Pokračovat ve vaření lze po zavření dvířek a opětovným stisknutím tlačítka „Start“.

## Expresní vaření

Při Expresním vaření pracuje vždy trouba na 100% výkon. Toto je nejpoužívanější způsob mikrovlnného vaření. Nejdelsí možný čas expresního vaření je 12 minut. Požadovanou dobu mikrovlnného vaření nastavíme postupným stisknutím tlačítka „Start / Rychlý start“ následovně:

Počet stisknutí	Čas vaření
1	0:30
2	1:00
3	1:30
4	2:00
5	2:30..atd

**Příklad :** Vařte pokrm 2 minuty při nejvyšším výkonu.

1. Stiskněte tlačítko „Stop“
2. Stiskněte tlačítko „Start / Rychlý start“ 4x

**Poznámka:** Trouba začne pracovat cca 1,5 vteřiny po posledním stisku tlačítka „Start/Rychlý start“

## Automatické vaření

Pro přípravu následujících jídel nemusí být nastavován čas a výkon vaření. Stačí nastavit příslušný kód potraviny, která je uvedena v následujícím seznamu a jeho váhu. Mikrovlnná trouba obsahuje přednastavené programy, které dále automaticky zvolí veškerá nutná nastavení. Je vhodné obrátit čas od času některé potraviny, aby se docílilo rovnoměrného provaření.

**Příklad:** Chcete vařit 400g rybiho masa

1. Vložte rybu do mikrovlnky.
2. Otočným voličem ČAS/MENU otočte proti směru hodinových ručiček. Na displeji se objeví AUTO a číslo 1. Otočením po směru hodinových ručiček nastavte „6“ (program pro rybí maso).
3. Stiskněte několikrát tlačítko HMOTNOST pro nastavení 400g.
4. Zahajte vaření stisknutím tlačítka START/RYCHLÝ START.

**Pozn.:** Po uplynutí celého času vaření se ozve 4x pípnutí a na displeji se objeví END. Před dalším vařením vymažte END stisknutím tlačítka STOP/ZPĚT.

PROGRAM	POKRM
1	Mléko / Káva (200ml/jednotka)
2	Rýže (g)
3	Špagety (g)
4	Brambory (g)
5	Ohřívání (g)
6	Ryby (g)
7	Pizza (g)
8	Popcorn (g)

1. Výsledek automatického vaření závisí na více faktorech, jako je např. kolísání napětí v síti, tvar a velikost pokrmu, osobní vkus. Není-li výsledek uspokojivý, upravte přiměřeně váhu pokrmu.
2. U programu Špagety přidejte před zahájením vaření vodu

## Programové vaření (vícetázové)

Tato mikrovlnná trouba může být naprogramována až na 3 po sobě jdoucí varné fáze. Některé recepty mohou vyžadovat nastavení vícetázového vaření zahrnujícího např. i rychlé rozmrazování apod.

**Příklad :** Chcete nastavit následující sled varných režimů : Rychlé rozmrazování - mikrovlnné vaření

1. Stiskněte tlačítko RYCHLÉ ROZMRAZOVÁNÍ a otočným voličem nastavte požadovaný čas rozmrazování.

2. Stiskněte tlačítko PROGRAM, na displeji se objeví ikona mikrovlnného vaření a 1S (první sled).
3. Otočným voličem nastavte čas mikrovlnného vaření.
4. Tlačítkem START / R.START zahájíte vaření.
5. Po dokončení rozmrazování se automaticky zahájí fáze mikrovlnného vaření.

**Pozn.:** Rychlé rozmrazování může být nastaveno vždy jen před ostatními režimy vaření. Automatické rozmrazování a Automatické vaření nemůže být nastaveno v režimu Programového (vicefázového) vaření.

### Rychlé rozmrazování (dle času)

Vložte rozmrazovaný pokrm do mikrovlnné trouby. Stiskněte tlačítko STOP. Poté stiskněte jednu tlačítko „RYCHLÉ ROZMRAZOVÁNÍ“. Poté otáčením voliče ČAS/MENU nastavte požadovaný čas rozmrazování. Stisknutím tlačítka START/RYCHLÝ START zahájíte rozmrazování. Přerušit jakýkoliv režim vaření či rozmrazování můžeme otevřením dvířek nebo stisknutím tlačítka STOP/ZPĚT.

### Automatické rozmrazování (dle hmotnosti)

Jídlo může být rozmrazováno také podle nastavené hmotnosti. Čas rozmrazování a hladina výkonu je nastavena automaticky po zadání hmotnosti pokrmu. Váha se může pohybovat mezi 100g a 1800g.

**Příklad:** Chcete rozmrazit 400g kuřecích prsou.

1. Vložte kuřecí prsa do mikrovlnky.
2. Stiskněte jednu tlačítko AUTOMATICKÉ ROZMRAZOVÁNÍ
3. Otočným voliče ČAS/MENU nastavte hmotnost na 400g
4. Zahajte rozmrazování stisknutím tlačítka START/RYCHLÝ START

**Poznámky:** Během rozmrazování se program přeruší, aby Vám umožnil pokrm obrátit. Poté pokračujte stisknutím tlačítka START/RYCHLÝ START.

#### Poznámky:

1. Pro sýrové i jednu uvařené jídlo je přibližný čas rozmrazování asi 5 minut na každých 400g hmotnosti.
2. Pokaždé rozmrazované jídlo kontrolujte, přemístujte jednotlivé porce nebo odeberte porce, které jsou již rozmražené.
3. Pokud používáte plastové nádoby na zmrazování, v troubě je nechte jen do chvíle, kdy lze rozmrazovaný pokrm vyjmout. Pak je nahraďte vhodnou nádobou.
4. Nejdelší čas pro rozmrazování je 60 minut.

## Všeobecné pokyny pro vaření

### Ohřívání

Nejčastěji je mikrovlnná trouba užívána k ohřívání všech druhů jídel. Pokrmy lze ohřívát velmi rychle přímo v nádobí, ve kterém je pak servírujeme. Přímou na panelu mikrovlnné trouby Tesla máte uvedeny doporučené časy pro ohřívání některých jídel. Uvedené časy jsou však jen orientační, neboť závisí i na teplotě, tvaru a složení ohříváných potravin

- tekuté potraviny (polévky, omáčky) ohříváme při plném výkonu, ostatní při výkonu sníženém.
- tekuté potraviny během ohřívání zamícháme, dosáhneme tím rovnoměrnějšího, rychlejšího prohřátí.
- ohříváme-li najednou více kousků masa různé velikosti, umístíme větší kousky na okraj talíře a menší do středu.
- k masu je vhodné přidat trochu vody a přikrýt jej mikrotenovou fólií, aby se nevysušilo
- smažené řízky a pečenou drůbež s kůrkou pokapeme rozpuštěným máslem a ohříváme nepřikryté.
- zeleninu a přílohy (rýži, brambory, knedlíky) ohříváme pod pokličkou pokapané malým množstvím vody.
- pácky a klobásky vždy nejprve propícháme, aby při ohřívání nepraskly.
- nikdy neohříváme potraviny v uzavřených obalech, které se mohou tlakem páry roztrhnout.
- při ohřívání a vaření doporučujeme, zvláště u jídel déle skladovaných, připravovaný pokrm nechat zahřát na 80 °C a tuto teplotu udržet alespoň 2 minuty, aby byly zneškodněny veškeré eventuálně obsažené choroboplodné zárodky.

### Rozmrazování

Mikrovlnná trouba Tesla rozmrazuje potraviny velmi rychle, šetrně a zdravě. Časy doporučené pro rozmrazování jsou orientační protože opět záleží na množství, tvaru a struktuře potravin, ale především na teplotě, na kterou jsou zmrazeny. Pokud nastavíte čas pro rozmrazování příliš dlouhý, může se rozmrazovaný pokrm, nebo jeho okraje začít vařit. Proto je lepší zpočátku nastavit čas kratší, a případně pak prodloužit, nebo jídlo nechat několik minut „dojít“ při pokojové teplotě.

- během rozmrazování jídlo obracíme, aby bylo rozmražení rovnoměrné
- rozmrazujeme-li potraviny uzavřené v mikrotenovém sáčku, nesmíme zapomenout sáček propíchnout, aby mohla unikat pára.
- pod chléb a pečivo položíme při rozmrazování papírový ubrousek, který pohltí přebytečnou vlhkost.

### Rozehrávání

• Ztuhlé máslo se lépe roztírá, když ho vložíme asi na 20 sekund do mikrovlnné trouby nastavené na nízký výkon. Stejným způsobem lze rozehrát i hluboce zamraženou zmrzlinu.

- Při přípravě čokoládové polevy vložíme rozlámanou čokoládu na 2 minuty do mikr. trouby při polovičním výkonu.

## Sušení

V mikrovlnné troubě rychle usušíte i např. rohlíky na strouhanku. Stačí nastavit plný výkon na 1 - 2 minuty, rohlík se rychle vysuší a po vychladnutí ztvrdne.

## Vaření

I když většina domácností používá mikrovlnnou troubu převážně k rychlému ohřívání a rozmrazování, můžeme v mikrovlnné troubě připravovat většinu pokrmů. Obvykle stačí ubrat množství tuku, snížit množství vody o dvě třetiny a zkrátit dobu vaření o čtvrtinu až třetinu. Na našem trhu se prodává několik desítek různých kuchařských knih pro mikrovlnné vaření. V nich představují profesionální kuchařky stále nové recepty. Pokud již některou z nich nemáte, doporučujeme zajít do knihkupectví a kuchařku zakoupit. Při vaření se řiďte podle receptů.

- Potraviny obsahující velké množství tuku (prorostlá masa) a cukru (moučníky) se vaří podstatně rychleji, než potraviny s vysokým obsahem vody.
- Zelenina a jiné potraviny obsahující více vody mohou být tepelně upravovány ve vlastní šťávě nebo s přidáním malého množství vody. Zůstane tak zachováno více živin a vitamínů.

## VLASTNOSTI POTRAVIN OVLIVŇUJÍCÍ VAŘENÍ V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

### Hustota potravin

Lehké, pórovité potraviny (např. pečivo nebo chléb) se připravují rychleji než těžké husté potraviny (např. pečená masa). Při přípravě pórovitých potravin proto používejte nižší výkon.

### Výška potravin

Horní části vysokých pokrmů se uvaří rychleji než spodní část. Proto takové pokrmy v průběhu vaření několikrát obraťte.

### Počáteční teplota

Stejně jako u běžného vaření se mražené potraviny vaří déle, než potraviny chlazené nebo skladované při pokojové teplotě.

### Velikost potravin

Lépe se vaří menší a porcované kusky potravin. Vhodné je rozložit nakrájené potraviny ve větší nádobě, nebo na větším talíři tak, aby měly mikrovlny přístup k vařeným surovinám rovnoměrně ze všech stran.

### Množství potravin

Výkon mikrovlnné trouby je konstantní. Čím více potravin vaříte najednou, tím déle trvá jejich příprava. Malé množství potravin vyžaduje kratší dobu vaření nebo ohřívání. Pozor, pokud nastavíte delší čas pro vaření malého množství, můžete jídlo vysušit nebo spálit.

## Kosti a tuky

Kosti snadno vedou teplo a velké množství tuku přitahuje mikrovlnnou energii. Proto při přípravě plátků masa obsahujících kosti a tuk pracujte opatrně, aby se maso nespálilo. Když se maso začne vařit, nastavte troubu raději na nižší výkon a v průběhu vaření několikrát obraťte.

## Tvar potravin

Mikrovlny pronikají do potravin ze všech stran do hloubky asi 3 cm. Vnitřní části silnějších pokrmů se uvaří tím, že teplo vytvořené na povrchu prostupuje dovnitř. Proto pouze vnější části se uvaří energií mikrovln a vnitřní část se vaří klasicky předaným teplem. Proto se nejlépe připravují pokrmy zaoblených tvarů, naporcované plátky masa apod. Většina spotřebitelů však využívá mikrovlnnou troubu nejčastěji k ohřívání pokrmů přímo na talíři.

## Vaření zmražených potravin

Řada výrobců dodává na náš trh zmražené potraviny, přímo určené pro ohřev v mikrovlnné troubě. Při ohřevu dodržujte pokyny, uvedené na obalu. Vaše mikrovlnná trouba Tesla má výkon 700 W. S tímto výkonem počítá i většina dodavatelů.

Pokud je na mraženém výrobku doporučen čas pro troubu s nižším výkonem, nastavte nižší výkon nebo přiměřeně zkrátte dobu přípravy. Jestliže je uveden výkon vyšší, přiměřeně prodlužte dobu přípravy (ohřívání nebo vaření). Vždy je lepší nastavit kratší dobu, kterou můžete dle potřeby prodloužit.

## Důležité pokyny pro ohřívání jídel

- během ohřívání jídlo pravidelně míchejte (polévky, omáčky, rýže, kaše) nebo otáčejte (plátky masa).
- po ohřátí i vaření nechte jídlo několik minut odstát
- při ohřívání je vhodné zakrýt jídlo folií pro mikrovlnné trouby nebo plastovým příklopem. Z jídla neuniká pára a nevysuší se.
- při ohřívání brambor ve slupce, chleba, pečiva nebo vlhkých potravin položte potraviny na list savého kuchyňského papíru, který vlhkost pohltí.
- při ohřívání jídla na talíři se jej pokuste rozložit v rovnoměrné vrstvě. Při ohřívání omáčky a knedlíků současně výkon trouby snižte a prodlužte dobu ohřevu.
- doby uvedené v tabulce pro ohřívání platí pro potraviny o pokojové teplotě. jsou-li potraviny chladnější, dobu prodlužte.
- ohřívání pokrmů dejte na talíř tak, aby silnější, hustší a masitější části ležely po obvodu talíře, kde pohltí nejvíce energie, a tenké části uprostřed talíře.

## Rozmístění a vzdálenosti

Jednotlivé kusy pokrmů, jako jsou pečené brambory, malé kusky pečiva atd., se zahřejí lépe, když jsou rozloženy na talíři stejně daleko od sebe, nejlépe v kruhu. Pokud je to možné, nerovnejte potraviny na sebe.

## Míchání

Za účelem rovnoměrného šíření a rozvedení tepla v pokrmu je důležité jídlo v průběhu vaření několikrát míchat. Míchejte od okraje nádoby směrem dovnitř, protože vnější část pokrmu se ohřeje nejdříve.

## Obracení

Velké a dlouhé pokrmy (např. pečeně a celá drůbež) se musejí obracet, aby se všechny části uvařily rovnoměrně. Je vhodné obracet také rozporcovanou drůbež a řízků.

## Zakrývání fólií

Rohy a okraje hranatých pokrmů, ale např. také kuřecí křídla je vhodné zakrýt alobalem, protože se upečou jako první, a mohly by se spálit. Alobal upevněte tak, aby se nedotýkal vnitřku mikrovlnné trouby, jinak může dojít k jiskření.

## Zhnednutí

Maso a drůbež vařené 15 min. a déle mohou zhnědnout ve vlastním tuku. Pokrmy připravované kratší dobu je vhodné potřít omáčkou, která způsobí zhnědnutí. Např. omáčky Barbecue a worcester, sojová omáčka, mletá paprika rozpuštěná v másle apod.



## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

### VAROVÁNÍ! TENTO SPOTŘEBIČ MUSÍ BÝT UZEMNĚN!



- Ventilací otvory na povrchu trouby nesmí být přikryty. Zakrytí ventilacích otvorů může poškodit troubu a ohrozit výsledky vaření.
- Nepokládejte žádné předměty na horní plochu trouby.
- Mikrovlnná trouba, stejně jako jiné domácí spotřebiče, nesmí být obsluhována dětmi a osobami s omezenou schopností pohybu a orientace.
- Mikrovlnná trouba smí být zapojena výhradně do zásuvky s uzemňovacím kolíkem (stejně jako např. žehlička, varná konvice, apod.). Zásuvka musí odpovídat bezpečnostním normám.
- Na typovém štítku na zadní straně trouby je uvedeno jmenovité napětí přístroje: 230V-240V. **Přístroje takto označené jsou určeny k používání v České i Slovenské republice.** Pokud je na štítku uvedeno jiné napětí, přístroj nepoužívejte a okamžitě kontaktujte odborný servis nebo prodejce!
- Elektrický kabel je dlouhý 1 m, zásuvka by tedy měla být snadno dosažitelná.
- Při poškození přírodního kabelu a jakékoliv jiné součástky se nikdy nepokoušejte závadu opravovat, ale vždy se obračete na odborný servis.

Ke snížení rizika popálenin, elektrických šoků, požáru, zranění osoby nebo přebytkového vyzařování mikrovlnné energie:

- Některé výrobky, jako například celá vejce a potraviny v uzavřených nádobách (např. zavřené skleněné lahve a zavřené kojenecké lahve s dudlíkem) mohou explodovat a proto by neměly být ohřívány v mikrovlnné troubě.
- Používejte mikrovlnnou troubu pouze k účelům popsaných v tomto návodu. Nepoužívejte mikrovlnnou troubu k jiným účelům než k přípravě potravin. Nepoužívejte k sušení tkanin, papíru, nebo jiných nepotravinových materiálů, nepoužívejte ke sterilizaci.
- Nepracujte s mikrovlnnou troubou jestliže nefunguje tak, jak má nebo jestliže byla poškozena.

## K zamezení spálení jídla uvnitř trouby

- Nepřevařujte jídlo. Nenechávejte troubu bez dozoru, obzvláště jestliže při vaření používáte papír, emělou hmotu nebo jiné hořlavé materiály může dojít ke vznícení.
- Odstraňte drátěné sponky ze sáčků před tím, než je vložíte do trouby.
- Pokud dojde ke vznícení materiálu uvnitř trouby, nechte zavřené dveře trouby, vypněte ji a vyjměte zástrčku ze zásuvky elektrického proudu nebo vypněte pojistky bytu.
- Jako i u ostatních spotřebičů, k zabezpečení co nejlepšího fungování Vaší mikrovlnné trouby existuje řada pravidel, která se musí dodržovat:
- Spolu s mikrovlnnou troubou použijte skleněný otočný talíř, podložený unašečem otočného talíře.
- Nepoužívejte troubu, jestliže je prázdná. Mohlo by dojít k poškození trouby.
- Nepoužívejte vnitřek trouby pro skladování žádných materiálů, především papírů, kuchařských knih apod.
- Nepoužívejte troubu pro domácí konzervování. Mikrovlnné trouby nejsou k takové činnosti přizpůsobeny. Nevhodně konzervované jídlo se může zkazit a jeho konzumace je nebezpečná.
- Nevařte vejce ve skořápce, mohou explodovat. Někdy může prasknout i vařené vejce. Jídlo při vaření zakryjte a po vaření nechte minutu odstát zakryté.
- Potraviny s blánou, jako vaječné žloutky, rajčata, kuřecí ledviny apod. před vařením několikrát propichnete vidličkou.
- Nevkládejte žádné předměty do otvorů na vnějším povrchu trouby.
- Nikdy neodstraňujte žádné části trouby, jako nožičky, spojovací články nebo šroubky.

- Nevařte jídlo přímo na skleněném talíři. Před použitím v troubě vložte jídlo do vhodné nádoby.
- Nepoužívejte kovové hrnce nebo nádoby s kovovými úchyty.
- Nepoužívejte nádoby s kovovým vzorem
- Nepoužívejte nádoby, obsahující materiál, který absorbuje mikrovlnnou energii. Snižuje se rychlost vaření a může dojít i k prasknutí nádoby.
- Nádoby do mikrovlnné trouby používejte podle doporučení výrobce nádobí.
- Nevařte v nádobách s omezeným otvíráním, při zahřátí v mikrovlnné troubě mohou explodovat.
- Nepoužívejte obvyklé potravinové teploměry. Pro použití v mikrovlnné troubě slouží speciální teploměry, jiné jsou nevhodné.
- Nepokoušejte se smažit jídlo v oleji. U oleje nelze při smažení kontrolovat jeho teplotu.
- Uvědomte si, že mikrovlnná trouba pouze ohřívá jídlo/tekutinu v nádobě, ale ne nádobu jako takovou, může způsobit opožděný var. Proto, i když víko nádoby není při vydáváním z trouby horké, jídlo/tekutina uvnitř nádoby se chová jako při obvyklém vaření. Při sejmutí víka tedy prská, případně uniká pára.
- Vždy vyzkoušejte sami teplotu ohřívávaného jídla/tekutiny, především ohříváte-li jídlo / tekutinu pro děti. Je vhodné nekonzumovat jídlo / tekutinu ihned po ohřátí, ale promíchejte je a nechte je odstát několik minut, aby se teplo v jídle / tekutině rovnoměrně rozložilo.
- Jídlo, obsahující směs tuků a vody nechte po ohřátí v troubě odstát 1 až 2 minuty. To umožní usazení směsi. K zamezení bublání vložte do tekutiny lžičku.
- Kuchyňské nádoby může být horké! Nádoba není ohřívána mikrovlnnou energií, ale teplým pokrmem. Aby jste se vyhnuli popáleninám, používejte silné rukavice na pečení.

## VARNÉ NÁDOBÍ

V mikrovlnné troubě nikdy nepoužívejte kovové nádoby nebo nádoby se zlatým dekorem. Mikrovlny totiž neprocházejí kovem a od cizích kovových předmětů se odráží a mohou vyvolat elektrické jiskření. V mikrovlnné troubě používejte nádoby z varného skla Simax nebo jiné nekovové žáruvzdorné nádoby.

V mikrovlnné troubě můžete používat i papírové a kartónové ubrusky, utěrky, talíře a pohárky. Nepoužívejte ale výrobky z recyklovaného papíru, protože mohou obsahovat příměsi, které mohou způsobit jiskření i požár. Plastové talíře, pohárky, sáčky a obaly můžete v mikrovlnné troubě používat podle pokynů jejich výrobce.

Kovové nádoby a nádoby s kovovými ozdobami v mikrovlnné troubě nepoužívejte. Pokud recept předepisuje použití hliníkové fólie, grilovacích jehel s obsahem kovů, ponechte mezi kovovým předmětem a stěnou trouby

mezeru alespoň 2,5 cm. Dojde-li k výskytu jiskření kovový předmět raději odstraňte a nahraďte nekovovým.

Nepoužívejte uzavřené nádoby, lahve se zátkami, uzávěry atd. Při vaření v nich může vzniknout tlak a nádoba se může roztrhnout.

## Bezpečnost při práci

Z bezpečnostních důvodů je mikrovlnné záření uzavřeno ve vnitřním prostoru trouby neprostupnými kovovými stěnami. Také průhledné dveřní okénko je potaženo pro mikrovlny neproniknutelným kovovým sítím. Mikrovlnná trouba musí okamžitě automaticky vypínat při každém otevření dveří! Důležité je také udržování dosedacích ploch dvířek v čistotě, aby se zabránilo úniku mikrovln! V žádném případě nesmí být trouba používána při rozbití průhledného okénka!

## NEŽ ZAVOLÁTE SERVIS

### Jestliže trouba nefunguje:

- Zkontrolujte, zda je zástrčka Vaší mikrovlnné trouby správně zastrčena do zásuvky. Vyjměte zástrčku ze zásuvky, počkejte 10 sekund a zapojte znovu do zásuvky.
- Prověřte, zda nejsou vadné pojistky nebo jistič. Jestliže tyto fungují správně, zkuste do zásuvky zapojit jiný spotřebič.

### Jestliže nefunguje funkce mikrovln:

- Prověřte, zda je nastaven čas vaření.
- Prověřte, zda jsou dveře dobře uzavřeny, a zapadly do bezpečnostních zámků. Dvířka mikrovlnné trouby Tesla mají bezpečnostní pojistku, která vypíná troubu při jejich otevření nebo špatném zavření.

Jestliže žádná z těchto rad nenapraví situaci, kontaktujte nejbližší autorizovaný servis.

## ÚDRŽBA MIKROVLNNÉ TROUBY

- Před čištěním trouby vždy odpojte ze zásuvky elektrického proudu.
- Udržujte vnitřní prostor trouby čistý. Jestliže dojde k přetečení tekutin a ty přilnou ke stěnám trouby, vyčistěte je vlhkým hadrem. Můžete použít jemný čistící prostředek, který není agresivní. Nedoporučuje se užití abrazivních nebo drsných čistících prostředků.
- Venkovní povrch trouby čistěte vlhkým hadrem. Aby jste zamezili riziku poškození funkčních částí uvnitř trouby, nenechte vodu vniknout do ventilačních otvorů.
- Kontrolní panel nesmí být mokrá ani mastná. Čistěte ho lehce jemným vlhkým hadrem. Nepoužívejte práškové čistící prostředky ani jiné agresivní nebo mastné látky, neboť by mohlo dojít k odstranění popisů.

- Jestliže se uvnitř trouby nebo venku okolo dveří akumuluje pára, otřete prostor měkkým hadrem. Tato situace může nastat, používáte-li Vaši mikrovlnnou troubu v podmínkách s vysokou vzdušnou vlhkostí a neznamená tedy poruchu Vaší trouby.
- Čistíte skleněný talíř. Umyjte ho v horké vodě se saponátem nebo v myčce nádobí.
- Unašeč otočného talíře a dno trouby čistěte pravidelně. Vyhněte se tak nadbytečnému hluku. Jednoduše setřete měkkým hadrem a jemným čistícím prostředkem, vodou nebo čističem oken povrch dna a vysušte. Unašeč otočného talíře umyjte ve vlažné vodě se saponátem.
- K odstranění nežádoucích pachů uvnitř mikrovlnné trouby vložte hnek vody se šťávou a kůrou z jednoho citronu do hluboké nádoby. Vařte 5 minut. Pečlivě vytřete a vysušte jemným hadrem.
- Jestliže potřebujete vyměnit vnitřní osvětlení, kontaktujte, prosím, odborný servis.

## Technický vývoj

Výrobce si vyhrazuje právo provádět v rámci technického vývoje a zdokonalování výrobku technické změny i bez předchozího upozornění.

## Likvidace odpadů

Po uplynutí záruky odevzdejte obal do sběru. Obal je 100% recyklovatelný. Až výrobek doslouží, odevzdejte jej do sběry druhotných surovin, případně zlikvidujte dle místních předpisů o odpadech.

## Záruka

Na mikrovlnné trouby Tesla je spotřebiteli poskytována záruka v době trvání 24 měsíců ode dne nákupu. Tato záruka se vztahuje na veškeré materiálové a pracovní náklady spojené s opravou výrobku.

### Zpětný odběr elektroodpadu



#### Informace pro uživatele k likvidaci elektrických a elektronických zařízení (z domácnosti)

Uvedený symbol na výrobku nebo v průvodní dokumentaci znamená, že použité elektrické nebo elektronické výrobky nesmí být likvidovány společně s komunálním odpadem. Za účelem správné likvidace výrobku jej odevzdejte na určených sběrných místech, kde budou přijata zdarma.

Správnou likvidací tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu, nejbližšího sběrného místa, v Zákonu o odpadech příslušné země, v ČR č. 185/2001 Sb. v platném znění. Dále rovněž na [www.zasobovani.cz/odber](http://www.zasobovani.cz/odber) a na internetových stránkách [www.elektrowin.cz](http://www.elektrowin.cz) a [www.asekol.cz](http://www.asekol.cz) (likvidace elektroodpadu).

Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty.



### Důležité bezpečnostní pokyny čtete pozorně a uschovejte pro budoucí použití

Pokud jsou dvířka nebo těsnění dvířek poškozena, nesmí být trouba v činnost, dokud nebude opravena proškolenou osobou.

Je nebezpečné pro jakoukoli osobu jinou než proškolenou, aby prováděla jakékoli opravy nebo údržbu vedoucí k odstranění libovolného krytu, který zajišťuje ochranu před zařízením mikrovlnné energie.

Kapaliny nebo jiné pokymy nesmějí být ohřívány v uzavřených nádobách, protože jsou náchylné k explozi.

Použití trouby dětmi bez dozoru je povoleno pouze, když jsou dány dostatečné pokyny, aby dítě bylo schopno používat troubu bezpečným způsobem a rozumělo nebezpečí při nesprávném použití



**Mikrovlnná trouba je určena výhradně k použití v domácnosti.**

### UPOZORNĚNÍ:

Tato trouba je chráněna pojistkou 250 V, 8 A.

Celostátní nositel servisu zajišťující opravy a náhradní díly prostřednictvím smluvních partnerů je:

**INTERSERVIS LIBEREC s.r.o.**  
460 07 Liberec 7, 28. října 41

tel.: +420 482 771 547, fax: +420 482 771 515  
info@inter-servis.cz, www.inter-servis.cz

# STRUČNÝ PRŮVODCE VAŘENÍM V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

*Uvedená množství a časy jsou orientační a závisí na teplotě a stavu zpracovávaných surovin*

Ohřívání					
<i>pokrm</i>	<i>množství g/ml</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>doba odstavení</i>
šálek kávy	150	6	1-1½	nepřikrývat	1
šálek mléka	150	6	1-1½	nepřikrývat	1
jídlo na talíři	400	5	3-4	přikrýt obráceným talířem	2
omáčka	200	5	2-3	přikrýt, po ohřátí promíchat	2
polévka	250	6	2-3	přikrýt, po ohřátí promíchat	2
zelenina	200	6	2-4	přidat trochu vody	2
zelenina	500	5	6-8	přikrýt, v polovině promíchat	2
přílohy	200	5	1-3	pokapat vodou	1
přílohy	500	5	5-7	občas promíchat	1
maso, 1 porce	200	6	2-3	pokapat omáčkou, přikrýt talířem (poklopem)	2
rybí filé	200	6	2-4	přikrýt	2
párek	180	5	1-1½	párkrát propíchnout, aby nepraskl	2
dětská výživa	190	3	1-1½	odstranit víčko, po ohřátí promíchat	1
rozpuštit tuk	50	6	½-1		1
čokoládu	100	3	3	rozpuštění, promíchat	1

Vaření masa a ryb					
<i>Údaje jsou jen orientační, dodržujte časy a nastavení uvedená u receptů v kuchařských knihách ochutit, potřít olejem, příp. propíchnout kůži, v polovině vaření obracet</i>					
<i>pokrm</i>	<i>množství g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>doba odstavení</i>
mleté	500	5	8-9	vařit zakryté	2
vepř. plátek	225	6	5-6		5
kotleta	300	6	7		2
jehněčí hrud'	500	5	8-9		3
kuře	2x400	6	10	porce vedle sebe, potřít kořením pro zhnědnutí	10
uzené	2x200	6	3	vařit zakryté	5
játra	450	5	6		5
hovězí pečeně	500	5	8-10	lehce propečené	10
hovězí pečeně	500	5	9-11	středně propečené	10
hovězí pečeně	500	5	11-13	silně propečené	10
vepřová pečeně	500	6	12-15		10
jehněčí pečeně	500	6	12-15		10
kuře, kachna	500	5	12		15
rybí filé	500	6	5-7	+ 2 lžičce mléka, vařit zakryté	3
ryba	500	6	5-7	+ 2 lžičce mléka, vařit zakryté	4

<b>Rozmrazování</b>					
<i>pokrm</i>	<i>množství g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>dobu odstavení</i>
pečeně	1500	3	30-35	v polovině rozmrazování obrátit	30
pečeně	1000	3	20-25		30
pečeně	500	3	10-14		30
řízek, kotleta	200	3	4-6	v polovině rozmrazování obrátit	10
guláš	500	3	11-14	2x obrátit, promíchat	10-15
párky 8 ks	600	3	7-10	položit vedle sebe, v polovině rozmr. obrátit	5
párky 4 ks	300	3	4-6	položit vedle sebe, v polovině rozmr. obrátit	5
kachna, krůta	1500	3	24-30	v polovině rozmrazování obrátit	30
kuře	1200	3	18-23	v polovině rozmrazování obrátit	20
kuře	1000	3	15-20	v polovině rozmrazování obrátit	20
kuřecí stehno	200	3	4-6	v polovině rozmrazování obrátit	10
ryba	800	3	10-13	v polovině rozmrazování obrátit	10
rybí filé	400	3	8-11	v polovině rozmrazování obrátit	5
krabí	500	3	10-13	v polovině rozmrazování obrátit	5
2 housky	80	3	1-2	jen rozmrazení	
krájený chléb	250	3	2-4	krajíce položit vedle sebe	5
celý chléb	750	3	9-11	v polovině rozmrazování obrátit	10
koláč	150	3	2-3		2
celý dort		2	15-20	po rozmrazení naporcovat a nechat odstát	20
máslo	250	3	2-4	jen rozmrazení	5
ovoce	250	3	4-6	rovnoměrně rozložit, v polovině rozmrazování obrátit	5

<b>Vaření čerstvé zeleniny</b>					
<i>pokrm</i>	<i>množství g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>dobu odstavení</i>
červená řepa	450	6	8	omýt, oloupat, rozkrojit, vařit bez vody	2
brokolice	225	6	5	rozebrat na růžičky + 3 lžice vody	2
zelí	500	6	14	nakrouhat + 5 lžic vody	2
mrkev	225	6	7	oškrábat, nakrájet + 2 lžice vody	2
kedlubny	500	6	15	nakrájet na kostky + 4 lžice vody	2
květák	500	6	13	očistit, rozebrat + 4 lžice vody	2
celer	500	6	13	nakrájet na kostky + 100 ml vody	2
kukuřice	2 klasy	6	8	omýt + 4 lžice vody	2
cuketa	500	6	12	nakrájet, lehce prosolit, vařit bez vody	2
pórek	500	6	12	nakrájet + 3 lžice vody	2
houby	120	6	3-4	očistit + 2 lžice vody	2
brambory	500	6	10-12	oloupat, nakrájet osolit + 3 lžice vody	5
brambory ve slupce	250	6	9	očistit, propíchat, vařit bez vody	5
rajčata	225	6	2-3	nakrájet, vařit bez vody	2

## **Kukuřičný klas s petrželovým máslem**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 4 kukuřičné klasy (čerstvé nebo zmražené), 75 g másla, 2 polévkové lžičce najemno nasekané čerstvé petržele.

1. Máslo nakrájejte na kousky a dejte na malou misku. Zahřívajte dokud se nerozpustí, cca 1 1/2 minuty.
2. Kukuřiči potřete máslem a každou zvlášť zabalte do pergamenového papíru.
3. Naskládejte kukuřiči na mēlkou misu a zakrytou vařte v mikrovlnné troubě 10 minut, pokud je čerstvá, nebo 12 minut je-li zmražená. Vidličkou vykoušejte, jestli je kukuřičice už mēkká, jinak dobu vaření prodlužte.
4. Vařenou kukuřiči vybalte z papíru a dejte na talířky.
5. Do másla zamíchejte petržel a zahřívajte asi 45 sekund. Horkým máslem s petrželi přelijte kukuřiči.

## **Játrová paštika**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** nakrájet 2 plátky anglické slaniny, 225 g kuřecích jater, 1 rozdrocený stroužek česneku, 150 g másla, 1 lžičce šlehačky, 1 lžičce sušených mīchaných bylinek, mletý černý pepř, 1 lžičce suchého sherry.

1. Vložte slaninu do středně velké misky a vařte 1 minutu.
2. Přidejte játra, česnek, 100 g másla, bylinky a pepř. Zakryté vařte 5 minut. V polovině zamíchejte.
3. Přidejte sherry a šlehačku. Směs rozmixujte dohladka. Paštiku rozdělte do 4 formiček, nebo ji dejte do jedné větší misky.
4. Zbytek másla dejte do misky a zahřívajte půl minuty dokud se nerozpustí, potom nalijte na paštiku
5. Nechte 2 hodiny vychladit a můžete podávat.

## **Smažená vejce**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 2 vejce, 20 g másla, špetku soli a pepře.

1. Rozdělte máslo do 2 misek a dejte rozpustit asi 30 sekund do mikrovlnné trouby.
2. Na rozehráté máslo do každé misky rozklepněte jedno vejce, dle chuti osolte a opepřete. Těsně přikryjte fólií pro mikrovlnné trouby.
3. Vařte asi 1 minutu a 15 sekund. Před podáváním nechte zakryté odpočinout asi 1 minutu. Pokud nebude vejce ještě hotové, vraťte ho do mikrovlnky na 15 sekund dodělat.

## **Ztracená vejce**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 2 vejce, 2 lžičce octa, 120 ml vody, špetku soli a pepře.

1. Vodu smíchejte s octem, solí a pepřem. Rozdělte do dvou misek a vařte v mikrovlnce dokud voda nezačne vřít (asi 2 minuty).
2. Rozbijte vejce do vody s octem a nezakryté vařte 1 minutu a pak nechte 1 minutu odstát.
3. Vejce vyndejte z misky, nechte odkapat a podávejte například na horkém toastu s máslem.

## **Mīchaná vejce**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 4 vejce, 1 lžičce mléka, 15 g másla, špetku soli a pepře.

1. Vejce, mléko, sůl a pepř dejte do velké misky a dobře našlehejte. Přidejte máslo.
2. Vařte nezakryté asi 3 minuty (případně déle, podle požadované hustoty). Po minutě lehce promíchejte.
3. Podávejte např. na topince potřené máslem.

## **Hovězí plátky na whisky**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 4 lehce naklepané plátky z hovězí kýty, celkem 750 g, 2 lžičce whisky, 1 rozdrocený stroužek česneku, 1 najemno nakrájená střední cibule, 50 g másla, 1/2 lžičky worcesterové omáčky, sůl a pepř.

1. Plátky osolte, opepřete a naložte na do whisky. Přikryjte a uložte do druhého dne (nebo alespoň 3 hodiny) uležet do chladničky
2. Česnek, máslo a cibuli vložte do nádoby a vařte zakryté asi 4 minuty. Odstavte stranou.
3. Plátky masa vyjměte z marinády, nechte okapat a marinádu odložte. Maso dejte do mēlkého rendlíku a vařte nezakryté asi 7 minut. Během vaření maso obračejte.
4. Do rendlíku přidejte marinádu, povařený česnek s cibulí, worcesterovou omáčku a podle chuti sůl a pepř. Rozmíchejte a vařte společně s masem asi 2 a 1/2 minuty.
5. Ozdobte zeleninou a podávejte s vařenou rýží a brokolicí.

## **Ďábelská kuřecí stehýnka**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 750 g dolních částí kuřecích stehýnek (asi 8 ks), 1 lžičku kari koření, 1 lžíci sojové omáčky, 3 lžice rajského protlaku, 3 lžice přírodního hnědého cukru, 25 g másla.

1. Stehýnka rozložte rovnoměrně na dno nádoby a pečte v mikrovlnce nezakryté asi 4 a 1/2 minuty. Odstavte.
2. Kari, rajský protlak, sojovou omáčku, cukr a máslo dejte do nádoby a vařte nezakryté 2 minuty.
3. Přidejte stehýnka, potřete je omáčkou, a pečte nezakryté asi 4 a půl minuty.
4. Přidejte tři lžice vody, rozmíchejte v omáčce, znovu stehýnka potřete a ještě 2 minuty dopečte. Nechte 3 minuty odstát.
5. Podávejte s rýží a zelným salátem.

## **Pstruh s citrónem**

*Nastavení výkonu na maximum*

**Potřebujete:** 1 kg pstruhů (4 ks), 50 g másla (nakrájeného na 8 plátků), 1 citron (rozdělný na 8 dílků), strouhaná citrónová kůra z 1 - 2 citrónů.

1. Do každého pstruha dejte 2 měsíčky citrónu, položte do mělké nádoby, zakryjte a pečte v mikrovlnce asi 4 minuty.
2. Pstruhy obraťte, posypte citrónovou kůrou a položte na ně máslo. Zakryjte a pečte dalších 5 minut. Po 2,5 minutách pstruhy obraťte a polejte máslem.
3. Zakryté nechte 3 minuty odpočinout.
4. Ozdobte citrónovými plátky a petrželkou. Podávejte se zeleninovým salátem.

## **Další recepty a možnosti**

V mikrovlnné troubě Tesla můžete připravovat tisíce chutných a zajímavých jídel. Záleží jen na Vaší fantazii. Více inspirace najdete v desítkách kuchařských knih pro mikrovlnné trouby, dostupných na českém trhu.

Většina domácností stále využívá mikrovlnné trouby **především k ohřívání**. Řada zkušených kuchařů ale dává přednost mikrovlnné troubě před klasickými způsoby vaření např. při: **rozpékání pečiva, vaření omáček, dušení bez vody a tuku ve vlastní šťávě, vaření ryb bez vody, ale také pro přípravu horkých nápojů, svařeného vína, punče, čokolád atd.**

Zásobování a.s. Chloumecká 3376, Mělník  
Česká republika  
www.EVA.cz

**Přejeme Vám dobrou chuť!**



# DIGITÁLNA MIKROVLNNÁ RÚRA

## TESLA MTE-202BX

### NÁVOD NA OBSLUHU

*Pred inštaláciou a prvým použitím Vašej mikrovlnnej rúry TESLA si pozorne prečítajte tento návod na použitie a ďalšie inštrukcie a upozornenia. Uschovajte pre neskoršie použitie.*

**MIKROVLNNÁ RÚRA JE URČENÁ VÝHRADNE PRE POUŽITIE V DOMÁCNOSTI**



*Poznajte si výrobné číslo, ktoré je uvedené na štítku Vašej mikrovlnnej rúry.*

*Overte si, či máte riadne vyplnený záručný list a spoločne so záručným listom dôkladne uschovajte aj doklad o zaplatení.*

## Základné údaje

# DIGITÁLNA MIKROVLNNÁ RÚRA TESLA MTE - 202BX

elegantný design • perfektná kvalita • jednoduchá obsluha • otočný sklenený tanier 245 mm  
bezpečnostné zatváranie dverok • detská poistka • digitálna prevádzka • otočný regulátor výkonu  
zvuková signalizácia pri vypnutí • osvetlenie vnútorného priestoru

obsah 20 litrov • mikrovlnný výkon 700W • mikrovlnný príkon 1200W • hlučnosť <58dB  
sieťové napätie 230V~50Hz • frekvencia mikrovln 2540 MHz  
vnútorné rozmery rúry 198 (v) x 315 (š) x 297 (h)  
vonkajšie rozmery rúry 262 (v) x 452 (š) x 360 (h)  
rozmery obalu 292 (v) x 496 (š) x 380 (h)  
hmotnosť rúry bez obalu 10,5 kg  
hmotnosť rúry s obalom 11,3 kg

Blahoželáme Vám k nákupu novej mikrovlnnej rúry a ďakujeme Vám, že ste sa rozhodli pre náš nový model. Tento prístroj bol vyrobený s využitím najnovších výrobných metód s dôrazom na kvalitu, jednoduchú obsluhu a dlhú životnosť. Kvalita a spoľahlivosť tohto radu výrobkov presvedčila milióny domácností na celom svete. Veríme, že nová mikrovlnná rúra Tesla bude výborným pomocníkom tiež vo Vašej domácnosti a prajeme Vám dobrú chuť.

## O mikrovlnných rúrach

Mikrovlnná rúra je elektrický spotrebič, ktorý potraviny tepelne spracováva úplne novým spôsobom - energiou mikrovln.

Mikrovlny sú formou energie podobnou rádiovým a televíznym vlnám i bežnému dennému svetlu. Všetko vyžaruje mikrovlny - kovové predmety aj živé tvory. Mikrovlny sa bežne šíria atmosférou a stratia sa bez účinku. Mikrovlnná rúra je navrhnutá tak, aby mohla mikrovlny bezpečne vyrábať a využívať na tepelné spracovanie potravín.

Špeciálna elektrónka (magnetron) vytvára vo vnútri mikrovlnnej rúry elektromagnetické vlny o veľmi vysokej frekvencii podobné tým, ktoré vysielajú rozhlasové alebo televízne vysieláče. Mikrovlny sa odrážajú od kovov, prechádzajú vzduchom, sklom, plastickými hmotami, keramikou i papierom. Pri prenikaní potravinami rozkmitávajú molekuly vody, tukov a cukru rýchlosťou až 2 miliardy kmitov za sekundu.

Molekuly, ktoré kmitajú v tomto neuveriteľnom rytme, sa o seba trú, čím vzniká teplo nielen na povrchu, ale aj vo vnútri potravín, ktoré sa veľmi rýchlo a silno zahrievajú. Mikrovlny neohrievajú riad, ale riad sa môže ohriať od horúceho jedla.

Pri varení s mikrovlnnou rúrou nie je potrebné ohrievať platničku ako u variča, ani vzduch a riad ako v klasickej rúre, preto ju radíme medzi energeticky úsporné spotrebiče. Táto úspora sa výrazne prejavuje pri ohrievaní malých porcií.

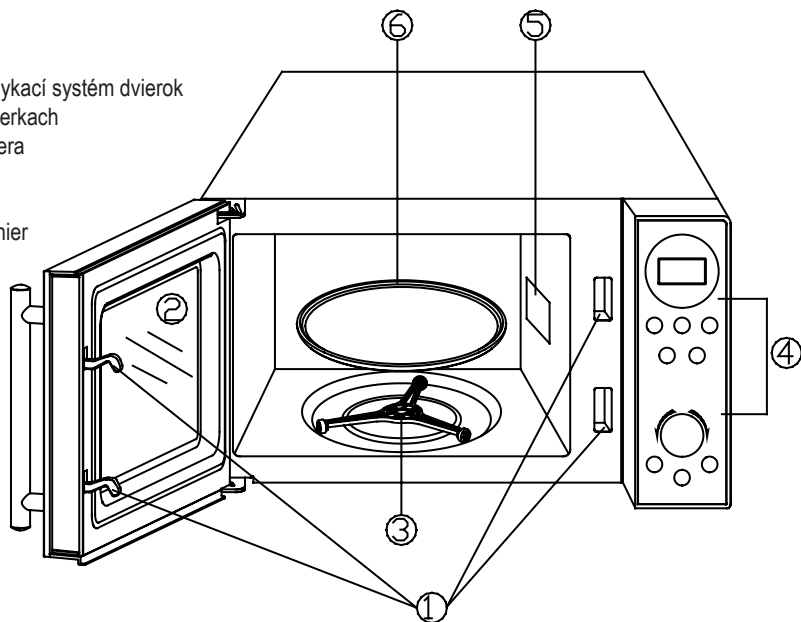


**Pred prvým použitím si pozorne prečítajte nasledujúce inštrukcie a upozornenia a riaďte sa nimi.**

# Vyobrazenie a popis mikrovlnnej rúry TESLA MTE-202BX

## Popis rúry

1. Bezpečnostný uzamykací systém dvierok
2. Sklenené okno v dvierkach
3. Nosič otočného taniera
4. Ovládaci panel
5. Mriežka ventilátora
6. Sklenený otočný tanier



## Popis ovládacieho panela

**Displej** - Zobrazuje čas varenia, stupeň výkonu, indikátory režimu a denný čas

**Výkon** - Voľba stupňa výkonu – 6 stupňov

**Program** - Týmto tlačidlom volíme sled programov.

**Rýchle rozmrazovanie** - Rozmrazovanie jedla podľa času

**Autom. rozmrazovanie** - Rozmrazovanie jedla podľa hmotnosti

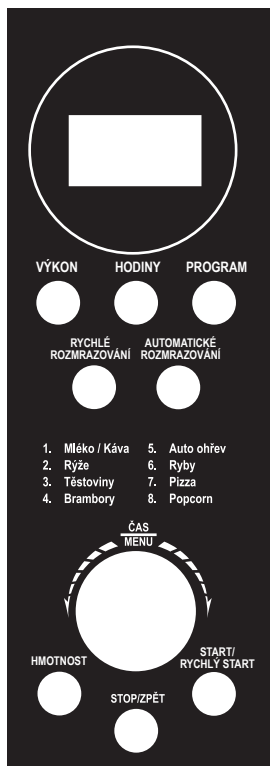
**ČAS / MENU** - otáčaním sa nastaví denný čas alebo čas varenia  
- otáčaním nastavíte možno vyberať menu automatického varenia

**Hmotnosť** - Nastavenie hmotnosti potravín pri automatickom varení

**Hodiny** - Nastavenie denného času

**Štart/Rychlý štart** - stlačením sa spustí zvolený program  
- niekoľkým stlačením je možné rúru zapnúť bez predošlej voľby programu tzv. „expresné varenie“ pri plnom výkone

**Stop / Späť** - prerušuje alebo ukončuje varenie  
- nastavenie detskej poistky



## INŠTALÁCIA

- Zoznámte sa najskôr s jednotlivými časťami a príslušenstvom Vašej mikrovlnnej rúry. (viď. obrázok na str. 3).
- Rúru vybalte, odstráňte všetky obalové materiály a postavte ju na rovný pevný povrch. Táto mikrovlnná rúra váži cca 12 kg a preto musí byť umiestnená na rovnú horizontálnu plochu dostatočne silnú na udržanie tejto hmotnosti.

Pozor, na vnútornej strane dvierok (na ochrannej mriežke) je fólia, ktorá zabráňuje, aby sa časti jedla dostali do kontaktu s ochrannou mriežkou v dvierkach. Túto fóliu v žiadnom prípade neodstraňujte!

- Aj keď sú všetky mikrovlnné rúry počas výrobného procesu neustále kontrolované, presvedčte sa prosím pred uvedením do prevádzky, či nie sú jednotlivé diely zvonku alebo zvnútra poškodené (zdeformované dvierka, poškodené závesy dvierok, rozbité sklo, a pod.) Ak by ste zistili poškodenie, ktoré mohlo vzniknúť napr. pri preprave, rúru nepoužívajte a dopravte prístroj k svojmu predajcovi alebo do autorizovaného servisu.
- Uistite sa, že sú všetky ostatné obalové materiály odstránené z vnútra Vašej mikrovlnnej rúry.
- Inštalujte rúru tak, aby zostal voľný priestor minimálne 8 cm od bočných stien, 10 cm od zadnej steny a 5 cm zhora, aby bola umožnená dostatočná ventilácia. Mikrovlnná rúra musí byť umiestnená ďalej od zdrojov tepla a pary.
- Skontrolujte, či je vo vnútri mikrovlnnej rúry (v strede spodnej časti) správne usadený unášač otočného taniera (ak je prelepený lepiacou páskou, tak pásku odstráňte).
- Nosič otočného taniera položte do otvoru v spodnej časti mikrovlnnej rúry a položte naň sklenený otočný tanier. Takto nasadeným tanierom už neatáčajte, aby ste nepoškodili otočný mechanizmus vo vnútri rúry.

## Doplňujúce informácie

- a) Typ a použitie ovládacieho panela je detailne popísané v predchádzajúcom článku. Tvar ovládacieho panela sa môže líšiť bez predchádzajúceho upozornenia.
  - b) Nezapínajte rúru bez otočného taniera a nosiča, neodstraňujte žiadne časti zvnútra rúry ani nepoužívajte rozdielne typy otočných tanierov a nosičov. Otočný tanier používajte vždy s nosičom.
- Sklenený tanier sa môže otáčať oboma smermi.

### Bezpečný a spoľahlivý spotrebič

Ak budete postupovať podľa návodu na obsluhu, je naša mikrovlnná rúra jedným z najspoľahlivejších, bezpečných domácich elektrospotrebičov. Mikrovlnná energia sa v ohrievanom pokme úplne a bez zvyšku premení na tepelnú energiu. Ochranná mriežka v dvierkach a najmodernejšia konštrukcia rúry zabráňujú úniku mikrovln v priebehu varenia. Bezpečnostná poistka automaticky vypne rúru aj pri náhodnom otvorení dvierok. Vždy dodržujte bezpečnostné pokyny a upozornenia uvedené v tomto návode na obsluhu!

### Výhody mikrovlnnej rúry

+ Rýchlosť a spôsob varenia zachováva viac vitamínov a minerálnych látok + zvlášť vhodná je pre diétne varenie bez tuku, oleja a vody + potraviny si udržujú dobrú štruktúru a nestrácajú chuť + počas 10 sekúnd je aj 2 dni starý rohlík opäť ako čerstvý + hlboko zmrazené potraviny rýchlo a šetrne rozmrazí + jedlo je možné ohrievať priamo na tanieri + energetická úspora.

### Nevýhody mikrovlnnej rúry

Vzhľadom k rýchlemu tepelnému spracovaniu môže dôjsť pri zlom nastavení času k vysušeniu alebo k pripáleniu jedla. Potraviny pripravované len pomocou mikrovln nemajú hneď chrumkavú kôrku.

Podobného efektu (bez grilu - len za použitia mikrovln) môžete doceliť potieraním koreniacou zmesou alebo špeciálnymi grilovacími omáčkami

## OBSLUHA

K výhodám mikrovlnnej rúry TESLA MTE-202BX patrí jednoduchý spôsob obsluhy, ktorú rýchlo zvládne aj začiatočník

- 1) Otvorte dvierka mikrovlnnej rúry.
  - 2) Jedlo vo vhodnej nádobe postavte na stred otočného taniera.
  - 3) Zatvorte dvierka rúry.
  - 4) Nastavte podľa nasledujúcich pokynov režim a dobu varenia.
  - 5) Počas varenia môžete jedlo kontrolovať jednoduchým otvorením dvierok. Bezpečnostná poistka automaticky vypne rúru, ktorá prestane pracovať a časový spínač sa zastaví. Ak chcete pokračovať vo varení, uzavrite dvierka a stlačte opäť tlačidlo START. Varenie bude pokračovať až do uplynutí nastavenej doby.
  - 6) Ak chcete rúru vypnúť pred uplynutím nastaveného času, stlačte tlačidlo STOP 2x.
- Nezabudnite po vybratí potravín z mikrovlnnej rúry vždy mikrovlnnú rúru vypnúť!

## Špeciálne funkcie

### Zvuková signalizácia

Po skončení varenia či rozmrazovania mikrovlnná rúra štyrikrát zapípa a na displeji sa objaví END. Toto sa opakuje každé dve minúty až kým neotvoríte dvierka alebo nestlačíte tlačidlo Stop.

### Detská poistka

Špeciálny program slúžiaci pre ochranu detí. Umožňuje, aby s rúrou nemohli náhodne a bez dozoru manipulovať deti alebo ktokoľvek neoboznámený s jej prevádzkou. Ak je detská poistka zapnutá, na displeji svieti jej symbol zámeček. Pre aktiváciu alebo deaktiváciu detskej poistky stisnite po 3 sekundy tlačidlo STOP .

### Kuchynský budík

Pri nastavení nulového výkonu je možné používať mikrovlnnú rúru ako kuchynský budík pre kontrolu času pri varení na inom spotrebiči (varič, sporák). Mikrovlnná rúra po ukončení nastaveného času 3x zapípa. V priebehu nastaveného času svetlo v mikrovlnnej rúre svieti a ventilátor sa otáča, ale nepracujú mikrovlny (výkon 0%). Najdlhší čas varenia je 60 minút.

Príklad : Chcete nastaviť budík na 3 minúty

1. Stisnite tlačidlo STOP
2. Stisnite tlačidlo VÝKON 6x
3. Otáčaním Voliča nastavte čas na 3:00 minúty
4. Zapnite budík tlačidlom START

## Ako nastaviť ovládacie prvky

### Nastavenie hodín

Po zapnutí prívodného kábla do zásuvky sa ozve pípnutie a na displeji sa objaví 1:01. Je nutné nastaviť denný čas. Hodiny pracujú alebo vo 12 alebo 24 hodinovom režimu. Pre nastavenie požadovaného režimu najprv stisnite STOP (tým zastavíte prípadný režim varenia, pretože v priebehu varenia nie je možné nastavovať denný čas). Potom stisnite jednu tlačidlo „HODINY“ (režim 12h) alebo dvakrát (režim 24h). Potom otáčaním voliča ČAS/MENU nastavte požadovaný čas v hodinách. Stisnite tlačidlo „HODINY“ a nastavte otočným voličom požadovaný čas v minútach. Potvrďte stisnutím „HODINY“ a čas je nastavený a denný čas beží (bliká dvojbodka medzi hodinami a minútami)

### Poznámka:

Blikajúce dvojčísle upozorňuje, že ste v režime „nastavenia hodín“ a nie v režime varenia. Asi po 10 sekundách od skončenia varenia sa displej automaticky vracia do režimu denného času

Príklad : Chcete nastaviť denný čas na 17:30

1. Stisnite tlačidlo STOP
2. Stisnite tlačidlo HODINY 2x (24h režim)
3. Otáčaním Voliča nastavte hodiny na 17
4. Stisnite znovu HODINY
5. Otáčaním Voliča nastavte minúty na 30
6. Potvrďte čas stisnutím HODINY. Denný čas je nastavený na 17:30

## Varenie podľa mikrovlnného výkonu

Najdlhší čas varenia je 60 minút. Nastavenie stupňa výkonu vykonáme stlačením tlačidla „Výkon“.

Počet stlačení tlačidla „Výkon“	Nastavený výkon displeji
1	100%
2	80%
3	60%
4	40% (pre rozmrazovanie)
5	20%
6	0% kuchynský budík

**Príklad:** Nastavte 60% výkon varenia na dobu 1 minúty

1. Stlačte tlačidlo „Stop“.
2. Stlačte trikrát tlačidlo „Výkon“ tri krát. Na displeji svieti symbol 60%
3. Otáčaním „Voliča“ nastavte čas na 1:00 času varenia. Na displeji začne blikať symbol „Štart“.
4. Stlačte tlačidlo „Štart“.

**Poznámka:** Varenie je možné kedykoľvek prerušiť otvorením dvierok alebo jedným stlačením tlačidla „Stop“. Pokračovať vo varení je možné po zatvorení dvierok a opätovnom stlačení tlačidla „Štart“.

## Expresné varenie

Pri Expresnom varení pracuje rúra vždy na 100% výkon. Toto je najpoužívanejší spôsob mikrovlnného varenia. Najdlhší čas expresného varenia je 12 minút. Požadovanú dobu mikrovlnného varenia nastavíme postupným stláčaním tlačidla „Štart“ nasledovne:

Počet stlačení	Čas varenia
1	0:30
2	1:00
3	1:30
4	2:00
5	2:30 atď.

**Príklad:** Varte pokrm 2 minúty pri najvyššom výkone.

1. Stlačte tlačidlo „Stop“.
2. Stlačte 4x tlačidlo „Štart“.

**Poznámka:** Rúra začne pracovať 2 sekundy po poslednom stlačení tlačidla „Štart“ a začne odpočítavať čas.

## Automatické varenie

Pri automatickom varení potravín uvedených v nasledujúcom bloku nie je nutné nastavovať režim, čas prípravy a výkon varenia. Stačí zvoliť typ jedla a jeho hmotnosť. Otočením Voliča nastavte číslo pokrmu na paneli (napr. Ryba – 6x). Potom nastavte hmotnosť pokrmu tlačidlom HMOTNOST.

**Príklad :** Chcete variť 400g rybieho mäsa

1. Vložte rybu do rúry
2. Otočným voličom ČAS / MENU otočte proti smeru hodinových ručičiek. Na displeji sa objaví AUTO a číslo 1. Otáčaním po smere hodinových ručičiek nastavte „6“ (program pre rybi mäso)
3. Stisnite niekoľkokrát tlačidlo HMOTNOST pre nastavenie 400g.
4. Zahájte varenie tlačidlom START

**Poznámka:** Po uplynutí celého času varenia sa ozve 4x pípnutie a na displeji sa objaví END. Pred ďalším varením zrušte END stisnutím tlačidla STOP.

PROGRAM	POKRM
1	Mléko / Káva (200ml/jednotka)
2	Rýže (g)
3	Špagety (g)
4	Brambory (g)
5	Ohřívání (g)
6	Ryby (g)
7	Pizza (g)
8	Popcorn (g)

1. Výsledok automatického varenia závisí na umiestnení jedla v rúre, napätí v sieti a ďalších faktoroch. Ak je jedlo nedovarené, je možné ho dovariť expresným varením po dobu ďalších niekoľkých minút
2. U programu Špagety pridajte pred zahájením vrúcu vodu.

## Programové varenie (viacfázové)

Táto mikrovlnná rúra môže byť naprogramovaná až na 3 po sebe idúce varné fázy. Niektoré recepty môžu vyžadovať nastavenie viac fázového varenia zahŕňujúce napr. rýchle rozmrazovanie a pod.

**Príklad :** Chcete nastaviť nasledujúci sled varných režimov:

Rýchle rozmrazovanie - mikrovlnné varenie

1. Stisnite tlač. RÝCHLE ROZMRAZOVANIE a otočte Voličom pre nastavenie požadovaného času rozmrazovania.
2. Stisnite tlač. PROGRAM, na displeji sa objaví ikona mikrovlnného varenia a 1S (prvý sled).
3. Otočným voličom nastavte čas mikrovlnného varenia.
4. Tlačidlom START začnite varenie.
5. Po dokončení rozmrazovania sa automaticky zahájí fáza mikrovlnného varenia.

**Pozn.:** Rýchle rozmrazovanie môže byť nastavené vždy iba pred ostatnými režimmi. Automatické rozmrazovanie a Automatické varenie nie môže byť v režime Programového varenia (viacfázového) použité.

### Rýchle rozmrazovanie (podľa času)

Vložte rozmrazovaný pokrm do rúry. Stisnite tlač. STOP. Potom stisnite jeden raz tlačidlo RÝCHLE ROZMRAZOVANIE. Potom otočným voličom nastavte požadovaný čas rozmrazovania. Stisnutím tlačidla START zahájte rozmrazovanie. Prerušit rozmrazovanie (alebo akýkoľvek režim varenia) môžete otvorením dvierok alebo stisnutím tlačidla STOP.

### Automatické rozmrazovanie (podľa hmotnosti)

Rúra umožňuje automatické rozmrazovanie mäsa, hydiny a rýb. Čas a výkon sa určí automaticky po nastavení hmotnosti rozmrazovaného pokrmu. Hmotnosť sa môže pohybovať medzi 100g a 1800g.

**Napr.** chcete rozmraziť kuracie prsia o hmotnosti 600g:

1. Vložte prsia do rúry.
2. Stlačte 1x tlačidlo „Autom. rozmrazovanie“.
3. Nastavte „Voličom“ (otáčaním v smere hodinových ručičiek) hmotnosť 600g.
4. Stlačte tlačidlo „Štart“.

**Poznámka:** Varenie je možné kedykoľvek prerušiť otvorením dvierok alebo jedným stlačením tlačidla „Stop“. Pokračovať vo varení je možné po zatvorení dvierok a opätovnom stlačení tlačidla „Štart“. Ak chcete varenie ukončiť, stlačte znovu tlačidlo „Stop“.

### Všeobecné rady pre varenie

#### Nastavovanie výkonu

Výkon nastavujte podľa druhu jedla, ktoré pripravujete. Vo všetkých dostupných kuchárskych knihách pre mikrovlnné varenie je u každého receptu uvedené nastavenie výkonu a času.

Ak nemáte ešte dostatok skúseností, odporúčame radšej nastaviť čas o niečo kratší a prípravu jedla častejšie kontrolovať. Jednoduchšie je jedlo dovariť, než napraviť pripálené.

- plný výkon používajte na rýchle varenie a ohrev.
- nižší stupeň volte pri šetrnom varení, prípadne dovarení niektorých pokrmov.
- rozmrazovací stupeň je možné tiež použiť na varenie najchladostivejších jedál, ktoré vyžadujú pomalý varný proces.
- po ukončení varenia nechajte jedlo ešte aspoň 2 minúty „dôjsť“.

#### Ohrievanie

Najčastejšie je mikrovlnná rúra používaná na ohrievanie všetkých druhov jedál. Pokrm je možné ohrievať veľmi rýchlo priamo v riade, v ktorom ho potom servírujeme.

- tekuté potraviny (polievky, omáčky) ohrievame pri plnom výkone, ostatné pri zníženom výkone.
- tekuté potraviny počas ohrievania zamiešame, dosiahneme tým rovnomernejšie a rýchlejšie prehriatie.
- ak ohrievame naraz viac kúskov mäsa rôznej veľkosti, umiestňujeme väčšie kúsky na okraj taniera a menšie do stredu.
- k mäsu je vhodné pridať trochu vody a prikryť ho mikroténovou fóliou, aby sa nevysušilo.
- smažené rezne a pečenú hydinu s kôrkou pokvapkáme rozpusteným maslom a ohrievame neprikryté.
- zeleninu a prílohy (ryžu, zemiaky, knedle) ohrievame pod pokrievkou - pokvapkané malým množstvom vody.
- párky a klobásky vždy najskôr prepichnete, aby pri ohrievaní nepraskli.
- nikdy neohrievame potraviny v uzavretých obaloch, ktoré sa môžu pod tlakom pary roztrhnúť.
- pri ohrievaní a varení odporúčame (zvlášť u dlhšie skladovaných jedál) pripravovaný pokrm nechať zahriať na 80 °C a túto teplotu udržať aspoň 2 minúty, aby boli zneškodnené všetky eventuálne obsiahnuté choroboplodné zárodky.

#### Rozmrazovanie

Mikrovlnná rúra rozmrazuje potraviny veľmi rýchlo, šetrne a zdravo. Rozmrazovanie v rúre je omnoho rýchlejšie než rozmrazovanie v chladničke a bezpečnejšie než rozmrazovanie pri izbovej teplote, pretože nepodporuje rast škodlivých baktérií. Časy odporúčané pre rozmrazovanie sú orientačné, pretože opäť záleží na množstve, tvare a štruktúre potravín, ale predovšetkým na teplote, na ktorú sú zmrazené. Ak nastavíte čas pre rozmrazovanie príliš dlhý, môže sa rozmrazovaný pokrm alebo jeho okraje začať variť. Preto je lepšie zo začiatku nastaviť čas kratší a prípadne potom predĺžiť, alebo jedlo nechať niekoľko minút „dôjsť“ pri izbovej teplote.

- počas rozmrazovania jedlo obraciame, aby bolo rozmrazenie rovnomerné
- ak rozmrazujeme potraviny uzavreté v mikroténovom sáčku, nesmieme zabudnúť sáčok prepichnúť, aby mohla unikať para

- rozmrazenú vodu priebežne odliavame
  - pod chlieb a pečivo položíme pri rozmrazovaní papierovú servítku, ktorá pohltí prebytočnú vlhkosť
  - tenšie časti rýb a hydiny (hlavy a chvosty rýb, koncové časti kuracích krídel) pred rozmrazovaním zabaľte do hliníkovej fólie
- PO ROZMRAZENÍ JEDLO RÝCHLO SPRACUJTE. ROZMRAZENÉ POTRAVINY ZNOVU NEZMRAZUJTE!**

### Rozohrievanie

- Stuhnuté maslo sa lepšie rozotiera, keď ho vložíme asi na 20 sekúnd do mikrovlnnej rúry nastavenej na nízky výkon. Rovnakým spôsobom je možné rozohriať aj hľbko zmrazenú zmrzlinu.
- Pri príprave čokoládovej polevy vložíme rozlámanú čokoládu na 2 minúty do mikrovlnnej rúry pri polovičnom výkone.

### Sušenie

V mikrovlnnej rúre rýchlo usušíte aj napr. rohlíky na strúhanku. Stačí nastaviť plný výkon na 2 minúty, rohlík sa rýchlo vysuší a po vychladnutí stvrdne.

### Varenie

Aj keď väčšina domácností používa mikrovlnnú rúru prevažne na rýchle ohrievanie a rozmrazovanie, môžeme v mikrovlnnej rúre pripravovať väčšinu pokrmov. Zvyčajne stačí ubrať množstvo tuku, znížiť množstvo vody o dve tretiny a skrátiť dobu varenia o štvrtinu až tretinu. Na našom trhu sa predáva niekoľko desiatok rôznych kuchárskych kníh pre mikrovlnné varenie. V nich predstavujú profesionálne kuchárky stále nové recepty. Ak ešte niektorú z nich nemáte, odporúčame zájsť do kníhkupectva a kuchársku knihu zakúpiť. Pri varení sa riadte receptami.

- Potraviny obsahujúce veľké množstvo tuku (prerastené mäso) a cukru (múčniky) sa varia podstatne rýchlejšie, než potraviny s vysokým obsahom vody.
- Zelenina a iné potraviny obsahujúce viac vody môžu byť tepelne upravované vo vlastnej šťave alebo s pridaním malého množstva vody. Zostane tak zachovaných viac živín a vitamínov.

### FAKTORY OVPLYVŇUJÚCE DOBU VARENIA

Časy prípravy uvedené v tabuľkách sú len približné. Na dobu varenia má vplyv rad okolností. Doba varenia je ovplyvňovaná predovšetkým nastaveným výkonom, ale aj kolísaním elektrického napätia v sieti.

### Hustota potravín

Ľahké pórovité potraviny (napr. pečivo alebo chlieb) sa pripravujú rýchlejšie než ťažké husté potraviny (napr. pečené mäso). Pri príprave pórovitých potravín preto používajte nižší výkon.

### Počiatočná teplota

Rovnako ako pri bežnom varení sa zmrazené potraviny varia dlhšie než potraviny chladené alebo skladované pri izbovej teplote.

### Veľkosť a tvar potravín

Lepšie sa varia menšie a porciované kúsky potravín. Vhodné je rozložiť nakrájané potraviny vo väčšej nádobe, alebo na väčšom tanieri tak, aby mali mikrovlny prístup k vareným surovinám rovnomerne zo všetkých strán. Horné časti vysokých pokrmov sa uvaria rýchlejšie než spodná časť. Preto také pokrmy v priebehu varenia niekoľkokrát obráťte.

Mikrovlny prenikajú do potravín vo všetkých strán do hĺbky asi 2,5 cm. Vnútorne časti hrubších pokrmov sa uvaria tým, že teplo vytvorené na povrchu prestupuje dovnútra. Preto sa len vonkajšie časti uvaria energiou mikrovln a vnútorné časti sa varia klasicky odovzdaným teplom. Z toho dôvodu sa najlepšie pripravujú pokrmy zaoblených tvarov, naporciované plátky mäsa a pod. Pri príprave pokrmov nepravidelných tvarov rozložte jedlo v nádobe tak, aby boli tenšie časti umiestnené do stredu nádoby, kde na ne pôsobí menej energie.

### Množstvo potravín

Výkon mikrovlnnej rúry je konštantný. Čím viac potravín varíte naraz, tým dlhšie trvá ich príprava. Malé množstvo potravín vyžaduje kratšiu dobu varenia alebo ohrievania. Pozor, ak nastavíte dlhší čas pre varenie malého množstva, môžete jedlo vysušiť alebo spáliť.

### Kosti a tuky

Kosti ľahko vedú teplo a veľké množstvo tuku priťahuje mikrovlnnú energiu. Preto pri príprave plátok mäsa obsahujúceho kosti a tuk pracujte opatrne, aby sa mäso nespálilo. Keď sa mäso začne variť, nastavte rúru radšej na nižší výkon a v priebehu varenia ho niekoľkokrát obráťte.

### Varenie zmrazených potravín

Rad výrobcov dodáva na náš trh zmrazené potraviny - priamo určené pre ohrev v mikrovlnnej rúre. Pri ohreve dodržujte pokyny uvedené na obale. Vaša mikrovlnná rúra má výkon 900 W. S týmto výkonom počíta aj väčšina dodávateľov.

Ak je na zmrazenom výrobku odporúčaný čas pre rúru s nižším výkonom, nastavte nižší výkon alebo primerane skráťte dobu prípravy. Ak je uvedený výkon vyšší, primerane predĺžte dobu prípravy (ohrievania alebo varenia). Vždy je lepšie nastaviť kratšiu dobu, ktorú môžete podľa potreby predĺžiť.

## VŠEOBECNÉ PRAVIDLÁ MIKROVLNNÉHO VARENIA

### Miešanie a obracanie

Počas ohrievania jedlo pravidelne miešajte (polievky, omáčky, ryžu, kašu) alebo otáčajte (plátky mäsa, múčniky), aby sa jedlo ohrialo rovnomerne, predídete tak pripáleniu. Miešajte od okraja nádoby smerom dovnútra, pretože vonkajšia časť pokrmu sa ohreje najskôr.

### Pokrievka

Pri ohrievaní je vhodné zakryť jedlo fóliou pre mikrovln-

né rúry alebo plastovým príklopom - pokrievkou. Z jedla neuniká para, nevysuší sa a skrátí sa čas prípravy.

### Zakrytie

Rohy a okraje hranatých pokrmov, ale napr. tiež kuracie krídla, je vhodné zakryť alobalom, pretože sa upečú ako prvé a mohli by sa spáliť. Alobal upevnite tak, aby sa nedotýkal vnútra mikrovlnnej rúry, inak môže dôjsť k iskreniu.

### Rozmiestnenie a vzdialenosť

Jednotlivé kusy pokrmov, ako sú pečené zemiaky, malé kúsky pečiva atď., sa zahrejú lepšie, keď sú rozložené na tanieri v rovnej vzájomnej vzdialenosti, najlepšie v kruhu. Ak je to možné, neukladajte potraviny na seba. Ohrievané pokrmy dajte na tanier tak, aby hrubšie, hustejšie a mäsitější časti ležali po obvode taniera,

kde pohltnú najviac energie, a tenké časti uprostred taniera.

Pri súčasnom ohrievaní omáčky a knedlí znížte výkon rúry a predĺžte dobu ohrievania.

### Zhnednutie

Bez grilu môže mäso a hydina varená 15 min. a dlhšie zhnednúť vo vlastnom tuku. Pokrmy pripravované bez grilu kratšiu dobu je vhodné potrieť omáčkou, ktorá spôsobí zhnednutie. Napr. omáčkami Barbecue a Worcester, sójovou omáčkou, mletou paprikou rozpustenou v masle a pod.

### Odstátie (Ustálenie)

V rúre pokračuje príprava pokrmov aj po vypnutí mikrovlnnej energie. Doba, po ktorú necháme jedlo odstáť, závisí na jeho množstve a hustote.



## BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

**VAROVANIE! TENTO SPOTREBIČ MUSÍ BYŤ UZEMNENÝ!**



- Ventiláčne otvory na povrchu rúry nesmú byť prikryté. Zakrytie ventiláčnych otvorov môže poškodiť rúru a ohroziť výsledky varení.
- Nepokladajte žiadne predmety na hornú plochu rúry.
- Mikrovlnná rúra, rovnako ako iné domáce spotrebiče, nesmie byť obsluhovaná deťmi a osobami s obmedzenou schopnosťou pohybu a orientácie.
- Mikrovlnná rúra smie byť zapojená výhradne do zásuvky s uzemňovacím kolíkom (rovnako ako napr. žehlička, varná kanvica, a pod.). Zásuvka musí zodpovedať bezpečnostným normám.
- Na typovom štítku na zadnej strane rúry je uvedené menovité napätie prístroja: 230V-240V. **Prístroje taktó označené sú určené pre používanie v Českej aj Slovenskej republike.** Ak je na štítku uvedené iné napätie, prístroj nepoužívajte a okamžite kontaktujte odborný servis alebo predajcu!
- Elektrický kábel je dlhý 1 m, zásuvka by teda mala byť ľahko dosiahnuteľná.
- Pri poškodení prívodného kábla alebo akejkoľvek inej súčiastky sa nikdy nepokúšajte poruchu opravovať, ale vždy sa obracajte na odborný servis.
- Pre zníženie rizika popálenín, elektrických šokov, požiaru, zraneniu osoby alebo prebytočného vyžarovania mikrovlnnej energie:
- Pred použitím mikrovlnnej rúry si preštudujte všetky inštrukcie.
- Niektoré výrobky, ako napríklad celé vajcia a potraviny v uzavretých nádobách (napr. zatvorené sklenené fľaše a zatvorené dojčenské fľaše s cumlíkom) môžu explodovať a preto by nemali byť ohrievané v mikrovlnnej rúre.
- Používajte mikrovlnnú rúru len k účelom popísaným v tomto návode. Nepoužívajte mikrovlnnú rúru k iným účelom než k príprave potravín. Nepoužívajte k sušeniu tkanín, papiera alebo iných nepotravinových materiálov, nepoužívajte ku sterilizácii.

- Nepracujte s mikrovlnnou rúrou ak nefunguje tak, ako má alebo ak bola poškodená.

### UPOZORNENIE:

Táto rúra je chránená poistkou 250 V, 8 A.

- K zamedzeniu spálenia jedla vo vnútri rúry
- Neprevarujte jedlo. Nenechávajte rúru bez dozoru, zvlášť ak pri varení používate papier, umelú hmotu alebo iné horľavé materiály. Môže dojsť k vznieteniu.
- Odstráňte drôtené sponky z vreciek pred tým, než ich vložíte do rúry.
- Ak dôjde k vznieteniu materiálu vo vnútri rúry, nechajte zatvorené dvierka rúry, vypnite ju a vyberte zástrčku zo zásuvky elektrického prúdu alebo vypnite poistky bytu.
- Ako i u ostatných spotrebičov, k zabezpečeniu čo najlepšieho fungovania Vašej mikrovlnnej rúry existuje rad pravidiel, ktoré sa musia dodržiavať:
- Spolu s mikrovlnnou rúrou používajte sklenený otočný tanier, podložený nosičom otočného taniera.
- Nepoužívajte rúru, ak je prázdna. Mohlo by dôjsť k poškodeniu rúry.
- Nepoužívajte vnútrojškô rúry pre skladovanie žiadnych materiálov, predovšetkým papierov, kuchárskych kníh a pod.
- Nepoužívajte rúru pre domáce konzervovanie. Mikrovlnné rúry nie sú k takej činnosti prispôsobené. Nevhodne konzervované jedlo sa môže pokaziť a jeho konzumácia je nebezpečná.
- Nevarte vajcia v škrupinke, môžu prasknúť. Niekedy môžu prasknúť i varené vajcia. Jedlo pri varení zakryté a po varení nechajte minútu odstáť zakryté.
- Potraviny s blanou - napr. vaječné žĺtky, paradajky, kuracie ľadviny a pod. pred varením niekoľkokrát prepichnete vidličkou.
- Nevkladajte žiadne predmety do otvorov na vonkajšom povrchu rúry.
- Nikdy neodstraňujte žiadne časti rúry ako napr. nožičky, spojovacie články alebo skrutky.

- Nevarte jedlo priamo na sklenenom tanieri. Pred použitím v rúre vložte jedlo do vhodnej nádoby.
- Nepoužívajte kovové hrnce alebo riad s kovovými úchytkami.
- Nepoužívajte riad s kovovým vzorom.
- Nepoužívajte riad obsahujúci materiál, ktorý absorbuje mikrovlnnú energiu. Znižuje sa rýchlosť varenia a môže dôjsť i k prasknutiu nádoby.
- Riad do mikrovlnnej rúry používajte podľa odporúčania výrobcu riadu.
- Nevarte v nádobách s obmedzeným otváraním, pri zahriatí v mikrovlnnej rúre môžu explodovať.
- Nepoužívajte zvyčajné potravinové teplomery. Pre použitie v mikrovlnnej rúre slúžia špeciálne teplomery, iné sú nevhodné.
- Nepokúšajte sa smažiť jedlo v oleji. U oleja nie je možné pri smažení kontrolovať jeho teplotu.
- Uvedomte si, že mikrovlnná rúra len ohrieva jedlo/tekutinu v nádobe, ale nie nádobu ako takú. Môže spôsobiť oneskorený var. Preto, aj keď vrchnák nádoby nie je pri vyberaní z rúry horúci, jedlo/tekutina sa vo vnútri nádoby chová ako pri bežnom varení. Pri odstránení vrchnáku teda prská, prípadne uniká para.
- Vždy overte teplotu ohrievaného jedla/tekutiny, najmä ak ohrievate jedlo/tekutinu pre deti. Je vhodné nekonsumovať jedlo/tekutinu ihneď po ohriatí, ale premiešajte jej a nechte ho odstáť niekoľko minút, aby sa teplo v jedle/tekutine rovnomerne rozložilo.
- Jedlo obsahujúce zmes tukov a vody nechajte po ohriatí v rúre odstáť 1 až 2 minúty. To umožní usadenie zmesi. Pre zamedzenie bublania vložte do tekutiny lyžičku.
- Kuchynský riad môže byť horúci. Nádoba nie je ohrievaná mikrovlnnou energiou, ale teplým pokrmom. Aby ste sa vyhli popáleninám, používajte hrubé rukavice na pečenie.

## VARNÝ RIAD

Riad do mikrovlnnej rúry (bez grilu!)

V mikrovlnnej rúre nikdy nepoužívajte kovový riad alebo riad s kovovou (zlatou) dekoráciou. Mikrovlny totiž neprechádzajú kovom a od cudzích kovových predmetov sa odrážajú a môžu vyvolať elektrické iskrenie. V mikrovlnnej rúre používajte nádoby z vrného skla Simax alebo iný nekovový žiaruvzdorný riad. V mikrovlnnej rúre môžete používať aj papierové servítky/ utierky, kartónové taniere a poháriký. Nepoužívajte však výrobky z recyklovaného papiera, pretože môžu obsahovať prímеси, ktoré môžu spôsobiť iskrenie či požiar. Plastové taniere, poháriký, sáčky a obaly môžete v mikrovlnnej rúre používať podľa pokynov ich výrobcu. Ak recept predpisuje použitie hliníkovej fólie či grilovacích ihliel s obsahom kovov, ponechajte medzi kovovým predmetom a stenou rúry medzeru aspoň

2,5 cm. Ak dôjde k výskytu iskrenia, kovový predmet radšej odstráňte a nahraďte nekovovým. Nepoužívajte uzavreté nádoby, fľaše so zátkami, uzávermi atď. Pri varení v nich môže vzniknúť tlak a nádoba sa môže roztrhnúť. Riad do mikrovlnnej rúry používajte podľa odporúčania výrobcu riadu.

## Bezpečnosť pri práci

Z bezpečnostných dôvodov je mikrovlnné žiarenie uzavreté vo vnútornom priestore rúry nepriestupnými kovovými stenami. Taktiež priehľadné okienko v dvierkach je potiahnuté pre mikrovlny nepreniknuteľným kovovým sítom. Mikrovlnná rúra musí okamžite automaticky vypínať pri každom otvorení dvierok! Dôležité je tiež udržiavanie dotykových plôch dvierok v čistote, aby sa zabránilo úniku mikrovln! V žiadnom prípade nesmie byť rúra používaná pri rozbití priehľadného okienka!

## Než zavoláte servis

**Ak rúra nefunguje alebo displej nič nezobrazuje:**

- Skontrolujte, či je zástrčka Vašej mikrovlnnej rúry správne zapojená do zásuvky. Vyberte zástrčku zo zásuvky, počkajte 10 sekúnd a zapojte znovu do zásuvky.
- Skontrolujte, či nie sú vadné poistky alebo istič. Ak tieto fungujú správne, skúste do zásuvky zapojiť iný spotrebič.

**Ak nefunguje funkcia mikrovln:**

- Skontrolujte, či je nastavený čas varenia.
- Skontrolujte, či sú dvierka dobre uzavreté a zapadli do bezpečnostných zámkov. Dvierka mikrovlnnej rúry majú bezpečnostnú poistku, ktorá vypína rúru pri ich otvorení alebo zlom zatvorení.
- Ak žiadna z týchto rád nenapraví situáciu, kontaktujte najbližší autorizovaný servis.

## ÚDRŽBA MIKROVLNNEJ RÚRY

- Pred čistením rúry vždy odpojte od zásuvky elektrického prúdu.
- Udržujte vnútorný priestor rúry čistý. Ak dôjde k pretečeniu tekutín a tie prilnú k stenám rúry, vyčistíte ich vlhkou handričkou. Môžete použiť jemný čistiaci prostriedok, ktorý nie je agresívny. Neodporúča sa použitie abrazívnych alebo drsných čistiacich prostriedkov.
- Vonkajší povrch rúry čistíte vlhkou handričkou. Aby ste zabránili riziku poškodenia funkčných častí vo vnútri rúry, nenechajte vodu vniknúť do ventilačných otvorov.
- Ovládací panel nesmie byť mokrý ani masťný. Čistite ho zľahka jemnou vlhkou handričkou. Nepoužívajte práškové čistiace prostriedky ani iné agresívne alebo masťné látky, pretože by mohlo dôjsť k odstráneniu popisov.
- Ak sa vo vnútri rúry alebo vonku okolo dvierok akumuluje para, vytrite priestor mäkkou handričkou. Táto

situácia môže nastať, ak používate Vašu mikrovlnnú rúru v podmienkach s vysokou vzdušnou vlhkosťou a neznamená teda poruchu Vašej rúry.

- Čistíte sklenený tanier. Umyte ho v horúcej vode so saponátom alebo v umývačke riadu.
- Pravidelne čistite nosič otočného taniera a dno rúry. Vyhnete sa tak nadbytočnému huku. Jednoducho utrite mäkkou handričkou s jemným čistiacim prostriedkom, vodou alebo čističom okien povrch dna a vysušte. Kruhový podporu otočného taniera umyte vo vlažnej vode so saponátom.
- Pre odstránenie nežiaducich pachov vo vnútri mikrovlnnej rúry vložte do mikrovlnnej rúry hrnček vody so šťavou a kôrou z jedného citróna. Varte 5 minút. Starostlivo vytrite a vysušte jemnou handričkou.
- Ak potrebujete vymeniť vnútorné osvetlenie, kontaktujte prosím odborný servis.

### Technický vývoj

Výrobca si vyhradzuje právo vykonávať v rámci technického vývoja a zdokonaľovania výrobku technické zmeny aj bez predošlého upozornenia.

### Likvidácia odpadov

Po uplynutí záruky odovzdajte obal do zberu. Obal je 100% recyklovateľný. Keď výrobok doslúži, odovzdajte ho do zberne druhotných surovín, prípadne zlikvidujte podľa miestnych predpisov o odpadoch.

### Záruka

Na naše mikrovlnné rúry je spotrebiteľovi poskytovaná záruka v dobe trvania 24 mesiacov odo dňa nákupu. Táto záruka sa vzťahuje na všetky materiálové a pracovné náklady spojené s opravou výrobku.

### Spätný odber elektroodpadu



#### Informácie pre používateľa ohľadom likvidácie elektrických a elektronických zariadení (z domácnosti)

Uvedený symbol na výrobku alebo v sprievodnej dokumentácii znamená, že použitie elektrické alebo elektronické výrobky nesmú byť likvidované spoločne s komunálnym odpadom. Za účelom správnej likvidácie výrobku ho odovzdajte na určených zberných miestach, kde budú prijaté zdarma.

Správnou likvidáciou tohto produktu pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu, najbližšieho zberného miesta, v Zákone o odpadoch príslušnej zemé, v ČR č. 185/2001 Sb. v platnom znení. Dialek rovnako na [www.zasobovani.cz/odber](http://www.zasobovani.cz/odber) a na internetových stránkach [www.elektrowin.cz](http://www.elektrowin.cz) a [www.asekol.cz](http://www.asekol.cz) (likvidácia elektroodpadu).

Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty



### Dôležité bezpečnostné pokyny

Čítajte pozorne a uschovajte pre budúce použitie

Ak sú dvierka alebo tesnenie dvierok poškodené, nesmie byť rúra v činnosti, pokiaľ nebude opravená preškolenou osobou.

Je nebezpečné pre akúkoľvek osobu inú ako preškolenú, aby prevádzkala akékoľvek opravy alebo údržbu vedúcu k odstráneniu akéhokoľvek krytu, ktorý zaisťuje ochranu pred mikrovlnným žiarením.

Použitie rúry deťmi bez dozoru je povolené iba ak sú dané dostatočné pokyny, aby dieťa bolo schopné používať rúru bezpečným spôsobom a rozumelo nebezpečenstvu pri nesprávnom použití.



**Mikrovlnná rúra je určená výhradne pre použitie v domácnosti.**

Celostátni nositeľ servisu zajišťujúci opravy a náhradní diely prostredníctvom smluvných partnerů je:

Zodpovedný zástupca pre Slovensko  
je firma TV SERVIS S.R.O., Baláz Dušan  
Halenárska č.12, 46007 TRNAVA

tel. 00421 33 551 3371, mobil 00421 903 420 603  
email: [tvservis@tt.psg.sk](mailto:tvservis@tt.psg.sk)

### UPOZORNENIE:

**Táto rúra je chránená poisťkou 250 V, 8 A.**

# STRUČNÝ SPRIEVODCA VARENÍM V MIKROVLNNEJ RÚRE

Uvedené množstvá a časy sú orientačné a závisia na teplote a stave spracovávaných surovín.

Ohrievanie					
<i>pokrm</i>	<i>množstvo g/ml</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>dobu odstavenia</i>
šálka kávy	150	6	1-1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>	neprikryvať	1
šálka mlieka	150	6	1-1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>	neprikryvať	1
jedlo na tanieri	400	5	3-4	prikryť obráteným tanierom	2
omáčka	200	5	2-3	prikryť, po ohriatí premiešať	2
polievka	250	6	2-3	prikryť, po ohriatí premiešať	2
zelenina	200	6	2-4	pridať trochu vody	2
zelenina	500	5	6-8	prikryť, v polovici premiešať	2
prílohy	200	5	1-3	pokvapkať vodou	1
prílohy	500	5	5-7	občas premiešať	1
mäso, 1 porcia	200	6	2-3	pokvapkať omáčkou, prikryť tanierom (pokrievkou)	2
rybie filé	200	6	2-4	prikryť	2
párok	180	5	1-1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>	párkrát prepichnúť, aby nepraskol	2
detská výživa	190	4	1-1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub>	odstrániť viečko, po ohriatí premiešať	1
rozpustiť tuk	50	6	1/2-1		1
čokoláda	100	3	3	rozpustenie, premiešať	1

## Varenie mäsa a rýb

Údaje sú len orientačné, dodržujte časy a nastavenia uvedené u receptov v kuchárskych knihách  
ochutiť, potrieť olejom, príp. prepichnúť kožu, v polovici varenia obracať

<i>pokrm</i>	<i>množstvo g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>dobu odstavenia</i>
mleté	500	5	8-9	variť zakryté	2
brav. plátok	225	6	5-6		5
kotleta	300	6	7		2
jahňacia hrud'	500	5	8-9		3
kura	2x400	6	10	porcie vedľa seba, potrieť korením pre zhnednutie	10
údené	2x200	6	3	variť zakryté	5
pečeň	450	5	6		5
hovädzie pečené mäso	500	5	8-10	zľahka prepečené	10
hovädzie pečené mäso	500	5	9-11	stredne prepečené	10
hovädzie pečené mäso	500	5	11-13	silno prepečené	10
bravčové pečené mäso	500	6	12-15		10
jahňacie pečené mäso	500	6	12-15		10
kura, kačica	500	5	12		15
rybie filé	500	6	5-7	+2 lyžice mlieka, variť zakryté	3
ryba	500	6	5-7	+2 lyžice mlieka, variť zakryté	4

<b>Rozmrazování</b>					
<i>pokrm</i>	<i>množstvo g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>doba odstavenia</i>
pečené mäso	1500	3	30-35	v polovici rozmrazovania obrátiť	30
pečené mäso	1000	3	20-25		30
pečené mäso	500	3	10-14		30
rezeň, kotleta	200	3	4-6	v polovici rozmrazovania obrátiť	10
guláš	500	3	11-14	2x obrátiť, premiešať	10-15
párky 8 ks	600	3	7-10	položiť vedľa seba, v polovine rozm. obrátiť	5
párky 4 ks	300	3	4-6	položiť vedľa seba, v polovine rozm. obrátiť	5
kačica, morka	1500	3	24-30	v polovici rozmrazovania obrátiť	30
kura	1200	3	18-23	v polovici rozmrazovania obrátiť	20
kura	1000	3	15-20	v polovici rozmrazovania obrátiť	20
kuracie stehno	200	3	4-6	v polovici rozmrazovania obrátiť	10
ryba	800	3	10-13	v polovici rozmrazovania obrátiť	10
rybie filé	400	3	8-11	v polovici rozmrazovania obrátiť	5
kraby	500	3	10-13	v polovici rozmrazovania obrátiť	5
2 žemle	80	3	1-2	len rozmrazenie	
krájený chlieb	250	3	2-4	krajce položiť vedľa seba	5
celý chlieb	750	3	9-11	v polovici rozmrazovania obrátiť	10
koláč	150	3	2-3		2
celý torta		2	15-20	po rozmrazení naporcovať a nechať odstáť	20
maslo	250	3	2-4	len rozmrazenie	5
ovocie	250	3	4-6	rozložiť rovnomerne, v polovici rozmraz. obrátiť	5

<b>Varenie čerstvej zeleniny</b>					
<i>pokrm</i>	<i>množstvo g</i>	<i>výkon. stupeň</i>	<i>čas min</i>	<i>poznámka</i>	<i>doba odstavenia</i>
červená repa	450	6	8	omyť, olúpať, rozkrojiť, variť bez vody	2
brokolica	225	6	5	rozobrať na ružičky, + 3 lyžice vody	2
kapusta	500	6	14	nakrúžľať, + 5 lyžíc vody	2
mrkva	225	6	7	oškríabať, nakrájať, + 2 lyžice vody	2
kaleráb	500	6	15	nakrájať na kocky, + 4 lyžice vody	2
karfiol	500	6	13	očistiť, rozobrať, + 4 lyžice vody	2
zeler	500	6	13	nakrájať na kocky, + 100 ml vody	2
kukurica	2 klasy	6	8	omyť, + 4 lyžice vody	2
cuketa	500	6	12	nakrájať, zľahka presoliť, variť bez vody	2
pór	500	6	12	nakrájať, + 3 lyžice vody	2
huby	120	6	3-4	očistiť, + 2 lyžice vody	2
zemiaky	500	6	10-12	olúpať, nakrájať, osoliť, + 3 lyžice vody	5
zemiaky v šupke	250	6	9	očistiť, poprepichovať, variť bez vody	5
paradajky	225	6	2-3	nakrájať, variť bez vody	2

## Kukuričný klas s petržlenovým maslom

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** 4 kukuričné klasy (čerstvé alebo zmrazené), 75 g masla, 2 polievkové lyžice najemno nasekanej čerstvej petržlenovej vňate.

1. Maslo nakrájajte na kúsky a dajte na malú misku. Zahrievajte až kým sa nerozpustí, cca 1 1/2 minúty.
2. Kukuricu potrite maslom a každú zvlášť zabaľte do pergamenového papiera.
3. Naskladajte kukuricu na plytkú misu a zakrytú varte v mikrovlnnej rúre 10 minút ak je čerstvá, alebo 12 minút ak je zmrazená. Vidličkou vyskúšajte, či je kukurica už mäkká, inak dobu varenia predĺžte.
4. Varenú kukuricu vybaľte z papiera a dajte na tanieriky.
5. Do masla zamiešajte petržlenovú vňať a zahrievajte asi 45 sekúnd. Horúcim maslom s petržlenovou vňaťou prelejte kukuricu.

## Pečeňová paštéta

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** nakrájať 2 plátky anglickej slaniny, 225 g kuracej pečene, 1 rozdrvený strúčik cesnaku, 150 g masla, 1 lyžicu šľahačky, 1 lyžicu sušených miešaných bylínok, mleté čierne korenie, 1 lyžicu suchého sherry.

1. Vložte slaninu do stredne veľkej misky a varte 1 minútu.
2. Pridajte pečeň, cesnak, 100 g masla, bylinky a korenie. Zakryté varte 5 minút. V polovici zamiešajte.
3. Pridajte sherry a šľahačku. Zmes rozmixujte dohľadka. Paštétu rozdeľte do 4 formičiek, alebo ju dajte do jednej väčšej misky.
4. Zvyšok masla dajte do misky a zahrievajte pol minúty až kým sa nerozpustí, potom nalejte na paštétu
5. Nechajte 2 hodiny vychladnúť a môžete podávať.

## Smažené vajcia

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** 2 vajcia, 20 g masla, štipku soli a korenia.

1. Rozdeľte maslo do 2 misiek a dajte rozpustiť asi na 30 sekúnd do mikrovlnnej rúry. 2. Na rozohriate maslo do každej misky rozklepnite jedno vajce, podľa chuti osolte a okoreňte. Tesne prikryte fóliou pre mikrovlnnú rúru.
3. Varte asi 1 minútu a 15 sekúnd. Pred podávaním nechajte zakryté odpočinúť asi 1 minútu. Ak nebude vajce ešte hotové, vráťte ho do mikrovlnnej rúry na 15 sekúnd dorobiť.

## Stratené vajcia

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** 2 vajcia, 2 lyžice octu, 120 ml vody, štipku soli a korenia.

1. Vodu zmiešajte s octom, soľou a korením. Rozdeľte do dvoch misiek a varte v mikrovlnnej rúre až kým voda nezačne vriieť (asi 2 minúty).
2. Rozbíte vajcia do vody s octom a nezakryté varte 1 minútu, potom ich nechajte 1 minútu odstáť.
3. Vajcia vyberte z misky, nechajte odkvapkať a podávajte napríklad na horúcom toast s maslom.

## Miešané vajcia

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** 4 vajcia, 1 lyžicu mlieka, 15 g masla, štipku soli a korenia.

1. Vajcia, mlieko, soľ a korenie dajte do veľkej misky a dobre našľahajte. Pridajte maslo.
2. Varte nezakryté asi 3 minúty (prípadne dlhšie, podľa požadovanej hustoty). Po minúte zľahka premiešajte.
3. Podávajte napr. na hrianke potretej maslom.

## Hovädzie plátky na whisky

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebuje:** 4 zľahka naklepané plátky z hovädzieho stehna - celkom 750 g, 2 lyžice whisky, 1 rozdrvený strúčik cesnaku, 1 najemno nakrájaná stredná cibuľa, 50 g masla, 1/2 lyžičky worcestrovej omáčky, soľ a korenie.

1. Plátky osolte, okoreňte a naložte do whisky. Prikryte a uložte do druhého dňa (alebo aspoň na 3 hodiny) uležať do chladničky.
2. Cesnak, maslo a cibuľu vložte do nádoby a varte zakryté asi 4 minúty. Odstavte nabok.
3. Plátky mäsa vyberte z marinády, nechajte okvapkať a marinádu odložte. Mäso dajte do plytkej misky a varte nezakryté asi 7 minút. Počas varenia mäso obracajte.
4. Do misky pridajte marinádu, povarený cesnak s cibuľou, worcestrovú omáčku a podľa chuti soľ a korenie. Rozmiešajte a varte spoločne s mäsom asi 2 a 1/2 minúty.
5. Ozdobte zeleninou a podávajte s varenou ryžou a brokolicou.

## **Diabolské kuracie stehienka**

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebujete:** 750 g dolných častí kuracích stehienok (asi 8 ks), 1 lyžičku kari korenia, 1 lyžičku sójovej omáčky, 3 lyžice paradajkového pretlaku, 3 lyžice prírodného hnedého cukru, 25 g masla.

1. Stehienka rozložte rovnomerne na dno nádoby a pečte v mikrovlnnej rúre nezakryté asi 4 a 1/2 minúty. Odstavte.
2. Kari, paradajkový pretlak, sójovú omáčku, cukor a maslo dajte do nádoby a varte nezakryté 2 minúty.
3. Pridajte stehienka, potrite ich omáčkou a pečte nezakryté asi 4 a pol minúty.
4. Pridajte tri lyžice vody, rozmiešajte v omáčke, znovu stehienka potrite a ešte 2 minúty dopečte. Nechajte 3 minúty odstáť.
5. Podávajte s ryžou a kapustovým šalátom.

## **Pstruh s citrónom**

*Nastavenie výkonu na maximum*

**Potrebujete:** *Potrebujete:* 1 kg pstruhov (4 ks), 50 g masla (nakrájaného na 8 plátkov), 1 citrón (rozdelený na 8 dielikov), strúhaná citrónová kôra z 1 - 2 citrónov.

1. Do každého pstruha dajte 2 mesiačky citrónu, položte do plytkej nádoby, zakryte a pečte v mikrovlnnej rúre asi 4 minúty.
2. Pstruhy obráťte, posypte citrónovou kôrou a položte na ne maslo. Zakryte a pečte ďalších 5 minút. Po 2,5 minútach pstruhy obráťte a polejte maslom.
3. Zakryté nechajte 3 minúty odpočinúť.
4. Ozdobte citrónovými plátkami a petržlenovou vňaťou. Podávajte so zeleninovým šalátom.

## **Ďalšie recepty a možnosti**

V mikrovlnnej rúre Tesla môžete pripravovať tisíce chutných a zaujímavých jedál. Záleží len na Vašej fantázii. Viac inšpirácie nájdete v desiatkach kuchárskych kníh pre mikrovlnné rúry, dostupných na slovenskom trhu.

Väčšina domácností stále využíva mikrovlnné rúry **predovšetkým na ohrievanie**. Rad skúsených kuchárov ale dáva prednosť mikrovlnnej rúre pred klasickými spôsobmi varenia - napr. pri: **rozpekaní pečiva, varení omáčok, dusení bez vody a tuku vo vlastnej šťave, varení rýb bez vody, ale tiež pre prípravu horúcich nápojov, zvarného vína, punču, čokolád atď.**

***Prajeme Vám dobrú chuť!***

