

Cocción con 2 ciclos de cocción

Para obtener mejores resultados, algunas recetas requieren un nivel de potencia durante un tiempo y otro nivel de potencia durante otro tiempo. Su horno puede configurarse para pasar de uno a otro automáticamente, durante tres ciclos como máximo si el primer ciclo de calentamiento es el de descongelamiento.

Ejemplo: Para cocinar alimentos durante 3 minutos a una potencia del 90% y luego a una potencia del 70% durante 7 minutos 30 segundos.

1. Ingrese el primer tiempo de cocción.

2. Oprima la tecla **POWER LEVEL**.

3. Ingrese en nivel de potencia.

4. Ingrese el segundo tiempo de cocción.

5. Oprima la tecla **POWER LEVEL**.

6. Ingrese en nivel de potencia.

7. Oprima la tecla **ENTER/START**.


Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

Guía de cocción para niveles de potencia más bajos

Los 9 niveles de potencia además del HIGH le permiten elegir el nivel de potencia más adecuado para los alimentos que cocina. A continuación se enumeran los niveles de potencia, ejemplos de alimentos que se cocinan mejor a cada nivel y la potencia del microondas que utiliza.

NIVEL DE POTENCIA	SALIDA DEL MICROONDAS	USO
10 High (alto)	100 %	<ul style="list-style-type: none"> Hervir agua. Cocinar carne picada o comenzar a cocinar carnes asadas. Hacer dulces. Cocinar frutas y verduras frescas. Precalentar una bandeja doradora. Recalentar bebidas. Rebanadas de tocino.
9	90 %	<ul style="list-style-type: none"> Recalentar rebanadas de carne rápidamente. Saltear cebollas, apio y pimienta verde.
8	80 %	<ul style="list-style-type: none"> Todo tipo de recalentamiento. Cocinar huevos revueltos.
7	70 %	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar aves o mariscos. Cocinar panes y productos a base de cereales. Cocinar platos con queso, ternera. Cocinar tortas, muffins, brownies, magdalenas.
6	60 %	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar pasta.
5	50 %	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar carnes. Cocinar budines. Cocinar costillas, costillas asadas, solomillo asado.
4	40 %	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar cortes de carne menos tiernos. Recalentar comidas rápidas congeladas.
3	30 %	<ul style="list-style-type: none"> Descongelar carne de res, de ave y mariscos. Cocinar pequeñas cantidades de alimentos. Terminar de cocinar guiso, estofado y algunas salsas.
2	20 %	<ul style="list-style-type: none"> Ablandar mantequilla y queso crema. Calentar pequeñas cantidades de alimentos.
1	10 %	<ul style="list-style-type: none"> Ablandar helado. Leudar masa con levadura.



MANUAL DE INSTRUCCIONES

Instrucciones del sensor

La Cocción con Sensor le permite cocinar la mayoría de sus alimentos favoritos sin seleccionar los tiempos de cocción y los niveles de potencia. La pantalla indicará el período de detección desplazando el nombre del alimento. El horno determina automáticamente el tiempo de cocción para cada alimento. Cuando el sensor interno detecta una cierta cantidad de humedad proveniente del alimento, indicará al horno cuánto más tiempo cocinar. La pantalla mostrará el tiempo de calentamiento restante. Para obtener mejores resultados al cocinar con Sensor, siga estas recomendaciones:

1. Los alimentos cocinados con el sistema de sensor deben estar a temperatura de almacenamiento normal.
2. El plato giratorio de vidrio y la parte externa del recipiente deben estar secos para asegurar mejores resultados de cocción.
3. La mayoría de los alimentos deben cubrirse siempre, sin apretar, con un envoltorio plástico para microondas, papel de cera o una tapa.
4. No abra la puerta ni toque la tecla STOP/CLEAR durante el tiempo de detección. Cuando haya transcurrido el tiempo de detección, se escuchará una señal sonora y aparecerá el tiempo de cocción restante en la pantalla. En este momento puede abrir la puerta para revolver, dar vuelta o reacomodar la comida.

Consulte la página 51 para tabla de sensor.

IMPORTANTE:

Antes de volver a utilizar la cocción con sensor, se debe dejar enfriar el horno durante 5 minutos para que los alimentos se cocinen correctamente.

Guía de cocción con sensor

Los recipientes y las cubiertas adecuadas ayudan a garantizar buenos resultados de cocción con Sensor.

1. Siempre utilice recipientes para microondas y cúbralos con sus tapas o con un envoltorio plástico con ventilación.
2. Nunca utilice cubiertas de plástico herméticas. Pueden evitar que salga el vapor y hacer que la comida se pase.
3. Ajuste la cantidad al tamaño del recipiente. Llene los recipientes al menos hasta la mitad para obtener mejores resultados.
4. Asegúrese de que la parte externa del recipiente de cocción y la parte interna del microondas estén secas antes de colocar la comida en el horno. Las gotas de humedad que se convierten en vapor de agua pueden engañar al sensor.

NOTA:

Si la comida no está bien cocinada o recalentada cuando se utiliza la función sensor, utilice el nivel de potencia y el tiempo de cocción. **NO** siga utilizando la tecla sensor.

Agregar o restar tiempo de cocción

Utilizando las teclas MORE(9) o LESS(1) se pueden ajustar todas las configuraciones de cocción con sensor y cocción con temporizador para un mayor o menor tiempo.



Pizza Slice (Rebanada de Pizza)

Recalentar pizza con la función **PIZZA SLICE** le permite recalentar una o varias rebanadas de pizza sin seleccionar los tiempos de cocción y los niveles de potencia.

Ejemplo: Para recalentar 2 rebanadas de pizza.



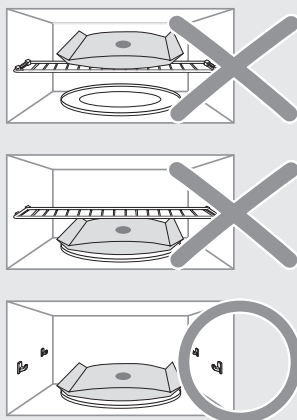
Oprima la tecla **PIZZA SLICE**.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

- Cantidades recomendadas: 1-4 rebanadas.

⚠ PRECAUCIÓN

- NO** descuide el microondas mientras prepara palomitas de maíz.
- Cuando cocine palomitas de maíz envasadas comercialmente, **quite el estante del horno** ; No coloque la bolsa de palomitas de maíz para microondas sobre la rejilla o debajo de la misma.



Popcorn (Palomitas de Maíz)

La tecla **POPCORN** le permite preparar en el microondas palomitas de maíz envasadas comercialmente. Prepare sólo un paquete a la vez. Para obtener mejores resultados, utilice bolsas nuevas de palomitas de maíz.

Ejemplo: Para preparar palomitas de maíz.



Oprima la tecla **POPCORN**.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

- Cantidades recomendadas: 3,0 – 3,5 ozs.

Baked Potato (Papa al Horno)

La tecla **BAKED POTATO** le permite hornear una o varias papas sin seleccionar los tiempos de cocción y los niveles de potencia.

NOTAS:

- El tiempo de cocción está basado en una papa de 8-10 oz.
- Utilice la tecla **More (Más)(9)/Less (Menos)(1)** cuando cocine papas más grandes o más pequeñas.
- Antes de hornear, perforo la papa con un tenedor varias veces.
- Si la papa no está cocinada completamente, utilice **Cooking Time (Tiempo de cocción)** y **NO** utilice la tecla **BAKED POTATO (PAPA AL HORNO)** para completar la cocción.
- Después de hornear, deje reposar durante 5 minutos.

Ejemplo: Para cocinar 2 papas.



Oprima la tecla **BAKED POTATO**.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

- Cantidades recomendadas: 1-6 papas, aproximadamente 6-8 ozs. cada una.

Vegetable (Verduras)

La función **VEGETABLES** tiene potencias de cocción predeterminadas para 2 categorías de alimentos: **Frescas**, **Congeladas**.

Ejemplo: Para cocinar verduras congeladas.



1. Oprima la tecla **VEGETABLES**.



2. Elija la categoría de alimento.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

Categoría	Número del teclado
Fresca	1
Congelada	2

Cook (Cocción)

Usar la tecla **COOK (COCCIÓN)** le permite calentar comidas comunes preparadas para microondas sin necesidad de programar tiempos de cocción ni niveles de potencia. **COOK (COCCIÓN)** tiene 4 categorías de alimentos predeterminadas: **Bebidas, comidas congeladas, desayunos congelados, pechugas de pollo.**

Ejemplo: Para cocinar un desayuno congelado.



1. Oprima la tecla **COOK**.



2. Elija la categoría de alimento.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

Categoría	Número del teclado
Bebidas	1
Comida congelada	2
Desayuno congelado	3
Pechuga de pollo	4

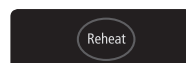
Cantidades recomendadas

Bebidas	8 ozs.
Comida congelada	8-14 ozs.
Desayuno congelado	4-8 ozs.
Pechuga de pollo	8-24 ozs.

Reheat (Recalentamiento)

La tecla **REHEAT (RECALENTAMIENTO)** le permite calentar alimentos sin necesidad de programar tiempos de cocción ni niveles de potencia. **REHEAT (RECALENTAMIENTO)** tiene 3 categorías predeterminadas: **Plato de comida, guiso y pasta.**

Ejemplo: Para recalentar un guiso.



1. Oprima la tecla **REHEAT**.



2. Elija la categoría de alimento.

Cuando haya transcurrido el tiempo de cocción, escuchará cuatro señales sonoras y aparecerá la palabra **END**.

Categoría	Número del teclado
Plato de comida	1
Guiso	2
pasta	3

Cantidades recomendadas

Plato de comida	1 portion
Guiso	1 à 4 portions
pasta	1 à 4 portions

Hold Warm (Mantener Caliente)

Puedes mantener calientes y seguros los alimentos cocinados, calentados en su horno de microondas hasta 99 minutos 99 segundos.

Ejemplo: Para caliente durante 60 minutos



1. Oprima la tecla **HOLD WARM (Mantener Caliente)**.



2. Ingrese el primer tiempo de cocción.



3. Oprima la tecla **ENTER/START**.

NOTAS:

- “Mantener caliente” opera hasta un total de 99 minutos 99 segundos.
- Los alimentos ya cocinados deben ser cubiertos durante “Mantener caliente”.
- Los platos de pastelería (pasteles, empanadas, etc.) deben estar sin cubierta durante la función “Mantener caliente”.
- Las comidas completas que se desee mantener calientes sobre un plato, deben cubrirse durante la función “Mantener caliente”.

Tipo del alimento	Cantidad Recomendada
Líquido	1-2 tazas
Seco	5-10 onza.

Tabla de cocción con sensor

CATEGORÍA		INSTRUCCIONES	CANTIDAD
Palomitas de maíz		Utilice sólo una bolsa para microondas de palomitas de maíz a la vez. Tenga cuidado cuando saque y abra la bolsa caliente del horno. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente.	3.0 a 3.5 oz. 1 paquete.
Papa		Pinche cada papa varias veces con un tenedor. Colóquelas en el plato giratorio al estilo de los rayos de una rueda. Déjelas reposar 3-5 minutos. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente. Utilice la tecla More(9) cuando cocine papas más grandes.	1 a 6 papas
VERDURAS	Verduras frescas	Coloque las verduras frescas en una fuente de plástico, vidrio o cerámica para microondas y agregue 2-4 cucharadas de agua. Cubra con una tapa o envoltorio plástico con ventilación durante la cocción y revuelva antes de dejar reposar. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente. Utilice la tecla More(9) cuando cocine verduras densas tales como zanahorias o brócoli.	1 a 4 porciones
	Verduras congeladas	Coloque las verduras congeladas en una fuente de plástico, vidrio o cerámica para microondas y agregue 2-4 cucharadas de agua. Cubra con una tapa o envoltorio plástico con ventilación durante la cocción y revuelva antes de dejar reposar. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente. Utilice la tecla More(9) cuando cocine verduras densas tales como zanahorias o brócoli.	1 a 4 porciones
Rebanada de pizza		Coloque 1-4 rebanadas de pizza en un plato para microondas con el extremo ancho de la porción hacia el borde exterior del plato. No permita que las rebanadas se superpongan. No las cubra. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente. Utilice la tecla More(9) para aumentar el tiempo de recalentamiento para la pizza con masa gruesa.	1 a 4 porciones
COCCIÓN	Bebidas	Utilice una taza o jarro para medir; no lo cubra. Coloque la bebida en el horno. Después de calentar, revuelva bien. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente. <i>Nota:</i> <ul style="list-style-type: none">• Los tiempos de recalentamiento están basados en una taza de 8 onzas.• La bebida recalentada con esta función puede estar muy caliente.• Saque el recipiente con cuidado.	8 oz.
	Comida congelada	Quite el envoltorio externo de la comida y siga las instrucciones de la caja para cubrirla y dejarla reposar. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente.	8 a 14 oz.
	Desayuno congelado	Siga las instrucciones del envase para cubrirlo y dejarlo reposar. Utilice esta tecla para emparedados congelados, el plato principal del desayuno, etc. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente.	4 a 8 oz.
	Pechuga de pollo	Coloque las pechugas de pollo en un plato para microondas y cúbralas con un envoltorio plástico. Cocine a una temperatura interna de 170 grados F. Gire durante el tiempo de la cuenta atrás. Deje reposar durante 5 minutos. Utilice la tecla More(9) para aumentar el tiempo de cocción para pechugas de pollo más grandes o más gruesas. Deje enfriar el horno durante al menos 5 minutos antes de utilizarlo nuevamente.	8 a 24 oz.

ESPAÑOL

Tabla de recalentamiento con sensor

CATEGORÍA	INSTRUCCIONES	CANTIDAD
Plato de comida	Utilice sólo alimentos precocidos refrigerados. Cubra el plato con un envoltorio plástico con ventilación o papel de cera, metido debajo del plato. Si la comida no está tan caliente como la desea después de calentarla con REHEAT (recalentamiento), continúe calentándola utilizando tiempo y potencia. No siga cocinando utilizando la tecla Reheat (Recalentar). <i>Contenido:</i> <ul style="list-style-type: none">• 3-4 oz. de carne, ave o pescado (hasta 6 oz. con hueso)• ½ taza de almidón (papas, pasta, arroz, etc.)• ½ taza de verduras (alrededor de 3-4 oz.)	1 portion (1 assiette)
Guiso	Cubra el plato con una tapa o un envoltorio plástico con ventilación. Si la comida no está tan caliente como la desea después de calentarla con REHEAT (recalentamiento), continúe calentándola utilizando tiempo y potencia. No siga cocinando utilizando la tecla Reheat (Recalentar). <i>Contenido:</i> <ul style="list-style-type: none">• Guisos refrigerados. (Ejemplos: guiso, lasagna)• Espaguetis y raviolos enlatados, alimentos refrigerados.	1 à 4 portions
Pasta		

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Kids Meals(Comidas para Niños)

KIDS MEALS le permite calentar 4 categorías de alimentos: **Trocitos de pollo, Salchichas, Papas fritas y Emparedados congelados.**

Ejemplo: Para cocinar emparedados congelados.



1. Oprima la tecla **KIDS MEALS (COMIDAS PARA NIÑOS).**



2. Elija la categoría de alimento (1-4).



3. Oprima la tecla **ENTER/START (INGRESAR/COMENZAR).**

Categoría	Oprima el número del teclado
Croquetas de pollo	1
Perros calientes	2
Papas a la francesa	3
Emparedados congelados	4

Tabla de comidas para niños

ELEMENTO	CANTIDAD O PORCIÓN	COMENTARIOS
Croquetas de pollo	1 porción (4-5 oz.) 2 porciones (6-7 oz.)	<ul style="list-style-type: none"> Coloque una toalla de papel sobre el plato y acomode los trocitos al estilo de los rayos de una rueda en la toalla de papel. No los cubra. Deje reposar 1 minuto.
Perros calientes	2 EA 4 EA	<ul style="list-style-type: none"> Pinche las salchichas, colóquelas en el plato. Cuando el horno emita la señal sonora, agregue los panes y vuelva a iniciar el horno.
Papas a la francesa	1 porción (4-5 oz.) 2 porciones (6-7 oz.)	<ul style="list-style-type: none"> Coloque 2 toallas de papel sobre el plato y acomode las papas fritas sobre las toallas, sin superponerlas. Tápelas con otra toalla de papel después de sacarlas del horno.
Emparedados congelados	1 EA 2 EA	<ul style="list-style-type: none"> Coloque el emparedado congelado en el "manguito" susceptible (que está en el paquete) y póngalo en un plato.

ESPAÑOL

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Soften/Melt(Suavizar/Derretir)

SOFTEN/MELT le permite ablandar o derretir 3 categorías de alimentos: **Derretir chocolate, Ablandar queso crema y Derretir manteca.**

Ejemplo: Para derretir chocolate.



1. Oprima la tecla **SOFTEN/MELT (SUAVIZAR/DERRETIR)**.



2. Elija la categoría de alimento (1-3).



3. Oprima la tecla **ENTER/START (INGRESAR/COMENZAR)**.

Categoría	Oprima el número del teclado
Derretir chocolate	1
Suavizar queso crema	2
Derretir mantequilla	3

Tabla para ablandar/derretir

ELEMENTO	CANTIDAD O PORCIÓN	COMENTARIOS
Derretir chocolate	2 cuadrados o 1 taza de pepitas	<ul style="list-style-type: none"> Coloque los cuadrados o las pepitas de chocolate en un recipiente para microondas. Revuelva bien en la mitad del tiempo cuando el horno emite una señal sonora, y vuelva a iniciar el horno. A menos que se revuelva, el chocolate mantiene su forma cuando termina el tiempo de calentamiento.
Suavizar queso crema	1 paquete (8 oz.)	<ul style="list-style-type: none"> Desenvuelva el queso crema y colóquelo en un recipiente para microondas. Deje reposar durante 1-2 minutos.
Derretir mantequilla	1 barra (1/4 lb.) 2 barras (1/2 lb.)	<ul style="list-style-type: none"> Quite el envoltorio y corte la manteca a la mitad en forma vertical. Coloque la manteca en el recipiente, cúbralo con papel de cera. Revuelva bien después de finalizar y deje reposar 1-2 minutos.

ESPAÑOL

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Snacks

SNACKS le permite calentar 4 categorías de alimentos: **Nachos, Alitas de pollo, Papas con piel, y Bastones de queso.**

Ejemplo: Para cocinar alitas de pollo.



1. Oprima la tecla **SNACKS**.



2. Elija la categoría de alimento (1-4).



3. Oprima la tecla **ENTER/START** (INGRESAR/COMENZAR).

Categoría	Oprima el número del teclado
Nachos	1
Alas de pollo	2
Conchas de papa	3
Palitos de queso	4

Tabla de snacks

ELEMENTO	CANTIDAD O PORCIÓN	COMENTARIOS
Nachos	1 porción	<ul style="list-style-type: none"> Coloque las tortillas de maíz en el plato sin superponerlas. Rocielas con queso en forma pareja. Contenido: 2 tazas de tortillas de maíz 1/3 taza de queso rallado
Alas de pollo	5-6 oz. 7-8 oz.	<ul style="list-style-type: none"> Utilice alitas de pollo precocidas refrigeradas. Coloque las alitas de pollo alrededor del plato al estilo de los rayos de una rueda y cúbralas con papel de cera.
Conchas de papa	1 papa cocida 2 papas cocidas	<ul style="list-style-type: none"> Corte la papa cocida en 4 rebanadas parejas. Quite la pulpa de la papa dejando aproximadamente 1/4" de piel. Coloque las cáscaras al estilo de los rayos de una rueda alrededor del plato. Espolvoree con tocino, cebollas y queso. No las cubra.
Palitos de queso	5-6 piezas 7-10 piezas	<ul style="list-style-type: none"> Coloque los bastones de queso en el plato al estilo de los rayos de una rueda. No los cubra.

ESPAÑOL

Auto Defrost (Descongelamiento Automático)

Las opciones de descongelamiento están programadas en el horno. La función de descongelamiento le ofrece el mejor método de descongelamiento para alimentos congelados, dado que el horno configura automáticamente los tiempos de descongelamiento de acuerdo con el peso que usted ingresa. Para mayor comodidad, la función AUTO DEFROST (DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO) emite señales sonoras que le recuerdan controlar o dar vuelta los alimentos durante el ciclo de descongelamiento.

Después de tocar la tecla **AUTO DEFROST** una vez, seleccione el peso de los alimentos.

Los rangos de peso disponibles son de 0,1 a 6,0 lbs.

Ejemplo: Para descongelar 1,2 lbs de carne.

1. Oprima la tecla **AUTO DEFROST**.
2. Ingrese el peso.
3. Oprima la tecla **ENTER/START**.

NOTAS:

- Después de presionar **ENTER/START**, la pantalla cuenta el tiempo de descongelamiento en forma regresiva. El horno emitirá la señal sonora dos veces durante el ciclo de descongelamiento. En ese momento, abra la puerta y dé vuelta los alimentos según sea necesario. Saque las porciones que se hayan descongelado luego coloque las porciones congeladas en el horno y presione **ENTER/START** para reanudar el ciclo de descongelamiento.
- El horno no se detendrá durante la **SEÑAL SONORA** a menos que se abra la puerta.

Guía para el descongelamiento

Siga estas instrucciones cuando descongele los distintos tipos de alimentos.

ALIMENTO	CANTIDAD ESTÁNDAR	PROCEDIMIENTO
Rosbif, cerdo	2.5-6.0 lbs.	Comience con el alimento con el lado de la grasa hacia abajo. Después de cada etapa, gire el alimento y cubra cualquier parte caliente con tiras finas de papel de aluminio. Déjelos reposar, cubiertos, durante 15 a 30 minutos.
Bistecs, chuletas, pescado	0.5-6.0 lbs.	Después de cada etapa, reacomode el alimento. Si hay alguna parte caliente o descongelada, cúbrala con pedacitos finos de papel de aluminio. Saque cualquier alimento que esté casi descongelado. Deje reposar, cubierto, durante 5-10 minutos.
Carne picada	0.5-6.0 lbs.	Después de cada etapa, saque cualquier parte del alimento que esté casi descongelada. Deje reposar la carne, cubierta con papel de aluminio, durante 5-10 minutos.
Pollo entero	2.5-6.0 lbs.	Quite los menudos antes de congelar aves. Comience a descongelar con la parte de la pechuga hacia abajo. Después de la primera etapa, gire el pollo y cubra cualquier parte caliente con tiras finas de papel de aluminio. Después de la segunda etapa, vuelva a cubrir cualquier parte caliente con tiras finas de papel de aluminio. Deje reposar, cubierto, durante 30-60 minutos en el refrigerador.
Trozos de pollo	0.5-6.0 lbs.	Después de cada etapa, reacomode o saque cualquier parte del alimento que esté casi descongelada. Deje reposar durante 10-20 minutos.

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Consejos para el descongelamiento

- Cuando utiliza la función AUTO DEFROST, el peso que se debe ingresar es el peso neto en libras y décimas de libras (el peso del alimento menos el del recipiente).
- Utilice AUTO DEFROST sólo para alimentos crudos. AUTO DEFROST obtiene mejores resultados cuando los alimentos que se descongelarán están a un mínimo de 0°F (sacados directamente de un auténtico freezer). Si el alimento se almacenó en un refrigerador-freezer que no mantiene una temperatura de 5°F o menos, siempre programe un peso inferior del alimento (durante un tiempo de descongelamiento más reducido) para evitar cocinar el alimento.
- Si el alimento queda hasta 20 minutos fuera del freezer, ingrese un peso inferior del alimento.
- La forma del envase altera el tiempo de descongelamiento. Los paquetes rectangulares chatos se descongelan más rápidamente que un bloque profundo.
- Separe los pedazos a medida que comienzan a descongelarse. Los pedazos separados se descongelan con más facilidad.
- Cubra áreas de los alimentos con pedacitos pequeños de papel de aluminio si comienzan a calentarse.
- Puede utilizar pequeños pedazos de papel de aluminio para proteger alimentos como las alas de pollo, los extremos de las patas y las colas de pescado, pero el papel no debe tocar los laterales del horno. El papel de aluminio produce chispas, lo que puede dañar el revestimiento del horno.

1 pound Defrost (Descongelamiento de 1 Libra)

La función 1 POUND DEFROST ofrece un descongelamiento rápido para alimentos congelados de 1,0 libra. El horno configura automáticamente el tiempo de descongelamiento.

Ejemplo: Para descongelar 1 lb. de carne picada.



1. Oprima la tecla **1 POUND DEFROST**.



2. Oprima la tecla **ENTER/START**.

ESPAÑOL

Guía de cocción

Guía para cocinar carne en su microondas

- Coloque la carne sobre una asadera para microondas en una fuente para microondas.
- Comience a cocinar la carne con el lado de la grasa hacia abajo. Utilice tiras finas de papel de aluminio para proteger cualquier punta de hueso o área de carne delgadas.
- Controle la temperatura en varios lugares antes de dejar reposar la carne el tiempo recomendado.

Alimento	Tiempo de cocción	Nivel de potencia	Instrucciones
Rosbif sin hueso (hasta 4 lbs.)	7-11 min./lb. para 145° F (Jugoso)	Alta (10) durante los primeros 5 minutos, luego media (5)	Coloque el lado de la grasa hacia abajo en la asadera. Cubra con papel de cera. Dé vuelta a la mitad del ciclo de cocción. Deje reposar 10 minutos.
	8-12 min./lb. para 160° F (A punto)		
	9-14 min./lb. para 170° F (Bien cocido)		
Cerdo sin hueso o con hueso interno (hasta 4 lbs.)	11-15 min./lb. para 170° F (Bien cocido)	Alta (10) durante los primeros 5 minutos, luego media (5)	Coloque el lado de la grasa hacia abajo en la asadera. Cubra con papel de cera. Dé vuelta a la mitad del ciclo de cocción. Deje reposar 10 minutos.

- Las siguientes temperaturas son las temperaturas a las que se sacan los alimentos. La temperatura del alimento aumentará durante el tiempo de reposo.
- Espere un aumento de 10°F en la temperatura durante el tiempo de reposo.

Alimento	Al sacarlo del horno	Après un temps de repos (10 min.)
Carne de vaca	Jugosa 135°F	145°F
	A punto 150°F	160°F
	Bien cocida 160°F	170°F
Carne de cerdo	A punto 150°F	160°F
	Bien cocida 160°F	170°F
Carne de ave	Carne oscura 170°F	180°F
	Carne clara 160°F	170°F

Guía para cocinar carne de ave en su microondas

- Coloque la carne de ave sobre una asadera para microondas en una fuente para microondas.
- Cubra la carne de ave con papel de cera para evitar salpicaduras.
- Utilice papel de aluminio para cubrir las puntas de los huesos, las áreas de carne delgada o las áreas que comienzan a cocinarse demasiado.
- Controle la temperatura en varios lugares antes de dejar reposar la carne de ave el tiempo recomendado.

Alimento	Tiempo de cocción/Nivel de potencia	Instrucciones
Pollo entero hasta 4 lbs.	Tiempo de cocción: 6-9 min. / lb. 180°F carne oscura 170°F carne clara Nivel de potencia: Mediana alta (7).	Coloque el lado de la pechuga del pollo hacia abajo en la asadera. Cubra con papel de cera. Dé vuelta a la mitad del ciclo de cocción. Cocine hasta que los jugos sean claros y la carne cerca del hueso ya no sea rosada. Deje reposar 5-10 minutos.
Pedacitos de pollo hasta 2 lbs.	Tiempo de cocción: 6-9 min. / lb. 180°F carne oscura 170°F carne clara Nivel de potencia: Mediana alta (7).	Coloque el lado del hueso del pollo hacia abajo en la fuente, con las porciones más gruesas hacia la parte externa del plato. Cubra con papel de cera. Dé vuelta a la mitad del ciclo de cocción. Cocine hasta que los jugos sean claros y la carne cerca del hueso ya no sea rosada. Deje reposar 5-10 minutos.

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Guía para cocinar pescado y mariscos en su microondas

- Cocine el pescado hasta que se pueda desmenuzar fácilmente con un tenedor.
- Coloque el pescado sobre una asadera para microondas en una fuente para microondas.
- Utilice una cubierta ceñida para cocinar el pescado al vapor. Una cubierta más liviana de papel de cera o toalla de papel genera menos vapor.
- No deje que el pescado se pase, contrólole en el tiempo de cocción mínimo.

Alimento	Tiempo de cocción/Nivel de potencia	Instrucciones
Bistecs Hasta 1,5 lbs.	Tiempo de cocción: 6-10 min. / lb. Nivel de potencia: Mediana alta (7).	Acomode los bistecs en la asadera con las porciones más carnosas hacia la parte exterior de la asadera. Cubra con papel de cera. Dé vuelta y reacomode el pescado cuando haya transcurrido la mitad del tiempo de cocción. Cocine el pescado hasta que se pueda desmenuzar fácilmente con un tenedor. Deje reposar 3-5 minutos.
Filetes Hasta 1,5 lbs.	Tiempo de cocción: 3-7 min. / lb. Nivel de potencia: Mediana alta (7).	Acomode los filetes en una fuente para horno, dando vuelta cualquier pedazo finito. Cubra con papel de cera. Si tiene más de 2 pulgadas de grosor, dé vuelta y reacomode el pescado cuando haya transcurrido la mitad del tiempo de cocción. Cocine el pescado hasta que se pueda desmenuzar fácilmente con un tenedor. Deje reposar 2-3 minutos.
Camarones Hasta 1,5 lbs.	Tiempo de cocción: 3-5 ½ min. / lb. Nivel de potencia: Mediana alta (7).	Acomode los camarones en una fuente para horno sin superponerlos ni formar capas. Cubra con papel de cera. Cocine hasta que estén firmes y opacos, revolviendo 2 o 3 veces. Deje reposar 5 minutos.

Guía para cocinar huevos en su microondas

- Nunca cocine huevos con cáscara y nunca caliente los huevos duros con la cáscara; pueden explotar.
- Siempre perforo los huevos enteros para evitar que estallen.
- Cocine los huevos hasta que apenas se endurezcan; quedan duros si se pasan.

Guía para cocinar verduras en su microondas

- Las verduras deben lavarse antes de cocinarlas. Por lo general, no se necesita agua adicional. Si se cocinan verduras densas tales como las papas, zanahorias y habichuelas, agregue aproximadamente ¼ taza de agua.
- Las verduras pequeñas (zanahorias rebanadas, arvejas, frijoles, etc.) se cocinarán más rápido que las verduras más grandes.
- Las verduras enteras, tales como las papas, calabazas o mazorca, deben acomodarse en círculo en el plato giratorio antes de cocinarlas. Se cocinarán en forma más pareja si se dan vuelta una vez transcurrida la mitad del tiempo de cocción.
- Siempre coloque las verduras como espárragos y brócoli con los extremos de los tallos apuntando hacia el borde de la fuente y las puntas hacia el centro.
- Cuando cocine verduras cortadas, siempre cubra la fuente con una tapa o envoltorio plástico para microondas con ventilación.
- Las verduras enteras sin pelar tales como las papas, calabaza, berenjenas, etc., deben pincharse en varios lugares antes de cocinarlas para evitar que estallen.
- Para una cocción más pareja, revuelva o reacomode las verduras enteras a la mitad del tiempo de cocción.
- Por lo general, cuanto más densa es la comida, mayor será el tiempo de reposo. (El tiempo de reposo hace referencia al tiempo necesario para que las verduras y los alimentos densos y grandes terminen de cocinarse una vez que salen del horno). Una papa al horno puede reposar en el mostrador durante cinco minutos antes de que se complete la cocción, mientras que una fuente de arvejas puede servirse de inmediato.

Cuidado y Limpieza

Cuidado y limpieza

Para un mejor desempeño y mayor seguridad, mantenga el horno limpio por dentro y por fuera.

Preste especial cuidado para que el panel interior de la puerta y el marco delantero del horno se mantengan limpios y sin acumulación de restos de alimentos o grasa. Nunca utilice polvos abrasivos o esponjas duras. Limpie el interior y el exterior del horno de microondas, incluyendo la cubierta inferior de la campana, con un paño suave y una solución con detergente suave tibio (no caliente). Luego enjuague y seque. Utilice un limpiador de cromo y limpie las superficies de cromo, metal y aluminio. Limpie de inmediato las salpicaduras con una toalla de papel húmeda, especialmente después de cocinar pollo o tocino. Limpie su horno semanalmente o más a menudo si es necesario.

Siga estas instrucciones para limpiar y cuidar su horno.

- Mantenga limpia la parte interna del horno. Las partículas de alimentos y los líquidos derramados pueden adherirse a las paredes del horno, haciendo que el horno funcione menos eficientemente.
- Limpie los derrames de inmediato. Utilice un paño húmedo y detergente suave. No use detergentes fuertes ni abrasivos.
- Para ayudar a ablandar las partículas de alimentos o líquidos, caliente dos tazas de agua (agregue el jugo de un limón si desea mantener el horno fresco) en un medidor de cuatro tazas a potencia Alta durante cinco minutos o hasta que hierva. Déjelo en el horno durante uno o dos minutos.
- Saque la bandeja de vidrio del horno cuando limpie el horno o la bandeja. Para evitar que la bandeja se rompa, manipúlela con cuidado y no la ponga en agua inmediatamente después de cocinar. Lave la bandeja con cuidado en agua jabonosa tibia o en lavavajillas.
- Limpie la superficie externa del horno con detergente y un paño húmedo. Séquelo con un paño suave. Para evitar causar daños a las partes operativas del horno, no deje que entre agua en las aberturas.
- Limpie la ventana de la puerta con un detergente muy suave y agua. Asegúrese de utilizar un paño suave para evitar rayarla.
- Si se acumula vapor dentro o fuera de la puerta del horno, límpielo con un paño suave. Se puede acumular vapor cuando el horno funciona con mucha humedad y esto de ninguna manera indica una fuga de microondas.

- Nunca ponga en funcionamiento el horno sin alimentos dentro; esto puede dañar el tubo de magnetrón o la bandeja de vidrio. Puede dejar un vaso de agua en el horno cuando no se use para evitar daños en caso de que el horno se encienda accidentalmente.

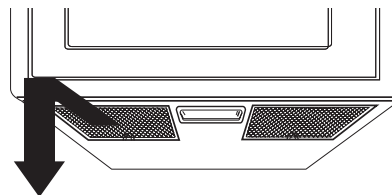
Limpieza del filtro de grasa

The grease filter should be removed and cleaned often, at least once a month.

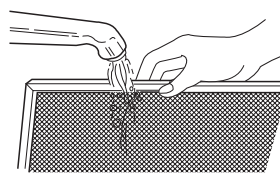
! PRECAUCIÓN

Para evitar el riesgo de lesiones físicas o daños materiales, no ponga en funcionamiento la campana del horno sin tener colocados los filtros.

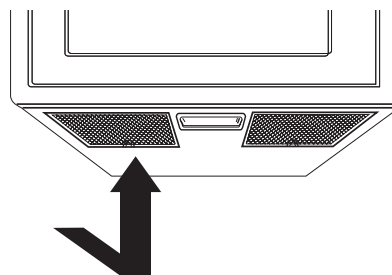
1. Para sacar el filtro de grasa, deslice el filtro hacia un lado. Tire del filtro hacia abajo y empuje hacia el otro lado. El filtro caerá.



2. Sumerja el filtro de grasa en agua caliente y detergente suave. Enjuague bien y sacuda para secar. No utilice amoníaco ni lo coloque en un lavavajillas. El aluminio se oscurecerá.



3. Para volver a instalar el filtro, colóquelo en la ranura lateral, luego empuje hacia arriba y hacia el centro del horno para trabarlo.



ESPAÑOL

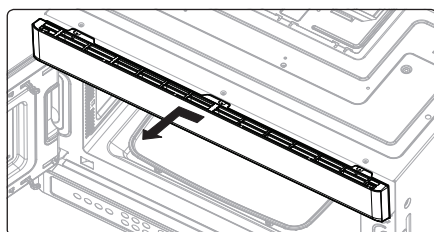
CUIDADO Y LIMPIEZA

Reemplazo del filtro de carbón

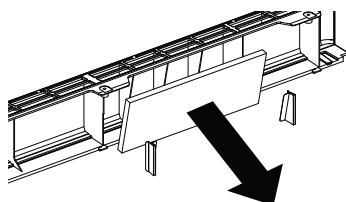
Si su horno tiene ventilación hacia el interior, el filtro de carbón debe reemplazarse cada 6 a 12 meses, y más a menudo si es necesario. El filtro de carbón no se puede limpiar.

El filtro de carbón está disponible en Sears si llama al 1-800-4-MY-HOME® o visita sears.com.

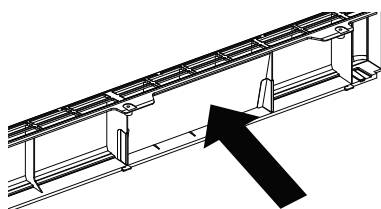
1. Desenchufe el horno o corte la energía eléctrica del suministro principal.
2. Abra la puerta.
3. Retire los dos tornillos de montaje de la rejilla de ventilación. (3 tornillos del medio)
4. Corra la rejilla hacia la izquierda y retírela directamente.



5. Extraiga el filtro viejo.



6. Inserte un nuevo filtro de carbón. El filtro debe quedar instalado en el ángulo que se muestra.



7. Vuelva a colocar los tornillos de montaje y cierre la puerta. Conecte la energía eléctrica en el suministro principal y ajuste el reloj.

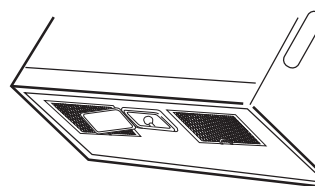
PARTE NRO. DEL FILTRO DE CARBÓN DE LEÑA
Part No.: DE63-00367F

Reemplazo de la luz de la cubierta/luz nocturna

⚠ PRECAUCIÓN

Para evitar lesiones físicas o daños materiales, use guantes cuando reemplace la bombilla de luz.

1. Desenchufe el horno o corte la energía eléctrica del suministro principal.
2. Retire los tornillos de montaje de la cubierta de la bombilla.



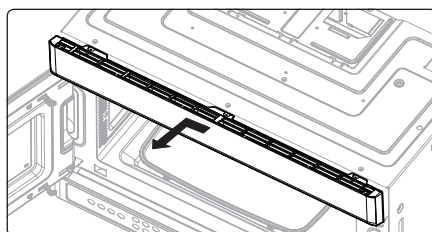
3. Reemplace la bombilla con una bombilla halógena de 20 watts; utilice guantes o un pañuelo. La grasa de los dedos puede acortar la vida de la bombilla.
4. Vuelva a colocar la cubierta de la bombilla y los tornillos de montaje.
5. Vuelva a conectar la energía eléctrica en el suministro principal.

Reemplazo de la luz del horno

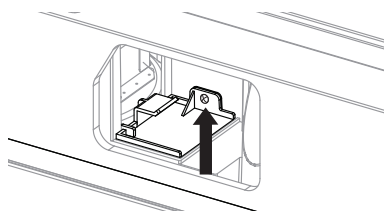
⚠ PRECAUCIÓN

Para evitar lesiones físicas o daños materiales, use guantes cuando reemplace la bombilla de luz.

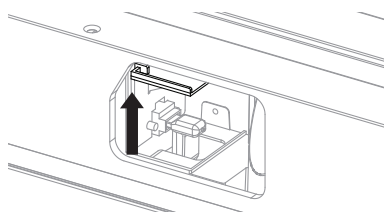
1. Desenchufe el horno o corte la energía eléctrica del suministro principal.
2. Abra la puerta.
3. Retire los tornillos de montaje de la cubierta de la rejilla. (2 tornillos del medio)
4. Corra la rejilla hacia la izquierda y retírela directamente.



5. Saque el tornillo que asegura el receptáculo de la bombilla; se encuentra sobre la puerta cerca del centro del horno.



6. Extraiga el portabombilla.



7. Reemplace la bombilla con una bombilla halógena de 20 watts; utilice guantes o un pañuelo. La grasa de los dedos puede acortar la vida de la bombilla.
8. Vuelva a colocar el portabombilla.
9. Vuelva a colocar la rejilla y los 3 tornillos. Vuelva a conectar la energía eléctrica en el suministro principal.



Solución de Problemas

Guía de solución de problemas

Antes de llamar a un técnico para su horno, verifique esta lista de posibles problemas y soluciones.

Funciones normales del microondas.

- El ventilador arranca automáticamente cuando se cocina en la estufa o la cubierta.
- La luz de cubierta no se enciende bien porque se ha quemado la lámpara bien porque se ha establecido la función del temporizador de la luz.

No funcionan ni la pantalla del horno ni el horno.

- Inserte correctamente el enchufe a un tomacorriente conectado a tierra.
- Si el tomacorriente está controlado por un interruptor de pared, asegúrese de que el interruptor de pared esté encendido.
- Retire el enchufe del tomacorriente, espere diez segundos y vuelva a enchufarlo.
- Reinicie el disyuntor o reemplace cualquier fusible quemado.
- Enchufe otro aparato en el tomacorriente; si el otro aparato no funciona, llame a un electricista calificado para que repare el tomacorriente.
- Enchufe el horno en un tomacorriente diferente.

La pantalla del horno funciona, incluido el reloj, pero la potencia no arranca.

- Asegúrese de que la puerta esté bien cerrada.
- Controle si quedó material de embalaje u otro material en la traba de la puerta.
- Controle que la puerta no esté dañada.
- Presione **STOP/CLEAR** dos veces y vuelva a ingresar las instrucciones de cocción.

El horno se apaga antes de que transcurra el tiempo programado.

- Si no hubo un corte de electricidad, retire el enchufe del tomacorriente, espere diez segundos y vuelva a enchufarlo. Si hubo un corte de electricidad, aparecerá el indicador de la hora:
PLEASE TOUCH CLOCK AND SET TIME OF DAY. (POR FAVOR OPRIMA CLOCK (RELOJ) Y CONFIGURE LA HORA DEL DÍA.) Reinicie el reloj y cualquier instrucción de cocción.
- Reinicie el disyuntor o reemplace cualquier fusible quemado.

La comida se cocina demasiado lentamente (la comida no se cocina uniformemente o completamente.)

- Asegúrese de que el horno esté en su propio circuito de 20 amp. Poner en funcionamiento otro electrodoméstico en el mismo circuito puede causar una caída de tensión. Si es necesario, enchufe el horno en su propio circuito.
- Si el nivel de potencia es demasiado bajo, los alimentos pueden no cocinarse uniformemente.
- Si se selecciona el recipiente o utensilio inadecuado para la cocción con sensor, los alimentos no se cocinarán uniformemente.

Ve chispas o arco eléctrico.

- Saque cualquier utensilio metálico, artículos de cocina o cierres de metal. Si usa papel de aluminio, utilice sólo tiras pequeñas y deje al menos una pulgada entre el papel de aluminio y las paredes interiores del horno.





Ruidos de funcionamiento.

- Si el microondas produce algún ruido, como un zumbido procedente del magnetrón o del transformador de alta tensión, apague el microondas y llame al servicio técnico.

El plato giratorio hace ruido o se pega.

- Limpie el plato giratorio, el anillo giratorio y el piso del horno.
- Asegúrese de que el plato y el anillo giratorio estén colocados correctamente.

El uso de su microondas causa interferencia de TV o radio.

- Esto es similar a la interferencia causada por otros artefactos pequeños, como por ejemplo los secadores. Aleje más su microondas de otros electrodomésticos, como su TV o radio.

Error code on display.

Código de error	Causa y soluciones
-SE-	Defecto del panel de control. Llame al servicio técnico.
E-11, E-12, E-13	Defecto del sensor. Llame al servicio técnico.

Nota:

Si el horno está programado para cocinar durante más de 25 minutos, después de los 25 minutos se ajustará automáticamente a una potencia del 70 por ciento para evitar que se pase la comida.

**Si ninguno de estos artículos es la causa del problema,
comuníquese con el servicio técnico de Sears al 1-800-4-MY-HOME®.**

ESPAÑOL





Get it fixed, at your home or ours!

Your Home

For repair – **in your home** – of **all** major brand appliances, lawn and garden equipment, or heating and cooling systems, **no matter who made it, no matter who sold it!**

For the replacement parts, accessories and owner's manuals that you need to do-it-yourself.

For Sears professional installation of home appliances and items like garage door openers and water heaters.

1-800-4-MY-HOME® (1-800-469-4663)

Call anytime, day or night (U.S.A.)

www.sears.com

For expert home solutions advice: www.managemyhome.com

Our Home

For repair of carry-in items like vacuums, lawn equipment, and electronics, call or go on-line for the location of your nearest

Sears Parts & Repair Service Center

1-800-488-1222 (U.S.A.)

Call anytime, day or night

www.sears.com

To purchase a protection agreement on a product serviced by Sears:

1-800-827-6655 (U.S.A.)

Para pedir servicio de reparación a domicilio, y para ordenar piezas:

1-888-SU-HOGAR®

(1-888-784-6427)

® Registered Trademark / ™ Trademark / ™ Service Mark of Sears Brands, LLC

© Marca Registrada / ™ Marca de Fábrica / ™ Marca de Servicio de Sears Brands, LLC

MC Marque de commerce / MD Marque déposée de Sears Brands, LLC

© Sears Brands, LLC

