

Panasonic®

使用说明书 组合式蒸气烘烤微波炉

型号: **NN-CS1100**
NN-CS88LS
仅家庭用



型号: **NN-CS1100**

使用前，请仔细阅读本说明书及保修证并妥善保管

扫描二维码
关注松下服务官方微信平台



在线人工客服
一键报修报装
服务进度查询
获取新品咨询



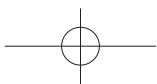
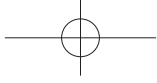
Panasonic 顾客咨询服务中心:

4008-811-315



Panasonic 官方网站 <http://www.panasonic.com>

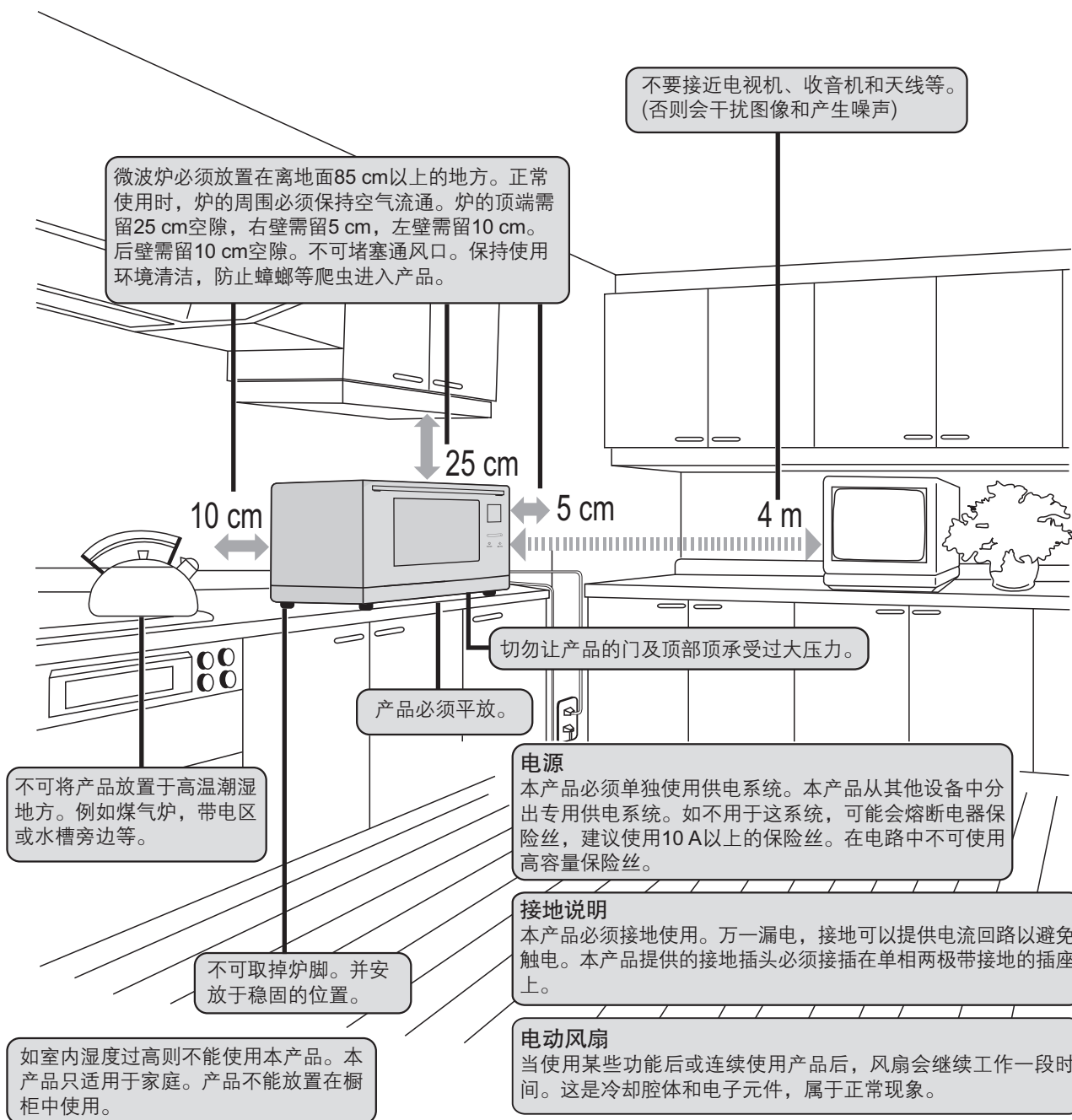
社内检查合格产品



目次

产品的放置	4
产品安全注意事项	5-8
烹调注意事项	9
产品附件	10-11
功能指示	12-13
加热原理	14-16
烹调用具的选择	17-18
控制面板	19
微波火力设定	20-21
微波解冻设定	22
变频解冻设定	23
解冻技巧	24
蒸气设定	25
烧烤设定	26
健康炸设定	27
发酵设定	28
烘烤设定	29-31
蒸气烘烤设定	32-34
速蒸设定	35
润烤设定	36
速烤设定	37-38
一按蒸气设定	39
儿童安全锁设定/取消	40
餐具消毒设定	41
炉腔清洁设定	42-45
炉腔除味	42
炉腔清洁	43
蒸气系统清洁	44
柠檬酸清洗	45
再加热设定	46
饭菜保温设定	47
热牛奶设定	48-49
自动菜单设定	50-52
微波炉加热原理	53
食物的特性	53
烹调技巧	54
微波解冻建议时间	55
再加热食谱建议烹调时间	56
常用食谱建议烹调时间	57
清洁保养	58-59
要求修理服务之前	60-62
产品中有害物质或元素名称及含量	63
食品接触用信息	63
规格	64
烹调指南	66-封底

产品的放置



产品安全注意事项

重要的安全说明请仔细阅读并妥善保管以供将来参考

I 使用前请确认以下各项：

产品的门及本体是否有损伤、开裂。



禁止

若有变形、损伤或开裂，会发生微波泄漏，切勿使用。

炉门内侧金属绝缘(或防泄漏)网板是否弯曲、变形。



禁止

若发生弯曲或变形，切勿使用。

开门按键或门钩是否正常



禁止

若开门按键不能正常使用或门钩损坏，切勿使用。

注：并非所有机种都具有开门按键或门钩。

炉门上的金属绝缘网板及炉腔内是否沾上食物或聚积油污。



注意安全

若沾上食物或积聚油污，在本产品加热时容易产生打火现象，因此请定期清洁。



注意安全

使用前，请仔细阅读说明书，产品只适用于本说明书所说明的用途。



必须接地

产品必须接地使用。万一漏电，接地可以提供电流回路以避免触电。电源插头必须插在单相两极带接地的插座上。

II 请注意预防以下事项发生，否则会引起微波泄漏、产品损坏或人身伤害等危险情况。

1. 禁止事项



禁止

警告：如果发现门或门封已损坏则不得再使用，直到有资格的维修人员修好为止。

注：切勿损坏炉门的安全锁，包括门钩、门铰链等安全部件。如需维修请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店进行修理。



禁止分解

警告：除有资格的维修人员外，其他人员进行检修操作都是非常危险的，包括拆下防止微波能量泄漏的防护盖等操作。

请勿擅自对产品进行拆卸、修理以及改造。

注：如需维修，请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店进行修理。



禁止

当发现产品工作不正常时，切勿继续使用。

注：如需维修，请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店进行修理。



禁止

当本产品进行烹调时，切勿放入金属物体，包括金属容器、金属装饰的碟盘或任何金属类的装饰品等。

注：微波炉专用金属附件（蒸烤架等）以及铝箔请按照说明书的要求进行使用。

产品安全注意事项

(继续)



禁止

水箱出现裂纹或缺口时，请勿继续使用，以免引起因漏水而导致的漏电或触电。

注：如需购买水箱，请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店。



禁止

插座孔变松时或电源线、电源插头有损坏时，切勿使用。



禁止

不可敲击控制面板、机壳、炉腔、炉门等部件，以免产品故障。



禁止

本产品仅适用于家庭烹调，不能用于实验室试验或其它商业用途，且不能放置在橱柜中使用。



禁止

器具不能在外接定时器或独立的遥控控制系统的方式下运行。



禁止湿手触摸

切勿用湿手触摸或插拔电源插头，可能会引起触电。



禁止

不可放置于高温潮湿的地方。例如煤气炉、带电区或水槽旁边。



禁止

警告：不要使用粗糙擦洗剂或锋利的金属刮刀清洁产品门的玻璃。如果产品门的玻璃表面会擦伤，这样做会导致玻璃粉碎。



禁止

请勿堵塞吸气口，排气口，否则可能造成火灾。
请经常保养，避免垃圾、灰尘等堵塞吸气口、排气口。

2. 危险事项



当心火灾

切勿将易燃物品放在产品周围或炉腔内，以免导致起火。



当心火灾

切勿用于产品说明书所告知的用途之外，例如用于烘干物品等，这样可能会引起火灾。



注意安全

不清洁产品会致使器具表面劣化，这会影响器具的寿命，可能会导致危险的情况。



当心微波

切勿使用微波炉加热化学试剂或其它非食物制品，以免引起微波外泄。

如发现有烟雾，应关掉器具开关或拔掉电源插头，并保持炉门关闭，以抑制火焰蔓延。



必须拔出插头

按【暂停/取消】键，然后拔去电源插头或关掉屋内电源总开关。



当心触电

避免可能对电线和电源插头造成损伤的动作或行为，如将电源线或插头浸入水中，将电源线靠近高温处，或者强行弯折、扭曲、拉伸、重压、捆扎电源线等。因为破损后使用，可能会引起短路、触电、起火等危险事故。器具不得浸入水中。

产品安全注意事项

(继续)

3. 注意安全事项



注意安全

警告：请勿让儿童等不熟悉产品操作的人员使用。只有在已经提供充分指导以使儿童能够采用安全的操作，并且明白不正确的使用会造成危险时，才能允许儿童在无人监控的情况下使用。

注：产品使用时及使用后，机壳表面、排风口、炉门以及腔体温度较高，为了避免烫伤，请不要用手触摸。



注意安全

烹调途中进行搅拌、食物翻转或烹调结束后拿取食物时，器皿及食物的温度很高，请使用隔热手套或锅夹，以免烫伤。



注意安全

在使用蒸气过程中，如需打开炉门对食物进行搅拌、翻转或重新排放等操作时，请注意保持距离，以免蒸气烫伤脸部或手。



注意安全

首次使用烘烤功能时，如有白烟冒出，并非是故障现象。这是由于元器件的保护油受热挥发所致。



注意安全

炉门开启时，切勿在炉门上拖拉容器，且炉门负重不能超过5公斤。

注：此项仅适用于下拉门机种。



注意安全

切勿让铝箔包装碰触到炉腔内壁，以免工作时产生打火现象而损坏本产品。

注：产品专用蒸烤架和蒸烤盘请按照说明书的要求进行使用。



注意安全

切勿在没有放置食物的情况下启动本产品，因为当没有食物或水份在炉内吸收微波能量时，微波能量不停地在炉内反射，会引起炉内温度过高而发生异常。

注：本说明书特别许可的情况除外



注意安全

器具在使用期间会发热。注意避免接触烤箱内的发热单元。

警告：在使用时可触及部分可能会发热。儿童应远离。



注意安全

器具不能安装在装饰性门后面以免过热。

4. 指示事项

仅使用适合的器皿



必须

使用各种不同材质的器皿前应先确认是否可用于本产品。金属包装袋不可使用。当加热用塑料或纸包装的食物时，应注意观察微波炉，因为有着火的可能。



必须

取出烹调完的食物或在烹调途中进行搅拌翻转时，必须使用锅夹或隔热手套，以免烫伤。因为热量会从高温的食物传到容器、玻璃转盘或平板玻璃上。



当心高温表面

烹调过程中及烹调结束后，产品表面及内部温度很高。切勿立即清洁，务必在其冷却后再进行清洗，以避免发生烫伤。儿童应远离。

不能直接在炉腔中烹调食物。



必须

食物必须放置在合适的器皿中，并配合产品的附件使用或直接放置在产品附件上使用。

产品安全注意事项

(继续)



必须拔出
插头

请定期清除电源插头上的灰尘。长期不使用时，请拔出电源插头。拔除电源插头时不要拉拽电线，请手握插头拔除。



必须拔出
插头

清洁前请拔出电源插头，不可使用具有腐蚀性的清洁剂，以免损坏或腐蚀产品。

III 使用烧烤功能时，请注意以下事项：



注意安全

首次使用各种烧烤功能时，如有白烟冒出，这是由于元器件的保护油受热挥发所致，并非是故障现象。



注意安全

警告：当器具以组合模式工作，因温度升高，儿童必须在成人的监督下使用。烧烤烹调时以及烹调完毕后机壳表面、排风口及炉门温度较高，为了避免烫伤，请不要用手触摸。



注意安全

烧烤烹调结束后，烧烤辅助器皿及食物温度很高，请使用隔热手套拿取食物和器皿。



注意安全

清洁炉腔必须待炉腔完全冷却之后方可进行。在清洁时，请务必小心用软布擦拭。



注意安全

烧烤烹调时（含组合模式），可使用微波炉专用烤盘。但在微波烹调时，不可使用，以免发生打火现象。



注意安全

使用烧烤功能时，不可将铝质或其它金属制容器直接放置于蒸烤架上，应在两者之间放置微波安全碟，以免发生打火现象。

IV 使用蒸气功能时，请注意以下事项：



禁止

水箱出现裂纹或缺口时，请勿继续使用，以免引起因漏水而导致的漏电或触电。

注：如需购买水箱，请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店。



注意安全

在蒸气烹调过程中，如需打开炉门进行翻面或搅拌等操作，请注意保持距离，以免蒸气烫伤脸部或手。

烹调注意事项



禁止

警告：禁止加热装在密封容器内的液体或其他食物，因为这样可能发生爆炸。例如**婴儿奶瓶，罐头食品，密闭玻璃瓶等**。因为当气压增加，瓶罐可能会爆炸。



禁止

微波炉不能用来加热带壳的鲜蛋和已煮熟的蛋，因为在用微波加热时甚至加热之后它们可能会发生爆炸。带壳的食物（如鸡蛋、板栗等）以及未刺破的蛋黄，由于压力会使鸡蛋、板栗或蛋黄爆裂，容易引起产品受损、人员烫伤、受伤等事件发生。



禁止

不可用微波煎炸食物，以免发生油滴飞溅，烫伤烹调操作者。



当心火灾

加热塑料或纸包装的食物时，应注意观察微波炉，因为有着火的可能，例如快餐食物等。



注意安全

当加热汤类、汁类或饮品等液体食物时，可能发生液体突然沸腾而飞溅，导致操作者烫伤。因为微波炉加热饮料会导致延迟喷溅沸腾，取出时必须小心谨慎。因此，在烹调时，请留意以下各点：

- 避免使用“直身窄口”或壁厚细长的容器。**
- 不要过度加热。否则在取出食物时，会由于突然地沸腾，导致液体飞溅而烫伤操作者。**
- 液体食物加热时，液体不要少于容器的八成满。因为加热少量的液体食物会由于沸腾而导致液体突然地飞溅。**
- 加热前以及加热途中请略加搅拌。**
- 加热后，先让食物在炉内搁置片刻，略加搅拌后取出。**
- 使用奶瓶和婴儿食品罐加热食物后应经过搅拌或摇动，喂食前应检查瓶内食物地温度，避免烫伤。**



必须

不可使用一般的温度计，必须使用测肉温度计检查烹调结果。如果烹调不足则再放入炉内继续烹调。



注意安全

烹调食谱仅提供烹调的参考时间。影响烹调时间的因素有：所喜欢的生熟程度、开始温度、海拔高度、份量、大小、食物形状和容器的种类等。如果您熟悉产品的操作，则可以适当参照以上因素，调整烹调时间。



必须

土豆、苹果、红肠、鸡翅等带皮的食物在烹调前必须用叉或刀穿孔以防止烧焦破裂或爆裂。



必须

手动烹饪时，必须控制烹调时间，时刻关注所需加热食物，切勿远离。过度加热食物可能引起冒烟、着火。



必须

烹调爆米花必须用微波炉专用的爆米花器皿盛载。另外一些纸袋包装的微波爆米花可以直接用微波炉烹调。请按照食品制造商的说明指示及用法进行。烹调爆米花时，请加倍注意，切勿离开。

产品附件

功能		蒸烤架	玻璃盘	烘烤盘	蒸烤盘
					
微波		✗	✓	✗	✗
烧烤		✓	✓	✓	✓
烘烤 / 发酵 / 健康炸	热风	✓	✓	✓	✓
蒸气	纯蒸气	✓	✓	✓	✓
速蒸	微波 300 W + 蒸气	✓*	✓	✗	✗
润烤	烧烤 + 蒸气	✓	✓	✓	✓
蒸气烘烤	烘烤 + 蒸气	✓	✓	✓	✓
速烤	烧烤 + 烘烤 + 微波	✓*	✓	✗	✗
	烘烤 + 微波	✓*	✓	✗	✗
	烧烤 + 烘烤	✓	✓	✓	✓

* 金属容器不能直接放置在蒸烤架上。

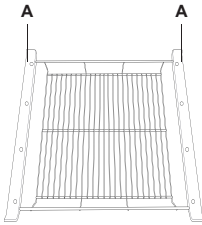
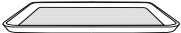


将食物直接放置在蒸烤架上或在蒸烤架上放置一个耐热玻璃容器。

附注：

1. 图示仅供参考，请以实物为准。
2. 本产品自带附件参见上面表格，其它在本说明书内提及到的烹调用具都需自行购买，例如隔热手套等。

产品附件

(继续)

附件示意图	使用	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 烧烤或蒸气功能使用蒸烤架时，放在上层、中层或下层凸轨上。 2. 组合模式内含有微波功能的在使用蒸烤架时，不能直接将任何金属容器放在蒸烤架上。 3. 仅微波模式不能使用蒸烤架。 4. 蒸烤架上的 A 部品，使用时请勿拆卸，勿丢弃。 	<p>共同点：</p> <p>本产品附件取放时，勿在炉门窗上拖动，以免损坏炉门窗。</p> <p>本产品附件上的最大放置重量为 4 千克（包含食物和餐具）。</p> <p>使用后，附件及整个炉腔内壁及顶部都很烫，以隔热手套拿取，切勿用手接触，以免烫伤。</p> <p>经常清洁本产品附件。</p>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 仅微波模式下，玻璃盘可以直接放置在平板玻璃上使用。 2. 组合模式下，玻璃盘可以放置在蒸烤架上使用。 3. 如果玻璃盘很烫，在清洗或置入冷水前，请先将其冷却，否则很容易造成玻璃盘损坏或破裂。 	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 烘烤盘仅用在烘烤，烧烤或蒸气模式。微波或含微波的组合模式下不能使用此附件。可将烘烤盘放到上层、中层或下层凸轨上使用。 2. 使用烘烤模式进行 2 层烹调时，可以将烘烤盘放在下层凸轨上，蒸烤盘放在上层凸轨上。 	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 蒸烤盘仅用在烘烤，烧烤或蒸气模式。微波或含微波的组合模式下不能使用此附件。可放到上层、中层或下层凸轨上使用。 2. 烹调食物时，把食物放在蒸烤盘中间波浪状区域。避免因食物进入周边的凹槽而不能完全烤熟。 	

附注：

1. 图示仅供参考，请以实物为准。
2. 自动菜单中请根据屏幕的提示使用合适的附件，以达到理想的烹调效果。

功能指示

1. 开门手柄

在烹调途中，炉门打开将停止烹调。关上炉门并按【开始】键后，继续进行烹调。炉门打开时炉灯会一直保持点灯状态。烹调途中打开炉门无微波外泄。

2. 门玻璃

3. 炉门安全锁

为了避免受伤，切勿将手指，小刀，勺子等其他物件插入到插销孔中。

4. 电源插头

5. 电源线

6. 平板玻璃

烹调结束待平板玻璃冷却后再进行清洁。不得将食物直接放在平板玻璃上。应始终将食物放在微波炉用容器中或容器支架上。

7. 蒸气口

8. 禁止触摸标识

9. 顶面加热器

10. 循环风扇加热器

11. 炉灯 (LED 灯)

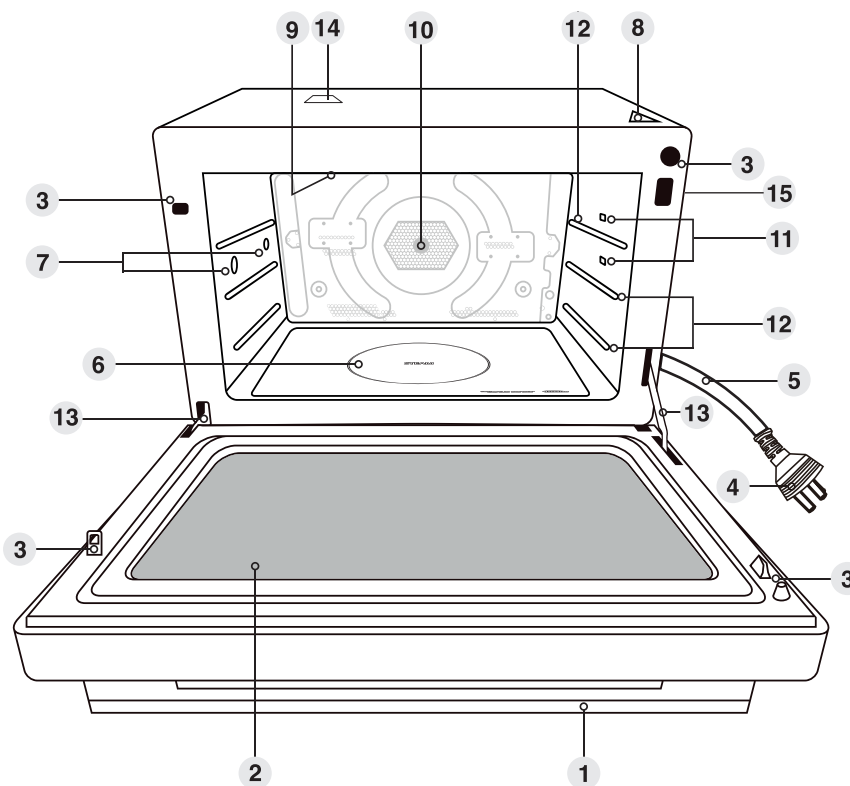
12. 附件凸轨 (上 / 中 / 下)

13. 门铰链

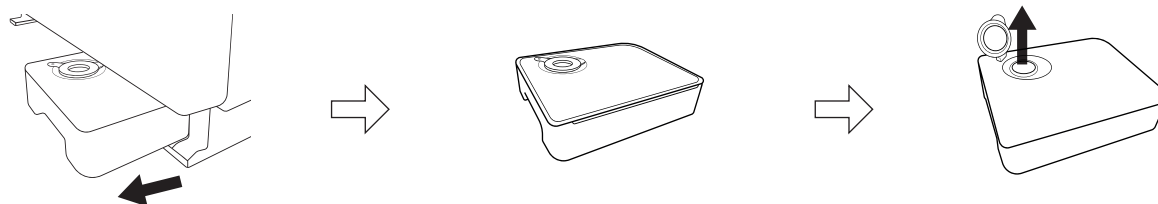
门开或门关时，切勿把手指伸入。

14. 操作注意标签

15. 中国能效标识标签



水箱的操作指南:



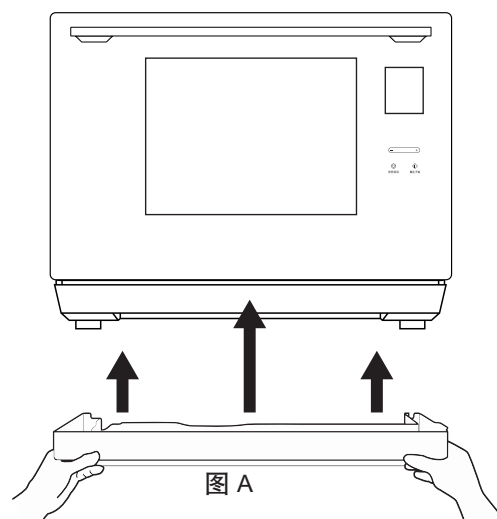
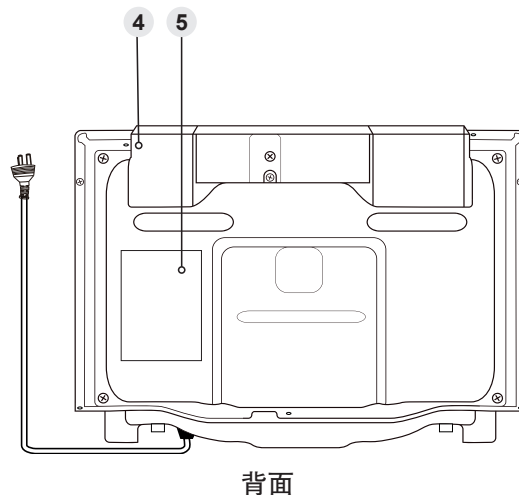
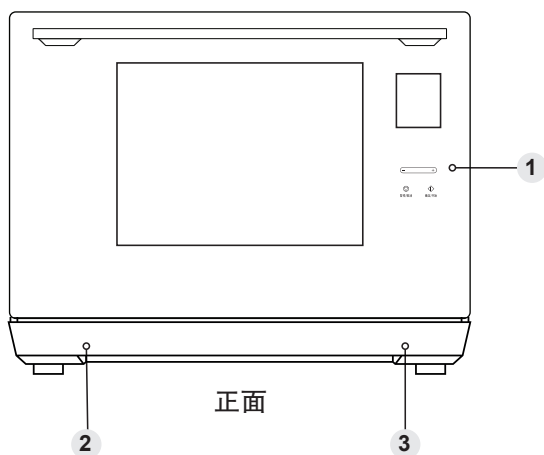
附注:

图示仅供参考，请以实物为准。

功能指示

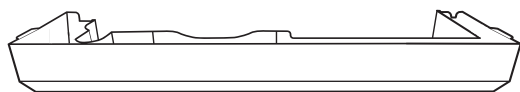
(继续)

1. 控制面板
2. 装饰板 (积水盘)
3. 水箱 (在积水盘的后面)
4. 排风口 (切勿拆卸)
5. 铭牌标签 / 警告标签



装饰板 (积水盘)

1. 使用本产品前请务必安装积水盘，它是用来收集产品在烹调过程中滴出的多余的水滴。积水盘应该经常拆下来进行清洗。
2. 在使用前，请将积水盘的卡口卡在炉脚上，如图 A 所示。
3. 安装时，请务必使用双手将卡口卡在炉脚上。
4. 拆除积水盘时，双手拿住积水盘，轻轻的拉出。放在温热的肥皂水中清洗。清洗完后，重新安装到产品上。
5. 每次使用完后请及时清除积水盘内的积水并清洗干净。
6. 不要使用自动洗碗机来清洗积水盘。
7. 清洗后应及时安装回炉脚处。

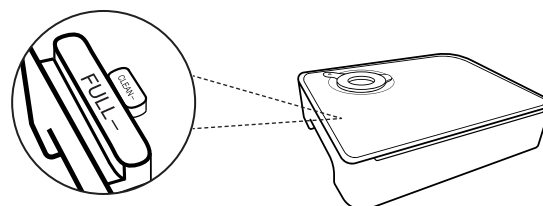


装饰板 (积水盘)

水箱

1. 注水不要超过水箱内的满水刻线“FULL”。
2. 使用蒸馏水，勿使用矿泉水。
3. 确认水箱是否安装到位，以避免漏水现象。
4. 小心移出水箱，经常清洗水箱及橡皮盖。
5. 勿拆卸水箱上的橡皮盖，防止水箱滴水。
6. 建议每周用温水清洗水箱。

注：水箱的操作指南，参见第 12 页。



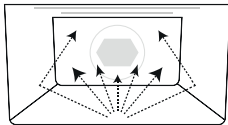
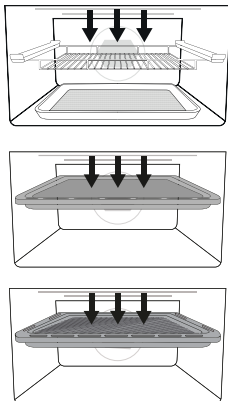
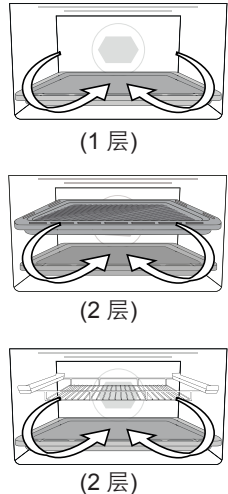
水箱刻度线

附注：

图示仅供参考，请以实物为准。

加热原理

以下表格显示各功能下所使用的建议附件放置位置,效果会因食品种类和容器条件而异。

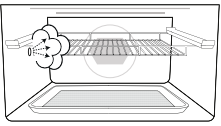
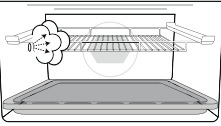
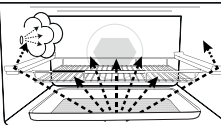
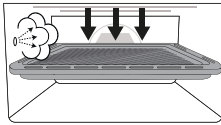
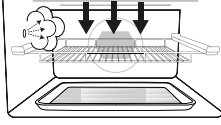
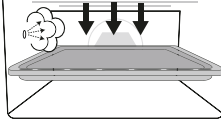
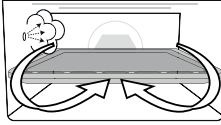
烹调模式	加热原理及适用类型	推荐的附件	容器
<p>微波</p> 	<p><u>微波的作用使得水分子之间相互碰撞而产生大量摩擦热。因此可以里外同时快速加热食物。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 解冻。 ■ 再加热。 ■ 融化：黄油、巧克力、芝士。 ■ 烹调鱼类、蔬菜、水果、蛋类。 ■ 准备食材：炖水果、果酱、酱汁、吉士、蛋奶、泡芙、酥皮、焦糖、肉和鱼等。 ■ 烘烤无需上色的蛋糕。 <p>无需预热</p>	-	微波专用容器 (金属容器除外)
<p>烧烤</p> 	<p><u>用顶面加热器加热食物。可以使食物呈现烤色。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 烤制肉类或鱼类。 ■ 烤土司。 ■ 为烘烤类菜肴或酥皮馅饼类增加烤色。 <p>无需预热</p>	<p>烘烤盘 蒸烤盘 蒸烤架</p> <p>(如果使用蒸烤架,可以将玻璃盘放在平板玻璃上,用来接多余的油脂和水分。)</p>	耐热容器, 金属容器
<p>烘烤 / 发酵 / 健康炸</p>  <p>(1层)</p> <p>(2层)</p> <p>(2层)</p>	<p><u>利用循环风扇加热器加热。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 快速烘烤糕点如：酥皮、曲奇、蛋糕卷、松饼等。 ■ 条状面包或奶油蛋糕卷，海绵蛋糕等。 ■ 烤比萨、蛋挞等。 <p>建议预热（发酵无需预热）</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 加热后请立刻取出以免残留热量使烤色变深。 ■ 加热中为维持炉内温度，请尽量避免开关炉门。 ■ 如果担心烤色不均匀，请在加热中途对调位置。 ■ 因热风会影响均匀性能，中层不适用于热风功能。 	<p>烘烤盘 蒸烤架 蒸烤盘</p> <p>耐热容器, 金属容器</p>

注：自动菜单中请根据屏幕的提示使用合适的附件。

加热原理

(继续)

以下表格显示各功能下所使用的建议附件放置位置,效果会因食品种类和容器条件而异。

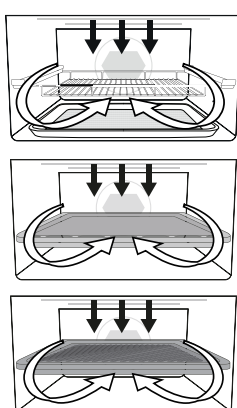
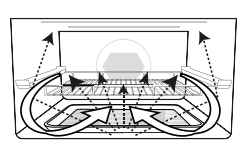
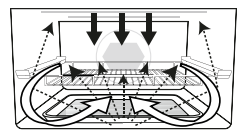
烹调模式	加热原理及适用类型	推荐的附件	容器
<p>蒸气 (纯蒸气)</p>  <p>(1层)</p>  <p>(2层)</p>	<p><u>以蒸气加热, 蒸煮完成。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 蒸鱼, 蔬菜, 鸡, 米饭, 土豆和海绵布丁等。 <p>无需预热</p>	<p>蒸烤架 (如果只使用蒸烤架, 可以将玻璃盘放在平板玻璃上, 用来接多余的油脂和水分。)</p> <p>蒸烤盘</p>	<p>金属容器</p> <p>Pyrex 玻璃和适合蒸的塑料容器。</p>
<p>速蒸 (微波 300 W + 蒸气)</p> 	<p><u>利用微波与蒸气加热食物, 保留湿润松软的口感。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 蒸鱼, 蔬菜, 鸡, 米饭和土豆等。 <p>无需预热</p>	<p>蒸烤架 (将玻璃盘放在平板玻璃上)</p>	<p>微波专用容器 (金属容器除外)</p>
<p>润烤 (烧烤 + 蒸气)</p>  <p>组合模式</p>  	<p><u>此功能是将蒸气和烧烤相结合的一种加热方式, 即在烧烤的同时喷射蒸气, 能减少食物的营养流失, 使烤出来的食物口感更嫩, 味道更鲜美。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 烹饪奶油烤菜 烤肉串 烤蛋糕 蛋挞 舒芙蕾 整鱼 <p>润烤无需预热, 蒸气烘烤建议预热。</p>	<p>蒸烤盘 蒸烤架 (如果只使用蒸烤架, 可以将玻璃盘放在平板玻璃上, 用来接多余的油脂和水分。)</p> <p>烘烤盘</p>	<p>耐热金属容器</p>
<p>蒸气烘烤 (烘烤 + 蒸气)</p> 	<p>润烤无需预热, 蒸气烘烤建议预热。</p>	<p>烘烤盘 蒸烤架 (如果只使用蒸烤架, 可以将玻璃盘放在平板玻璃上, 用来接多余的油脂和水分。)</p> <p>蒸烤盘</p>	<p>耐热金属容器</p>

注: 自动菜单中请根据屏幕的提示使用合适的附件。

加热原理



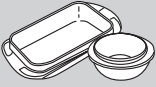

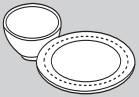


(继续)

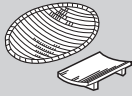


以下表格显示各功能下所使用的建议附件放置位置,效果会因食品种类和容器条件而异。

烹调模式	加热原理及适用类型	推荐的附件	容器
<p>速烤 1 (烧烤 + 烘烤)</p> 	<p>可通过同时结合烧烤和烘烤来烹饪或加热食物,让食物更加酥脆和表面更上色。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 烤红肉,厚的牛排(牛小排, T骨牛排) ■ 烤鱼 <p>无需预热</p>	<p>蒸烤架 (如果只使用蒸烤架,可以将玻璃盘放在平板玻璃上,用来接多余的油脂和水分。) 烘烤盘 蒸烤盘</p>	耐热金属容器
<p>速烤 2 (烘烤 + 微波)</p> 	<p>目前较流行的烘烤与微波相结合的组合方式。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 烤肉类与禽类。 ■ 解冻和加热酥类食品(乳蛋饼、比萨、面包、维也纳甜面包、意式宽面、奶油烤菜) ■ 烹调意式宽面、肉类、土豆或奶油烤蔬菜。 ■ 烤蛋糕和鸡蛋布丁、烤乳蛋饼、派类和塔类。 <p>无需预热</p>	<p>蒸烤架 (可将玻璃盘放在平板玻璃上,用来接多余的油脂和水分。)</p>	微波适用 & 耐热容器(金属容器除外)
<p>速烤 3 / 速烤 4 (烧烤 + 烘烤 + 微波)</p> 	<p>无需预热</p>	<p>蒸烤架 (可将玻璃盘放在平板玻璃上,用来接多余的油脂和水分。)</p>	微波适用 & 耐热容器(金属容器除外)

注:自动菜单中请根据屏幕的提示使用合适的附件。

烹调用具的选择

容器的种类	微波	烧烤
耐热性玻璃容器 	<ul style="list-style-type: none"> 果酱等产生高温的烹调请使用抗突冷、突热的超耐热玻璃容器。 	✓
不耐热性玻璃容器 	✗	✗
耐热性塑料容器 	<ul style="list-style-type: none"> 请使用有 [微波可用] 标识的容器 注 1: 请注意有的容器盖耐热性较差。 注 2: 密封性强的盖子禁止使用。 注 3: 含高油、高糖份的食物容易产生高热, 不能使用耐热性塑料容器。 	✗
不耐热性塑料容器 	<ul style="list-style-type: none"> 由下列材质制成的容器容易受到微波影响会产生变质, 因此不能使用。(聚乙烯、三聚氰氨、酚、尿素树脂等。) 注: 只有在解冻生鲜食品时, 泡沫制托盘方可使用。 	✗
陶瓷、瓷器 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 不能使用有彩图、金银装饰的容器会引起颜色剥落、打火等现象 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 内侧有彩图的容器, 可能会引起颜色剥落现象, 请不要使用。
漆器 	<ul style="list-style-type: none"> 可能会发生漆脱落、断裂现象。 	✗
铝等的金属容器 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 微波专用金属附件, 可在说明书指导下使用。 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 金属容器的把手是树脂材料的, 不能使用。





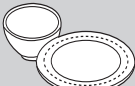


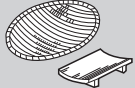


容器的种类	微波	烧烤
木·竹·纸制容器 	<ul style="list-style-type: none"> 容易引起燃烧 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 烹调温度在 230 °C 以下时, 可以使用经过耐热加工处理的纸制容器。
微波专用保鲜膜 	<ul style="list-style-type: none"> 建议使用耐热温度为 140 °C 的保鲜膜。 注: 油多的烹调不能使用。 	<ul style="list-style-type: none"> 保鲜膜遇到高温会熔化。
铝箔 (即家用锡纸) 	<ul style="list-style-type: none"> 注: 利用微波反射性质, 有时也可使用 (比如解冻生鲜食品), 但切记铝箔不可触碰炉腔内壁。 	<ul style="list-style-type: none"> 用铝箔把食物包好进行。

检查容器是否可以在微波功能下安全使用试验方法:
 拿一个玻璃杯装 300 毫升的冷水, 一起和试验的容器放进腔体里, 调至 1000 W (高火) 煮一分钟。假如这个容器保持不热, 但玻璃杯中水变热, 那么它就是安全的微波烹调容器, 若这个容器变热, 证明它已经吸收了一些微波, 绝对不可使用。请注意, 这个试验不可用在塑料容器上。



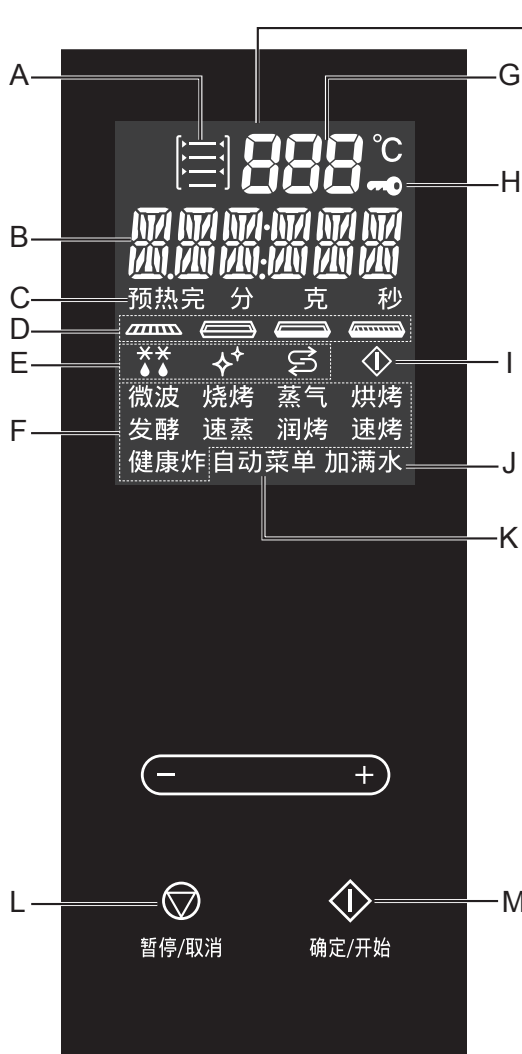
烹调用具的选择

(继续)

容器的种类	烘烤 / 发酵 / 健康炸	蒸气 (纯蒸气)	速蒸 (300 W+ 蒸气)	蒸气烘烤	速烤	润烤
耐热性玻璃容器 	✓	✓	✓	✓	✓	✓
不耐热性玻璃容器 	✗	✗	✗	✗	✗	✗
耐热性塑料容器 	✗	✓	✓	✗	✗	✗
不耐热性塑料容器 	✗	✗	✗	✗	✗	✗
陶瓷 瓷器 	注：内侧有彩图的容器，可能会引起颜色剥落现象，请不要使用。	✓	✓	✓	✓	✓
漆器 	✗	✗	✗	✗	✗	✗
铝等的金属容器 	注：金属容器的把手是树脂材料的，不能使用。	✓	✗	注：金属容器的把手是树脂材料的，不能使用。	✗	注：金属容器的把手是树脂材料的，不能使用。
木·竹·纸制容器 	注：烹调温度在 230 °C 以下时，可以使用经过耐热加工处理的纸制容器。	注：木·竹制容器及经过耐热加工处理的纸制品可使用。	✗	✗	✗	✗
微波专用保鲜膜 	· 保鲜膜遇到高温会熔化。 注：发酵可使用。	✗	✗	✗	✗	✗
铝箔 (即家用锡纸) 	✓	✓	✗	✓	✗	✓

控制面板

当您插上产品的电源插头，显示窗显示“8888”，即可开始使用。
NN-CS1100 与 NN-CS88LS 控制面板相同。



显示窗：

- A: 附件放置位置
- B: 时间 * / 火力 / 重量 / 份数 / 数量
- * 当工作时间超过 60 分钟，屏幕会显示小时和分钟。例如“1H 30”（1 小时 30 分钟）。
- C: 预热 / 预热完显示
- D: 附件显示 (蒸烤架 / 玻璃盘 / 烘烤盘 / 蒸烤盘)
- E: 变频解冻 / 炉腔清洁显示
- F: 功能显示
- G: 温度显示
- H: 儿童安全锁显示
- I: 开始显示
- J: 加满水显示
- K: 自动菜单显示
- L: 【暂停 / 取消】键
烹调前：按一次可消除已输入的程序。
烹调时：按一次可暂时中止烹调程序。再按一次即将所输入的程序消除，而显示窗上将显示冒号。
- M: 【确定 / 开始】键
程序设置完成后，按此键一次，微波炉即开始工作。如烹调时曾打开炉门或曾按【暂停 / 取消】键，则须再次按动【确定 / 开始】键令微波炉继续工作。

蜂鸣器声讯号：

正确按动炉键时，可听到蜂鸣声响，如未听到，表示设定未被接收。烹调过程中，如听到两次蜂鸣声，则是提示需对食物翻身、搅拌、重新摆放位置或错误提示。预热完成后，手动菜单会发出三次蜂鸣声，自动菜单会发出持续一段时间的长蜂鸣声。当整个烹调程序完成后，则会发出五次蜂鸣声。

附注：

1. 图示仅供参考，请以实物为准。
2. 如果您设置完烹调程序后，没有进行任何操作，包括打开或关闭炉门；6 分钟之后，电脑程序将自动取消本次设置。如果进入待机模式，显示窗将显示“:”；若要继续操作，需要炉门开关一次，恢复到显示窗显示冒号状态。
3. 在首次使用各功能前，先使用烘烤 230 °C 将微波炉（无食物，无附件）加热 10 分钟。目的是将炉腔里保护部件的过多的油脂除去。这也是唯一一次对空的微波炉进行操作（预热时除外）。

- 功能及火力设定：用于选择不同的功能及火力。
- 时间设定 *：用于设定烹调所需的时间。
- 菜单设定 *：用于在自动菜单中选择您所需的菜单编号。
- 重量 / 份数 / 数量设定：用于设定自动菜单所需的重量 / 份数 / 数量。
- 温度设定：用于设定烘烤、发酵、蒸气烘烤的温度。

* 长按 + / -，可快进或快退。

微波火力设定

此功能可以让您自行设定所需的微波火力及时间进行烹调。

1		将食物放入微波专用容器内，放在平板玻璃上，按【+/-】键选择微波。	
2	 确定/开始	按【确定】键，确定。	1000W 微波
3		按【+/-】键选择微波 800 W。 (程序默认为 1000 W。)	例如：800 W 800W 微波
4	 确定/开始	按【确定】键，确定。	800W 微波
5		按【+/-】键设置您所需烹调的时间。	例如：选择5分钟 5 00 分 秒  微波
6	 确定/开始	按【开始】键，开始烹调。 显示窗开始倒计时。 (烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)	1 4 59 分 秒 微波

附注：

显示窗示意图中“*”表示该图标为闪烁状态。

微波火力设定

(继续)



状态图标	微波火力	功率 (约)	适用类型
 微波	高火	1000 W	沸煮清水, 烹调鲜果、蔬菜, 烹调蜜饯糖果。
 微波	中高火	800 W	烹调鱼及海鲜类, 烹调肉类、家禽类及蛋类。 烹调糕饼。
 微波	中火	600 W	烹调蛋糕, 焖煮食品, 融化黄油、巧克力。
 微波	中低火	440 W	烹调较韧的肉块, 煲汤或炖品, 软化黄油。
 ** 微波	解冻	300 W	解冻。解冻肉类、家禽类或海鲜类。
 微波	低火	100 W	软化冰淇淋。

附注:

- 1.微波 1000 W 的最长烹调时间为 30 分钟, 其余火力的最长烹调时间为 1 小时 30 分钟。
- 2.烹调时间超过 1 小时的, 显示窗以小时和分钟计时。
- 3.使用此功能烹调食物, 不能使用金属容器。
- 4.不要将食物直接放在平板玻璃上。可将食物放在微波耐热容器或玻璃盘内, 再放入炉内的平板玻璃上。
使用微波功能加热或烹调食物时, 需要加盖或覆盖保鲜膜, 除非另有说明。

微波解冻设定

此功能可让您自行决定时间进行微波解冻。


1		将食物放入微波专用容器内，放在平板玻璃上，按【+/-】键选择微波。	
2	 确定/开始	按【确定】键，确定。	 微波
3		按【+/-】键选择微波 300 W。	 ** 微波
4	 确定/开始	按【确定】键，确定。	 ** 微波
5		按【+/-】键设置您所需烹调的时间。	例如：选择30分钟  分 秒 ** 微波 
6	 确定/开始	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。 (烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)	 分 秒 ** 微波

附注：

- 1.建议在烹调中途打开炉门，取出已解冻的部分，并把剩余未能解冻的部分翻身、搅拌或重新排放。
- 2.解冻完成后，请放置5~10分钟，再从炉内取出食物。

变频解冻设定 (No.2)

此功能可根据食物重量自动解冻肉类，鱼类或海鲜类。解冻重量为 100 克 ~ 3000 克。

1		食物放入微波专用容器内，放在平板玻璃上，按【+/-】键选择自动菜单。	自动菜单
2	 确定/开始	按【确定】键，确定。	1 自动菜单
3		按【+/-】键选择 No.2 变频解冻。	2 ** 自动菜单 加满水
4	 确定/开始	按【确定】键，确定。	2 ** 自动菜单 加满水
5		按【+/-】键设置您所需解冻食物的重量。 (默认解冻食物的重量是 100 克。)	例如：500 克 500 ** 自动菜单 加满水
6	 确定/开始	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。	1 8 39 分 秒 ** 自动菜单

附注：

1. 解冻食物时，请在听到两声蜂鸣声后，将食物翻转或改变放置位置。
2. 解冻完成后，请放置 5 ~ 10 分钟，再从炉内取出食物。

解冻技巧

准备食物以便解冻

解冻食品的质量取决于食品冷冻前的质量，同时取决于食品冷冻时间，以及解冻技巧和解冻时间。所选购的食物务求鲜美和品质优良，并在购买后迅速冷冻。保存一定时间。

厚塑料膜，塑料袋和冷冻薄膜都适用于包裹需要冷藏的食物。

1. 在冷冻肉类、禽类和鱼类时，应将食物分成一到两层包裹好，两层之间可铺一张蜡纸用来间隔。
2. 排去所有气体并密封起来。
3. 在密封袋上加标签注明肉的种类，日期及重量。

注：1. 如包装是使用铝箔，在解冻之前须除去所有的铝箔，以防止产生电弧。

2. 在冷冻库内的食物应保持在 -18°C 以下。（解冻之前至少已冷冻 24 小时的食物）

解冻方法

1. 将食物从包装中取出，并放在碟子上，然后将碟子直接放在平板玻璃上。
2. 在快速解冻过程中，微波炉会发出蜂鸣器声。当蜂鸣器响起时，我们需将解冻的肉类、禽类、鱼类和贝类翻身。拆散炖肉、鸡块和肉糜。分开肉排和汉堡包的肉饼。用铝箔遮盖烤肉的末端、禽类的腿和翅膀、脂肪或骨等。
3. 解冻过程中，将一些已经解冻的碎肉或肉块取出。
4. 解冻后，大块烤肉的中心可能仍然结冰。让它静置 15 到 30 分钟，并放入冰箱中继续解冻。

解冻的特别要诀

连骨肉类，例如，相等重量的连骨肉类和无骨肉类相比，连骨肉类中肉的份量轻。所以，设定超过 2000 克连骨肉类的重量宜减少 500 克；设定不到 2000 克连骨肉类重量，则应减少 200-300 克。

听到二声蜂鸣声时

翻转所有的肉、鸡、鱼及贝壳类。拆散炖肉、鸡块和肉糜；分开肉排和汉堡包的肉饼；用铝箔遮盖鸡翅膀、烤肉的末端、脂肪或骨等。

放置时间

解冻完毕后，放置一段时间，再将食物从炉中取出。食物的重量越大，放置时间也越长。

解冻技巧

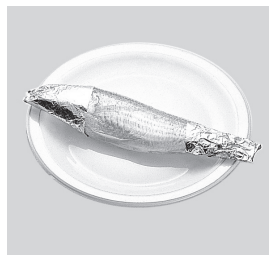
为了均匀地解冻，请在解冻过程中将食物翻转，或移动食物在盛器中的位置。



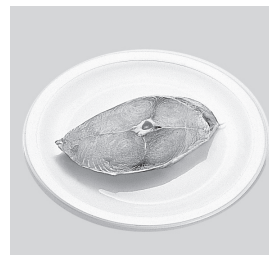
冷冻的生肉要除去包装放在盘子上解冻。



鸡腿前端细的部分要用铝箔纸包裹再解冻。



整条鱼的头和尾部用铝箔包好再解冻。



切片的鱼要除去包装放在盘子上解冻。

蒸气设定

普通蒸气设定有两种方式，分别为蒸气1（高温），蒸气2（低温）。用蒸气蒸煮，保留湿润松软，如蔬菜或海鲜类等。此外也可以加热罐头或真空食品包。

1		<p>将食物放在附件上，放入上层、中层或下层凸轨上。 按【+/-】键选择蒸气。</p>	
		<p>注：每次使用前，请在水箱里加满水。</p>	
2		<p>按【确定】键，确定。</p>	
3		<p>按【+/-】键选择蒸气2。</p>	<p>例如：选择蒸气2</p>
4		<p>按【确定】键，确定。</p>	
5		<p>按【+/-】键设置您所需烹调的时间。</p>	<p>例如：选择5分钟</p>
		<p>（最大设定时间为30分钟）</p>	
6		<p>按【开始】键，显示窗开始倒数计时。 （烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。）</p>	

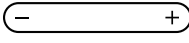


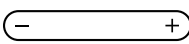


火力	适用类型
蒸气1（高温）	馒头包子类、肉类、海鲜等
蒸气2（低温）	溏心蛋、虾仁、鸡胸等

附注：

每次使用前，应在水箱里加满水。水箱的满水位是“FULL”刻度线。

烧烤设定

烧烤功能是以顶面加热器工作来烤制食物。适用于烤制薄片的肉片、禽肉片、海鲜类，也可以用来烤土司。

1		将食物放在附件上，放入上层 / 中层凸轨上。 按【+/-】键选择烧烤。	
2	 确定/开始	按【确定】键，确定。	
3		按【+/-】键选择烧烤 2。 例如：选择烧烤 2	
4	 确定/开始	按【确定】键，确定。	
5		按【+/-】键设置您所需烹调的时间。 (最大设定时间为1小时30分钟)	例如：选择30分钟  分 秒
6	 确定/开始	按【开始】键，显示窗开始倒数计时。 (烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)	  分 秒

火力	适用类型
烧烤1(高火)	薄片肉, 禽肉片, 土司。
烧烤2(中火)	薄的海鲜类, 蒜味面包。
烧烤3(低火)	较厚的肉或禽类。

附注:

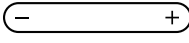

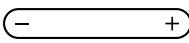

使用此功能烹调食物, 烹调结束后附件和炉腔会很烫, 请使用隔热手套。

附件建议使用方法:

1. 将食物放在蒸烤架上, 再放入上层或中层凸轨上, 玻璃盘放在平板玻璃上, 用来盛滴下的油或水。
2. 将食物放在蒸烤盘或烘烤盘上, 再放在上层或中层凸轨上。

健康炸设定

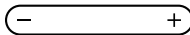
此功能可使烹调的食物在少油或无油的情况下产生煎炸的效果，比传统的油炸烹调更健康。适用于煎带鱼、炸日式面包虾、炸鸡块等。

1	 按【+/-】键选择健康炸。	预热 健康炸
	* 健康炸功能默认为有预热。	
2	 按【开始】键，开始预热。	--- °C P 预热 健康炸
3	预热结束后会发出三次蜂鸣声，显示窗显示预热完，快速将附件连同食物放入下层凸轨。	230 °C P 预热完 健康炸
4	 按【+/-】键设置您所需烹调的时间。 (最大设定时间为1小时30分钟)	例如：选择30分钟 230 °C 30 00 分 秒 健康炸
5	 按【开始】键，显示窗开始倒数计时。 (烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)	230 °C 1 29 59 分 秒 健康炸

发酵设定

发酵功能有两种温度选择，30 °C 和 40 °C。30 °C 适用于欧式面包、以及高油类面团发酵，如法棍、可颂和丹麦类面包面团。40 °C 适用于普通面团发酵，如中式面点、比萨饼底等面团。

1



将需要发酵的食物放在容器内，然后将容器放在附件上，或将食物直接放在附件上，放入中层 / 下层凸轨。
按【+/-】键选择发酵。



2



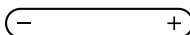
确定/开始

按【确定】键，确定。

30 °C

发酵

3



按【+/-】键选择所需发酵的温度。

例如：40 °C

40 °C

发酵

4



确定/开始

按【确定】键，确定。

40 °C



发酵

5



按【+/-】键设置您所需烹调的时间。

例如：选择 30 分钟

40 °C

(最大设定时间为 9 小时)

30 00
分 秒



发酵

6



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)

40 °C

1 29 59
分 秒

发酵

附注：

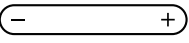


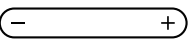

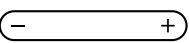

1. 本产品内的温度会因食品与室温的不同而改变，请根据发酵状态调节发酵的时间。
2. 当炉腔温度或室温大于设定的发酵温度时，食物的发酵效果可能会受影响，显示窗会自动显示“HGT”。请待炉腔温度或室温降低，“HGT”消失后再进行发酵操作，或将食物置于室温进行发酵。
3. 使用发酵功能时如需要蒸气，可以选用一按蒸气功能，参考第 39 页。

烘烤设定

烘烤可设定从 50 °C 到 230 °C 范围内的不同温度（以 10 °C 为单位递增）。它适用于烘烤肉类、鱼类以及烘焙蛋糕、比萨之类的西点。把食物放在附件上，选择合适的温度和时间后即可开始烹调。如果担心烤色不均匀，请在加热途中重新调整食物位置或旋转附件。

烘烤无预热：50 °C 到 230 °C，默认 50 °C；烘烤有预热：70 °C 到 230 °C，默认 70 °C。

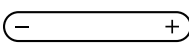



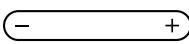




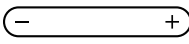

无需预热：

-  将食物放在附件上，放入上层 / 中层 / 下层凸轨。
按【+/-】键选择烘烤（无预热）。

-  按【确定】键，确定。
(默认温度为 50 °C)
50 °C
烘烤
-  按【+/-】键设置您所需烹调的温度。
例如：选择 230 °C
230 °C
烘烤
-  按【确定】键，确定。
230 °C
秒
烘烤
-  按【+/-】键设置您所需烹调的时间。
(最大设定时间为 9 小时。)
例如：选择 20 分钟
230 °C
20 00
分 秒
烘烤
-  按【开始】键，显示窗开始倒计时。
(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)
230 °C
1 19 59
分 秒
烘烤

烘烤设定

(继续)

需要预热时:

1	 按【+/-】键选择烘烤(有预热)。 预热	
2	 按【确定】键，确定。 (默认温度为 70 °C)	70 °C 预热 
3	 按【+/-】键设置您所需烹调的温度。	例如: 选择 190 °C 190 °C 预热 
4	 按【开始】键，开始预热。 (预热过程中，您可通过按【+/-】键来改变您所选的温度。)	--- °C P 预热 
5	预热结束后会发出三次蜂鸣声，显示窗显示预热完，快速将附件连同食物放入上层 / 中层 / 下层凸轨。	190 °C P 预热完 
6	 按【+/-】键设置您所需烹调的时间。 (最大设定时间为 9 小时)	例如: 选择 20 分钟 190 °C 20 00 分 秒 

下页继续

烘烤设定

(继续)

7



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)

190 °C
19 59
分 秒
烘烤

例如：

火力	温度 (°C)	适用类型
低	30/40	面团发酵，自制酸奶
	50	热盘子
	60-70	果干，牛肉干，各种香料油及香料鲜奶油，半熟水煮蛋
	80-90	慢炖，嫩烤。
	100	奶油蛋白甜饼，巧克力豆饼干
	110	蛋黄溶豆，蛋白糖饼，烤蔬菜，烤海鲜
	140	戚风蛋糕，夹心面包，水果蛋糕
中	150	马卡龙，芝士蛋糕
	160/170 °C	砂锅，馅饼，饼干
	180 °C	纸杯蛋糕，肉块
高	190 °C	烘烤酥脆的食物，千层面，点心派，鸡
	200 °C	酿青椒，烤饼，瑞士卷，玛芬
	220 °C	蔬菜卷，烤面包
	230 °C	蒜味面包，烤土豆，烤比萨

附注：

1. 预热完成后，请尽快将食物放入微波炉内进行烹调。
2. 预热时，您所选择的温度可以显示和改变。当温度出现在显示屏上时，您可以通过按【+/-】键来改变温度。
3. 在炉门没有打开的情况下，微波炉会保留所选择的预热温度大约30分钟。如果没有食物放入微波炉或不设定时间，微波炉将蜂鸣5次，然后程序会自动中断，微波炉会返回到冒号状态。一旦打开过炉门，但不进行任何操作，6分钟后微波炉将自动取消预热程序，进入待机模式，需炉门开关一次，恢复到冒号状态才能继续操作。
4. 使用此功能烹调食物，烹调结束后附件和炉腔会很烫，请使用隔热手套。

附件建议使用方法：

1层烹调：

1. 将食物放在蒸烤架上，再放入中层或下层凸轨上，玻璃盘放在平板玻璃上，用来盛滴下的油或水。
2. 将食物放在蒸烤盘或烘烤盘上，再放在中层或下层凸轨上。

2层烹调：

- 2层烹调时，将蒸烤盘或蒸烤架放入上层凸轨上，将烘烤盘放入下层凸轨上。

蒸气烘烤设定

此功能是蒸气和烘烤相结合的一种加热方式，即在烘烤的过程中喷射蒸气，使蛋糕等更加蓬松、肉质更加多汁。如果担心烤色不均匀，请在加热途中重新调整食物位置或旋转附件。

无需预热时：

-  将食物放在附件上，放入中层或下层凸轨上。按【+/-】键选择蒸气烘烤（无预热）。
注：每次使用前，请在水箱里加满水。

-  按【确定】键，确定。
(默认温度为 190 °C)

-  按【+/-】键设置您所需烹调的温度。
(可设定的温度范围为 150 °C, 190 °C - 230 °C。)
例如：选择 230 °C

-  按【确定】键，确定。

-  按【+/-】键，设置您所需烹调的时间。
(最大设定时间为 30 分钟。)
例如：选择 20 分钟

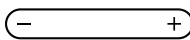
-  按【开始】键，显示窗开始倒数计时。
(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)


蒸气烘烤设定

(继续)

需要预热时:

1



按【+/-】键选择蒸气烘烤
(有预热)。

注: 每次使用前, 请在水箱里加满水。

预热



2



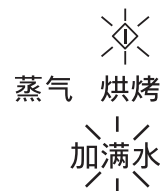
确定/开始

按【确定】键, 确定。

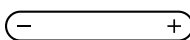
(默认温度为 190 °C)

预热

190 °C



3



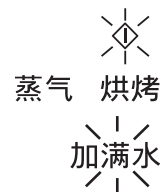
按【+/-】键设置您所需
烹调的温度。

(可设定的温度范围为 150 °C,
190 °C - 230 °C。)

例如: 选择 230 °C

230 °C

预热



4

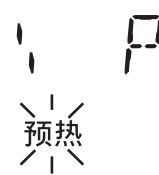


确定/开始

按【开始】键, 开始预热。

(预热过程中, 您可通过按
【+/-】键来改变您所选的
温度。)

--- °C



蒸气 烘烤

5

预热结束后会发出三次蜂
鸣声, 显示窗显示预热完,
快速将附件连同食物放入
中层或下层凸轨上。

230 °C



预热完

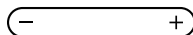
蒸气 烘烤

下页继续

蒸气烘烤设定

(继续)

6



按【+/-】键设置您所需烹调的时间。

(最大设定时间为 30 分钟。)

例如：选择 20 分钟

230 °C
20 00
分 秒



蒸气 烘烤



加满水

7



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒计时。

(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)

230 °C
1 19 59
分 秒

蒸气 烘烤

附注：

1. 预热完成后，请尽快将食物放入微波炉内进行烹调。
2. 预热时，您所选择的温度可以显示和改变。当温度出现在显示屏上时，您可以通过按【+/-】键来改变温度。
3. 在炉门没有打开的情况下，微波炉会保留所选择的预热温度大约 30 分钟。如果没有食物放入微波炉或不设定时间，微波炉将蜂鸣 5 次，然后程序会自动中断，微波炉会返回到冒号状态。一旦打开过炉门，但不进行任何操作，6 分钟后微波炉将自动取消预热程序，进入待机模式，需炉门开关一次，恢复到冒号状态才能继续操作。
4. 使用此功能烹调食物，烹调结束后附件和炉腔会很烫，请使用隔热手套。
5. 使用任何带蒸气的功能，烹调途中或结束，在打开炉门时，勿将脸靠近，以免被蒸气烫伤。
6. 在每次使用完带蒸气的功能后，用双手握住积水盘小心的将其取下。清除积水后，用温热的肥皂水清洗干净，然后重新将积水盘安装回原处。
7. 移出附件和食物时，炉腔顶部可能会有烫的水滴滴落。
8. 当你打开炉门时，蒸气可能会溢出。如果炉腔内有蒸气，请勿将双手伸入。为了防止烫伤，请使用隔热手套。

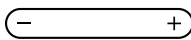
附件建议使用方法：

1. 将食物放在蒸烤架上，再放入中层或下层凸轨上，玻璃盘放在平板玻璃上，用来盛滴下的油或水。
2. 将食物放在蒸烤盘或烘烤盘上，再放在中层或下层凸轨上。

速蒸设定

此功能是蒸气与微波相结合的一种加热方式，您只需设定时间即可。用蒸气烹饪食物时同时使用微波功能，使食物在确保湿润的前提下，能快速进行烹调。

1



将食物放在附件上，放入中层凸轨。按【+/-】键选择速蒸。

注：每次使用前，请在水箱里加满水。



2



确定/开始

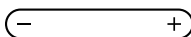
按【确定】键，确定。



速蒸



3



按【+/-】键，设置您所需烹调的时间。

(最大设定时间为 30 分钟。)

例如：选择 5 分钟

5 00
分 秒



速蒸



4



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒计时。

(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)

1 4 59
分 秒

速蒸

附注：

1. 使用此功能烹调食物，烹调结束后附件和炉腔会很烫，请使用隔热手套。
2. 使用任何带蒸气的功能，烹调途中或结束时，在打开炉门时，勿将脸靠近，以免被蒸气烫伤。
3. 在每次使用完带蒸气的功能后，用双手握住积水盘小心的将其取下。清除积水后，用温热的肥皂水清洗干净，然后重新将积水盘安装回原处。
4. 移出附件和食物时，炉腔顶部可能会有烫的水滴滴落。
5. 当你打开炉门时，蒸气可能会溢出。如果炉腔内有蒸气，请勿将双手伸入。为了防止烫伤，请使用隔热手套。

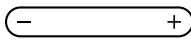
附件建议使用方法：

将食物放在蒸烤架上，再放入中层凸轨上，玻璃盘放在平板玻璃上，用来盛滴下的油或水。

润烤设定

此功能是将蒸气和烧烤相结合的一种加热方式，即在烧烤的同时喷射蒸气，能减少食物的营养流失，使烤出来的食物口感更嫩，味道更鲜美。

1



将食物放在附件上，放入中层 / 下层凸轨上。
按【+/-】键选择润烤。



注：每次使用前，请在水箱里加满水。

2



确定/开始

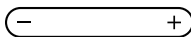
按【确定】键，确定。



润烤



3



按【+/-】键，设置您所需烹调的时间。

例如：选择5分钟

5 00
分 秒

(最大设定时间为30分钟。)



润烤



4



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒计时。

(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以1分钟为单位来逐渐增加或减少。最长10分钟。)

1 4 59
分 秒

润烤

附注：

1. 使用此功能烹调食物，烹调结束后附件和炉腔会很烫，请使用隔热手套。
2. 使用任何带蒸气的功能，烹调途中或结束时，在打开炉门时，勿将脸靠近，以免被蒸气烫伤。
3. 在每次使用完带蒸气的功能后，用双手握住积水盘小心的将其取下。清除积水后，用温热的肥皂水清洗干净，然后重新将积水盘安装回原处。
4. 移出附件和食物时，炉腔顶部可能会有烫的水滴滴落。
5. 当你打开炉门时，蒸气可能会溢出。如果炉腔内有蒸气，请勿将双手伸入。为了防止烫伤，请使用隔热手套。

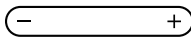
附件建议使用方法：

1. 将食物放在蒸烤架上，再放入中层或下层凸轨上，玻璃盘放在平板玻璃上，用来盛滴下的油或水。
2. 将食物放在蒸烤盘或烘烤盘上，再放入中层或下层凸轨上。

速烤设定

速烤有四种组合模式，组合模式是烹调许多食物的理想方式。微波可以快速烹饪，而烘烤或烧烤则能让它们呈现最佳的烤色和脆度。使用组合模式烹调与传统模式相比，可以缩短 $\frac{1}{2}$ 至 $\frac{2}{3}$ 的烹调时间。

1



将食物放在附件上，放入上层 / 中层 / 下层凸轨。
按【+/-】键选择速烤。



2



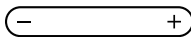
确定/开始

按【确定】键，确定。

1

速烤

3



按【+/-】键设置您所需速烤火力。
(速烤有四种火力, 详见下页。)

例如: 速烤 3

3

速烤

4



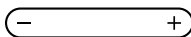
确定/开始

按【确定】键，确定。

3

速烤

5



按【+/-】键，设置您所需烹调的时间。
(最大设定时间为 1 小时 30 分钟。)

例如: 选择 20 分钟

20 00
分 秒



速烤

6



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。
(烹调过程中可以根据需要改变烹调时间。按【+/-】键增加或减少烹调时间。可以以 1 分钟为单位来逐渐增加或减少。最长 10 分钟。)

1 19 59
分 秒

速烤

速烤设定

(继续)

	速烤火力	适用类型
速烤 1	烧烤 1 (高火) + 烘烤 230 °C	烤段状面包, 马铃薯制品, 鸡块, 牛排, 排骨
速烤 2	烘烤 190 °C + 微波 300 W	整鸡, 鱼排, 整鱼, 火鸡肉
速烤 3	烧烤 1 (高火) + 烘烤 230 °C + 微波 300 W	肉馅饼, 酥皮糕点
速烤 4	烧烤 1 (高火) + 烘烤 190 °C + 微波 300 W	全鸡腿, 厚香肠, 大块肉

附注:

1. 使用此功能烹调食物, 烹调结束后附件和炉腔会很烫, 请使用隔热手套。
2. 当所选择的烹调时间少于一小时, 时间逐秒倒数计时。
3. 当所选择的烹调时间超过一小时, 时间逐分钟倒数计时, 直到只剩下“1H 00”(1小时)。然后显示窗显示分钟和秒数, 并逐秒倒数计时。

附件建议使用方法:

速烤 1:

将食物放在蒸烤盘或烘烤盘上, 再放在上层 / 中层或下层凸轨上。

速烤 2, 速烤 3, 速烤 4:

将食物放在蒸烤架上, 再放入上层 / 中层或下层凸轨上。玻璃盘放在平板玻璃上, 用来盛滴下的油或水。

一按蒸气设定


此功能可以在微波、烧烤、烘烤、发酵及速烤烹调过程中追加蒸气（最多可以追加3分钟）。烹调过程中加入蒸气能提高腔体湿度，从而使甜点类食物表面更松软、肉类食物表面保持湿润。发酵初期使用蒸气可以提高腔体湿度，更有利于面团发酵。

例如：在烘烤途中追加1分钟蒸气。

1 烘烤进行中。

230°C
1 19 59
分 秒
烘烤

.....

2  按住此键 **2** 秒钟，显示窗显示追加蒸气 **1** 分钟。

确定/开始

230°C
1 00
分 秒
蒸气 烘烤

.....

3 如果您想追加 **3** 分钟蒸气的话，请在第二步骤出现后的 **3** 秒钟内再按 **2** 次键，显示窗显示加蒸气 **3** 分钟。
(按三次时间将会变成 **0**。若想要重新设置时间请重复以上步骤)

230°C
3 00
分 秒
烘烤

在料理中使用“一按蒸气”的窍门：

烘烤烹调时：做泡芙、面包等料理时，在预热之后，加热开始时立即喷入蒸气；做蛋糕时，在预热之后，加热时间过半时喷入蒸气。

发酵：做包子、法棍等料理时，在发酵初期喷入蒸气。

附注：

1. 每次使用前，应在水箱里加满水。
2. 在预热阶段，不能使用此功能。
3. 使用“一按蒸气”功能，原来设定的手动料理的时间仍在倒计时时。
4. 追加蒸气的时间不能超过料理所剩的时间。
5. 如果追加2分钟或3分钟蒸气，【确定/开始】键按一次或两次必需在3秒钟内完成。
6. 烘烤功能使用“一按蒸气”功能时，烘烤温度和时间不能再被更改。
7. 使用此功能烹调食物，烹调结束后附件和炉腔会很烫，请使用隔热手套。
8. 使用任何带蒸气的功能，烹调途中或结束时，在打开炉门时，勿将脸靠近，以免被蒸气烫伤。
9. 移出附件和食物时，炉腔顶部可能会有烫的水滴滴落。
10. 当你打开炉门时，蒸气可能会溢出。如果炉腔内有蒸气，请勿将双手伸入。为了防止烫伤，请使用隔热手套。

儿童安全锁设定 / 取消

此功能可防止儿童胡乱启动产品，免生意外。设定后仅对操作键锁定，与门的开闭无关。请在显示窗呈现“:”状态时进行设定。

开启儿童安全锁：



按 3 次，窗口显示 。

取消儿童安全锁：



按 3 次，窗口显示 “:” 。

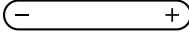
附注：


操作在 10 秒钟内完成有效。

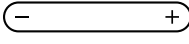
餐具消毒设定


餐具消毒

此功能适用于各类餐具的消毒（需 30 分钟）。

1  将需要消毒的餐具放置在蒸烤盘上，放入中层凸轨。按【+/-】键选择自动菜单。

2  按【确定】键，确定。

3  按【+/-】键到显示窗显示“101”。

4  按【开始】键 1 次。

自动菜单

自动菜单

自动菜单 加满水

自动菜单

1 30 00
分 秒
自动菜单

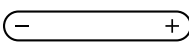
附注：

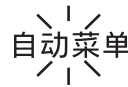
1. 餐具消毒时，蒸气温度非常高。使用前请务必确认餐具的耐热温度高于 130 °C。
2. 使用前请确认水箱是否加满水（不要超过“FULL”刻度线）。
3. 炉腔温度过高时，显示窗会显示“HOT”，请待炉腔温度降低，“HOT”消失后再进行餐具消毒操作。


炉腔清洁设定

炉腔除味



此功能适用炉腔有异味时使用（需 30 分钟）。保养前先取出所有附件，擦拭炉内脏污。


1  按【+/-】键选择自动菜单。




 自动菜单


2  按【确定】键，确定。

确定/开始



  自动菜单

3  按【+/-】键到显示窗显示“102”。

   自动菜单

4  按【开始】键 1 次。

确定/开始

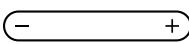
  自动菜单

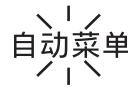
炉腔清洁设定

(继续)


炉腔清洁

此功能适用于本产品炉腔油污过多时使用（需 20 分钟）。


1  按【+ / -】键选择自动菜单。




.....


2  按【确定】键，确定。

确定/开始




.....


3  按【+ / -】键到显示窗显示“103”。



.....

4  按【开始】键 1 次。

确定/开始



附注：

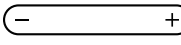
1. 使用前请确认水箱是否加满水（不要超过“FULL”刻度线）。
2. 清洁结束后打开炉门，用湿布擦拭干净。

炉腔清洁设定

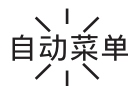
(继续)


蒸气系统清洁


此功能可使您在使用蒸气功能后把给水管路中的残留水排到积水盘里，请在使用后待炉腔完全冷却后擦干。


1  按【+/-】键选择自动菜单。

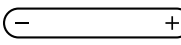
注：使用前往水箱里加 100 毫升水并清除积水盘的水。


自动菜单 


2  按【确定】键，确定。


确定/开始 


自动菜单 


3  按【+/-】键到显示窗显示“104”。

104 

自动菜单 加满水 

4  按【开始】键 1 次。

确定/开始 

30 秒 

自动菜单

附注：

1. 使用此功能时，不要移除积水盘。
2. 清洁结束后，请将积水盘清洗干净。

警告：

使用蒸气烹调后马上使用此功能时，可能会有热水排放至积水盘，拿出积水盘时请小心。

炉腔清洁设定

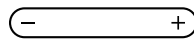
(继续)

柠檬酸清洗

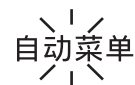
此功能适用于清洗给水管路。柠檬酸清洗后，再用清水冲洗干净。清洗和冲洗用的水会排放到积水盘中（需 30 分钟）。

准备清洁剂：将约 20 克柠檬酸完全溶解在 250 毫升水中，直接倒入水箱中。

1



按【+/-】键选择自动菜单。



2



确定/开始

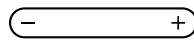
按【确定】键，确定。

注：清空积水盘，并确认水箱里已加入了准备好的清洁剂。



自动菜单

3



按【+/-】键到显示屏显示“105”。

105



自动菜单



4



确定/开始

按【开始】键 1 次。

1:29 00
分 秒



自动菜单

5

在程序自动暂停后，将积水盘里的水清除，并将水箱清洁干净，加满水。

6



确定/开始

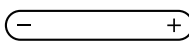
按【开始】键 1 次。程序继续运行大约 1 分钟。


附注：


1. 清洁结束后务必将水箱内残留的溶液擦干，并将积水盘清洗干净。
2. 使用此功能时，不要移除积水盘。
3. 溶液不要超过水箱内的“CLEAN”刻度线。


再加热设定 (No.1)


此功能为您设定了适合冷饭、冷菜的再加热程序。使用此功能，不需要设定食物的重量或烹调火力及时间，微波炉炉腔内的智能感应器能自动检知食物散发出来的水蒸气量来调节烹调火力和时间。建议加热的食物重量范围为 200 克 ~ 1000 克。烹调时，请将食物放在微波安全容器内，并将容器放置于平板玻璃的中央位置。

1  按【+ / -】键选择自动菜单。

 自动菜单

2  按【确定】键，确定。

确定/开始  自动菜单

3  按【开始】键，开始烹调。

确定/开始

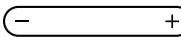
附注：


1. 此程序仅适用于再加热冷饭、冷菜，加热前冷饭中先洒些水，冷菜先搅拌均匀。为了达到最佳烹调效果，加热时建议略微开盖或保鲜膜略微留出透气口。如果使用密封的容器或紧包保鲜膜，水蒸气可能无法正常导出，智能感应器将不能检知水蒸气，从而影响烹调效果。
2. 此程序不适用于加热液体、冷冻食品，高密度食品，以及高脂肪食品等。
3. 当炉腔过热时，显示窗将显示“HOT”，此时不能使用该功能。只有当“HOT”显示消失后才能使用。
4. 室温高于 35 °C 时，可能影响智能感应器工作。
5. 烹调前，请保持微波炉炉腔内和烹调容器的干燥，如有残留的水分将会影响智能加热的烹调效果。
6. 智能加热工作时，请勿随意打开炉门，以免影响智能感应器工作。
7. 烹调结束后，请将食物放置一会儿再取出。掀起盖子或保鲜膜时，请注意高温水蒸气的烫伤危险。

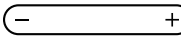
饭菜保温设定 (No.3)


此功能为您设定了可将煮熟的食物（如饭、菜等）在烹调后能保持 30 分钟的热量。

- 份量为 3 人份（1000 克）。
- 食物的初始温度为 80 °C 左右。
- 不能加热冷藏或冷冻的食物。
- 需包覆保鲜膜。

1  将加热好的食物放入微波专用容器内，放在平板玻璃上，按【+/-】键选择自动菜单。

2  按【确定】键，确定。

3  按【+/-】键到显示窗显示“3”。

4  按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

自动菜单

自动菜单

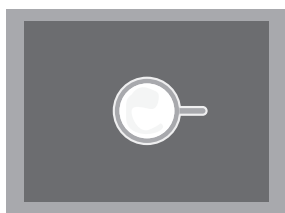
自动菜单

自动菜单

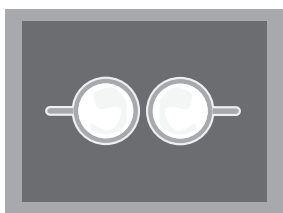
热牛奶设定 (No.4)

准备

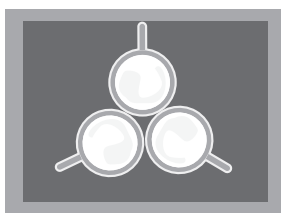
- 请使用广口且较浅的容器。
- 容器内放 8 分满。
- 加热前后务必搅拌。
- 牛奶每杯 200 毫升，初始温度为 8 ~ 10 °C。
- 加热时容器直接放在平板玻璃上，按下图所示进行放置（容器请勿放在边缘，有沸腾的危险）。



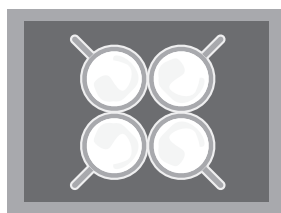
1 杯



2 杯



3 杯



4 杯

警告



请勿过度加热饮料（小心突沸现象）

加热后取出时，可能突然沸腾飞溅开来，造成烫伤。

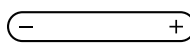
- 自动加热时请务必根据本页记载，具体设定方法参见下页。



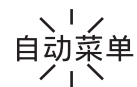
热牛奶设定 (No.4)

(继续)

1



按【+/-】键选择自动菜单。



2



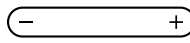
确定/开始

按【确定】键，确定。



自动菜单

3



按【+/-】键到显示窗显示“4”。



自动菜单

4



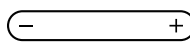
确定/开始

按【确定】键，确定。



自动菜单

5



按【+/-】键，设置您所需热牛奶的份数。

例如：2杯



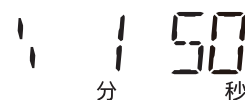
自动菜单

6



确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

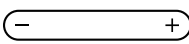

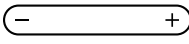

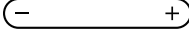



自动菜单

自动菜单设定 (No.5 ~ No.100)

此功能为您设定了多个常用菜单不同份量的程序。按提示操作，无需对功能、温度和时间进行设定，即可自动完成烹调。按【+/-】键时，显示窗会显示相对应的菜单序号。

操作方法如下（除第 22, 24-34, 36-37, 40, 52, 54, 61-62, 68-71, 74 个菜单）：

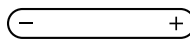
1	 按【+/-】键选择自动菜单。	自动菜单
2	 按【确定】键，确定。 确定/开始	自动菜单
3	 按【+/-】键，选择您所需烹调的菜单序号。	例如：选择第 35 个菜谱“烤红薯”
4	 按【确定】键，确定。 注：如果选择的菜单仅一个份量，则省略第 4、5 步。 确定/开始	自动菜单
5	 按【+/-】键，设置您所需烹调的重量、份数或数量。	例如：1000 克
6	 按【开始】键，显示窗开始倒数计时。 确定/开始	自动菜单

自动菜单设定 (No.5 ~ No.100)

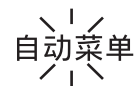
(继续)

第 22, 24-34, 36-37, 40, 52, 54, 61-62, 68-71, 74 个菜单, 操作方法如下:

1



按【+/-】键选择自动菜单。



2



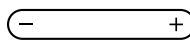
确定/开始

按【确定】键, 确定。



自动菜单

3



按【+/-】键, 选择您所需烹调的菜单序号。

例如: 选择第 54 个菜谱“蜜汁叉烧”

54

自动菜单

4



确定/开始

按【确定】键, 确定您所需烹调的菜单序号。

注: 如果选择的菜单仅一个份量, 则省略第 4、5 步。

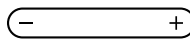
500

克



自动菜单

5



按【+/-】键, 设置您所需烹调的重量、份数或数量。

例如: 1000 克

1000

克



自动菜单

下页继续

自动菜单设定 (No.5 ~ No.100)

(继续)

6



确定/开始

按【开始】键，开始预热。



自动菜单

7

预热结束后会发出长蜂鸣声，显示窗显示预热完，快速将蒸烤盘连同食物放入下层凸轨。



自动菜单



54



自动菜单

8



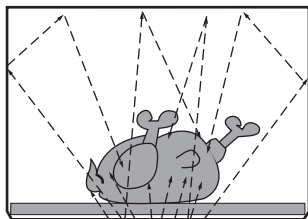
确定/开始

按【开始】键，显示窗开始倒数计时。

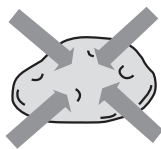


自动菜单

微波炉加热原理



受到微波照射时



含水食物的吸收



穿过陶瓷器、玻璃等



被金属反射

微波是一种高频率的电磁波，其本身并不产生热，在宇宙、自然界中到处都有微波，但存在自然界中的微波，因为分散不集中，故不能加热食品。微波炉乃是利用其内部的磁控管，将电能转变成微波，以每秒 2450 MHz 的振荡频率穿透食物，当微波被食物吸收时，食物内的极性分子（如水、

脂肪、蛋白质、糖等）即被吸引，以每秒钟 24 亿 5 千万次的速度快速振荡，使得分子间互相碰撞而产生大量摩擦热，微波炉即是利用此种由食物分子本身产生的摩擦热，里外同时快速加热食物的。

食物的特性

烹调方法和食物特性是密切相关的。在用微波烹调时，它会显得更加明显。

体积与数量

一般份量少的食物比份量多的熟得快。

形状

体积大小差不多的食物加热情况比较平均。为了弥补大小不均而造成的加热偏差，可将薄片置于盘中间而将厚块放在盘边进行调整。



开始的温度

常温食物比冷冻食物的加热时间短，因此上述两种状态的食物加热特性并不一致。

骨头和脂肪

加热带骨的食物时，因为脂肪吸收微波能力比骨头强，其周围部分比较容易熟，所以带骨食物的加热情况不均匀。



密度

加热松软食物的时间比加热硬实食物的时间短。



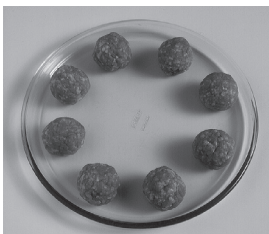
烹调技巧

时间

每份食谱都备有烹调参考时间。但是由于食物具体的形状，加热前的温度和所处的位置不同，必须相应调整加热时间。通常按照食谱参考时间设定最短加热时间，看看食物的熟透程度后再加时间烹调，若一开始就用长时间烹调的话，熟透食物是无法变生的。

空间距离

烹制烘焙小份食物时，尽量将食物排列成圆形，这样烘烤程度会比较均匀。



同样的，将食物顺着烘盘的外形排列，而不是凌乱、无规则地排列，并且，不要将食物叠放在一起。



穿刺

在微波烹调期间，有些食物的表皮或膜会阻止蒸气外流。在没有烹调之前，将这些食物的皮剥掉或穿刺些洞和切缝，以便让蒸气蒸发。

蛋—用牙签刺穿蛋黄2次，蛋白数次。

蛤和蚝—用牙签刺数次。

土豆和蔬菜—用叉刺穿。

香肠和腊肠—将熏过的香肠和腊肠划痕。用叉刺穿肠衣。



颜色素

肉类和家禽被烹制 10-15 分钟后会自动会显有如被烧或烤过的效果，原因是肉类本身的脂肪容易吸收微波，所以能够产生烤或烧的效果。假如要缩短烤或烧食物的时间而又要到良好的颜色效果，必须在未烤之前，涂上深色酱油或辣酱油。做快熟面包或松饼时，用黄糖代替糖粒，或者在烘烤之前撒些深色的香料于表面上。

遮盖

当采用微波烹调时，水份会蒸发。因为微波烹调是内外同时加热而不是直接烧热的，所以蒸发速度不容易控制。但是只要利用遮盖盛器，这个缺点将会容易地改正过来。可是除非指明，全部食谱是不加盖煮的。利用蜡纸或纸巾可以保持一定程度的食物水份。

搅动

采用微波烹调时，应根据需要搅动食物。在食谱中，一般用一次、二次、时常或偶尔等词表示所需的食物搅动次数。常将靠近容器的部分搅向中心，而将未热熟的搅向外面。

转动和重新放置

有时候不可能通过搅动食物重新分散热力。这个时候微波集中在食物中的某一部分。为了得到均匀的烹调，可重新放置或移动食物。通常在烹调中途翻转食物，将大块的食物如肉或鸡翻转。小块的食物如鸡肉、小虾、汉堡包式猪肉排需要移动位置，交换在盘上排放的食物内外位置。

放置时间

微波炉停止工作之后，利用导热原理，食物还可以继续烹调。煮肉类时，假如加盖放置 10-20 分钟，内热将会上升 5 °C-15 °C。蒸冷冻食品和蔬菜的放置时间比较短，但这是为了让热的中央食物向旁边传热，食物本身不会热。

更改喜爱的食谱

这些容易更改为微波烹调的食谱。作为基本规则，是将普通的食谱更改为微波食谱时，将时间减至 1/4。同时，寻找同样的微波食谱和相应固定的时间和火力，在烹调之前，应该先用调味料腌食物，烹调结束再加盐，以免水份析出过多。

焖的食物不必在烹调之前预先煎黄。假如有煎油的话，应该先把多余的油或脂肪倒掉。将焖肉切成 2.5 厘米块。将红萝卜、土豆和其它较硬的蔬菜切成小块。

红萝卜应该切成薄片，土豆切丁，用玻璃盖盖住后用高火煮至水沸，然后转向低火，偶尔搅动一次。

附注：放一个小碟在肉类或蔬菜上，能够避免过度煮熟。

微波炉可以把汤类的食谱烹调得很好，将食物分切均匀，加入汤里。选择比较大的盘以方便搅动。使用玻璃盖或特制塑料盖，可以减少烹调时间。

微波解冻建议时间

图表中的解冻时间为完全解冻食物所需的时间（即在零下 18 °C 或更低的温度下冷冻至少 24 小时的食物）。

食品	大致参考时间 以 500 克计 (分钟)	说明
肉类		
牛肉		
碎牛肉	6 - 8	在解冻的半途中，弄散绞碎的牛肉、分开肉排，并取出已解冻的肉类。 解冻过程中，将肉类翻转两至三次。 在解冻的半途中，遮盖烤肉边缘及形状不均匀的末端。
烤：牛腿肉	7 - 9	
烤：牛柳	7 - 9	
烤：颈部或臀部	6 - 8	
烤：牛腩，牛肉卷	7 - 9	
牛扒	6 - 7	
牛五花	6 - 8	
羊肉		
烧羊肉	6 - 8	大块烤肉的中心可能仍然结冰。将它搁置一段时间。
羊扒	5 - 7	
羊肋骨	5 - 7	
禽类		
全鸡	7 - 9	在解冻过程中将禽类翻转两至四次。在解冻的半途中用铝箔遮盖鸡腿、鸡翅、脂肪或骨头。 弄散鸡块，并将小块的鸡块取出，例如鸡翅部位会比大块的鸡肉更快完成解冻。 用冷水冲洗禽类去除表面的冰晶。在烹饪前，将它放置 5 到 10 分钟。
鸡块	7 - 8	
鸡柳	6 - 8	
鸭	6 - 8	
鱼类 & 贝类		
鱼片	7 - 9	在解冻的半途中，将整条鱼或鱼块翻身。 此外，分开虾和贝类，并取出已经解冻的鱼块。 在烹饪前，将它放置 5 到 10 分钟。
整条鱼	6 - 8	
蟹肉	5 - 7	
龙虾尾	5 - 7	
扇贝	4 - 6	
大虾	5 - 7	

再加热食谱建议烹调时间

以下图表提供的时间只作为参考，实际烹调效果会根据实物的起始温度、大小及数量发生变化。通过微波炉再加热的糕点与面包只会变得松软不会变脆。

食品	重量 / 数量	火力档	大致参考时间	说明
蔬菜罐头				
烤豆子	200 克	1000 W	1 分 30 秒	将食物加盖放在耐热的微波容器中，并放在平板玻璃中央。烹调进行至一半时，进行搅拌。使用速蒸时。无需加盖。
	415 克		2 分 30 秒	
香肠焗豆	415 克		2 分 30 秒	
蚕豆	300 克		2 分钟	
棉豆	210 克		1 分 30 秒	
迷你胡萝卜	300 克		速蒸	
青豆	400 克	5 分钟		
蘑菇	285 克	1000 W	2 分钟	
豌豆泥	300 克		2 分钟	
迷你豌豆	290 克		2 分钟	
豌豆	290 克		2 分钟	
大豌豆	300 克	速蒸	6 分钟	
甜玉米	200 克		3 分钟	
	330 克		5 分钟	
番茄	400 克		5 分钟	
饮料				
杯装冰牛奶	235 毫升	1000 W	2 分 30 秒	放在耐热的微波容器中，并放在平板玻璃中央。加热途中和结束，进行搅拌。
罐装冰牛奶	568 毫升		4 分钟	
咖啡 / 茶 / 牛奶咖啡	235 毫升		1 分 20 秒	
糕点				
糕点 - 通过微波再加热的糕点会变得松软。	150 克	1000 W	1 分 30 秒	放在耐热的微波容器中，并放在平板玻璃中央。
	150 克	蒸气烘烤	7-8 分钟	放在蒸烤盘上并放在下层凸轨上。
	300 克 (2 个)			

检查要点：

微波炉重新加热后，请务必检查食物是否变热。 如果不确定，请放回微波炉。加热后食物仍然需要一段放置时间，特别是不能搅拌的食物。食物越稠，放置时间越长。

常用食谱建议烹调时间

食品	重量 / 数量	火力档	大致参考时间	说明
肉类				
羊关节肉	450 克	180°C	5 分熟: 25 分钟 每增加 450 克 增加 15 分钟	预热后将食物放在烘烤盘上并放入下层凸轨上, 烹调结束后静置 10 分钟方便切块。
			或全熟: 30 分钟 每增加 450 克 增加 20-25 分钟	
羊扒 / 羊肉片	340 克 (4 块)	烧烤 1	5 分熟: 10-12 分钟 全熟: 14-16 分钟	将食物放在烘烤盘上并放入上层凸轨上, 中途翻身。
牛关节肉	-	230°C 后 180°C	每 450 克先用 230°C 烤 20 分钟, 再用 180°C 烤 3 分熟: 15 分钟 5 分熟: 25 分钟 全熟: 35-40 分钟	预热后将食物放在烘烤盘上并放入下层凸轨上, 中途翻身。
牛臀片 / 牛里脊片	200 克 (厚度不超过 3 厘米)	烧烤 1	5 分熟: 18 分钟 全熟: 25 分钟	将食物放在烘烤盘上并放入上层凸轨上, 中途翻身。烹调结束后静置 10 分钟。
鲜鱼				
鱼块	280 克	600 W	7 分钟	将食物放入耐热安全容器中, 加入 15 毫升水, 覆保鲜膜, 戳洞, 放在平板玻璃中央。
	700 克	600 W	8-9 分钟	
鱼排	300 克 (4 块)	速烤 2	10 分钟	将食物放在蒸烤架上并放入下层凸轨上, 再将玻璃盘放置在平板玻璃中央。
整鱼	225 克 - 300 克	1000 W	4 分钟	将食物放入耐热安全容器中, 刺穿鱼皮, 加入 30 毫升液体调味料, 覆保鲜膜, 在表面戳洞, 放在平板玻璃中央。
冻鱼				
炸鱼块	220 克 (2 块)	速烤 3	10 分钟	将食物放在蒸烤架上并放入下层凸轨上, 再将玻璃盘放置在平板玻璃中央。中途翻身。
袋装鱼肉酱	150 克	1000 W	6 分钟	将装有鱼肉酱的袋子放在耐热安全容器里, 戳洞, 中途摇晃以便受热均匀。
家禽类				
鸡胸肉 (去骨去皮)	250 克	蒸气 1	30 分钟	水箱中加满水, 将食物放在蒸烤盘上并放入中层凸轨上。
鸡腿	1.0 千克	速烤 1	35-40 分钟	将食物放在蒸烤盘上并放入下层凸轨上, 中途翻身。
全鸡	-	速烤 2	每 450 克 烤 14-15 分钟	鸡胸朝下放在倒扣的微波耐热碟上, 再放在微波耐热容器里, 然后放在平板玻璃中央。中途翻身。
新鲜蔬菜—蒸煮				
西兰花	250 克	蒸气 1	12 分钟	水箱中加满水, 将食物放在蒸烤架上并放入中层凸轨上。
豌豆	200 克		5-6 分钟	
蒸马铃薯	500 克		25 分钟	
菠菜	200 克		5-6 分钟	
米饭				
白米饭	250 克	1000 W	12-13 分钟	微波耐热容器中加入 550 毫升开水。不加盖, 中途搅拌。
面食				
螺旋状意面	200 克	1000 W	12 分钟	微波耐热容器中加入 550 毫升开水和 15 毫升油。加盖, 中途搅拌。
意大利面	250 克	1000 W	8-10 分钟	微波耐热容器中加入 700 毫升开水和 15 毫升油。加盖, 中途搅拌。

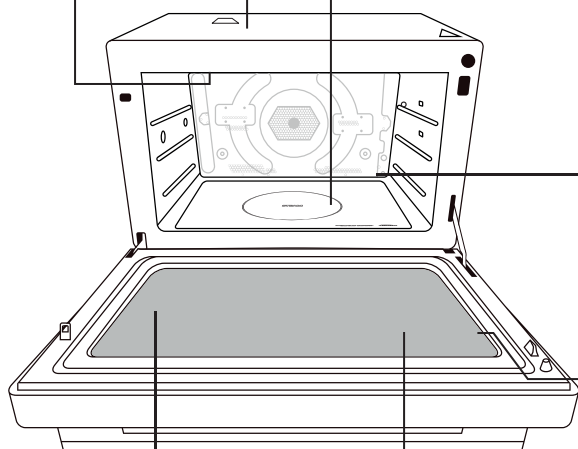
清洁保养

请务必在冷却状态下进行清洁与保养。清洁本产品之前，须从插座上拔下插头。不能使用蒸汽清洁器清洗本产品。

清洁顶面加热器时，必须待其完全冷却之后方可进行。在清洁时，请务必小心用软布擦拭。

请用微湿的布来清洗本产品表面部分，为防止损伤产品内操作部件，不要让水渗入通风口或排气口。

平板玻璃必须经常清洁，但是必须在冷却状态下使用清洁剂擦洗并擦干。



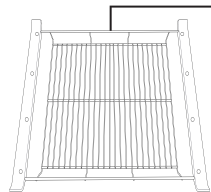
应定期清洁本产品并清除本产品所有食物残渣。保持炉腔清洁。如溅出的食物或溢出的液体积在炉腔内，请用湿布擦去。若炉内相当肮脏则可用软性清洁剂。不可使用粗糙、磨损性的清洁剂。请把炉腔内附着的油渍和食品残留物擦拭干净。附着的油渍和食品残留物在加热时可能会引起冒烟和打火。请在炉腔完全冷却的条件下进行清洁。

如控制面板被弄湿。请用软性干布抹擦。不能用粗糙、磨损性的物品擦控制面板。擦完之后请按【暂停/取消】键以清除显示窗上的显示。

如有水蒸气积在炉内或炉门周围，可用软布擦净。在本产品正常运转和湿度高的情况下都可能产生这种现象。

请使用软性湿布清洗炉门及炉门玻璃。如果油污难以清洗，可用软布沾取少量软性洗剂进行清洗。不要让清洁剂残留。

使用后请及时用清洁剂清洗。请勿使用具有磨损性的物品进行清洁。（如钢丝球等）



关于维修服务

如本产品损坏需要修理，请立即拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店，详情请参考保修证所记内容。

注意：

1. 使用时如发现任何问题或困难，请拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心：4008-811-315，也可登录 Panasonic 官方网站 <http://www.panasonic.com>。
2. 维修时一定要送到 Panasonic 认定维修店由专业维修人员进行修理。
3. 如需要更换炉灯，请向 Panasonic 认定维修店查询。更换炉灯等部件必须采用本公司的专用型号。
4. 如果电源软线损坏，为避免危险，必须由我公司、我公司维修部或类似部门的专业人员来更换。
5. 维修时请参照《维修手册》。
6. 维修人员在维修时应注意不要暴露在由微波发生器或其它传导微波部件所发出的辐射中。

清洁保养

(继续)

水箱清洁

用软海绵沾水清洗



移出水箱后，清洁水箱与水箱插入口周围的污垢。

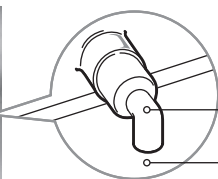


给水盖（橡皮盖）



水箱盖

打开给水盖，拆下水箱盖和排水管盖后清洗。



排水管盖

一定要朝下

如果排水管盖难以取下时，需要左右轻轻摇动后取下。请依以上图示，排水管盖朝下安装。

（安装方向不正确则无法吸到底部的水）

密封圈（可以拆下清洗）

安装时请注意内外侧要正确安装。否则有可能漏水或无法盖上。



内侧（平坦）



外侧（突起）

附注：

1. 至少每周清洁水箱一次，以防止水垢积聚。
2. 不要使用洗碗机清洗水箱及水箱的零件。

要求维修服务之前

问题

起因

解决方法

产品无显示。

没有插紧电源。

拔除插头，待 10 秒钟后再重新插上电源。

居室中供电线路中的保险丝烧断或漏电保护器动作。

重新装置 10 安培以上的保险丝或重新设定漏电保护器。

插座有问题。

用其它电器再测试插座是否有问题。

待机状态。

打开炉门，再关上。

产品不能启动加热。

炉门未关妥。

小心关好炉门。

未按【确定 / 开始】键。

按【确定 / 开始】键。

输入其他程序。

按【暂停 / 取消】键清除已输入的程序，然后重新输入烹调程序。

烹调程序输入错误。

参考说明书，正确输入烹调程序。

不慎按下【暂停 / 取消】键。

重新输入烹调程序。

无蒸气

水箱内有无水？
水箱是否正确安装到位？

请将水箱加满水并妥善安装。

显示窗显示“HOT”。

产品腔体内温度过高。

等待炉腔冷却后再使用。

显示窗显示 U14

水箱中缺水。
在满水情况下，根据使用环境不同，料理中也可能会出现 U14。

料理中前两次出现 U14，请重新在水箱中加满水，装回到本产品，按【开始】键继续烹调。如果第三次再出现 U14 则不可再继续料理。

显示窗显示“☞”后长时间不进行清洗，水垢会积聚在排水管内壁。

请使用柠檬酸清洗功能。

要求修理服务之前

(继续)

问题

起因

解决方法

产品停止工作并且显示窗显示“H97”，“H98”或“H00”。

产品发生系统故障。

联络 Panasonic 认定维修店进行维修。

蒸气喷出口、积水盘炉腔内出现白色的粉末。

白色的粉末是水蒸发后残留的矿物结晶体，属自然物质，对人体无害。

可使用自动菜单中的 104 及 105 以清洁蒸气系统及给水管路以改善情况。如结晶体依附在喷嘴或炉腔内，可使用拧干的抹布擦拭。请在使用蒸气功能或清洁后，将积水盘内的积水倒掉，并使用海绵擦拭干净。

显示窗显示“D”。

产品被设定为演示模式。

退出演示模式操作：
按【+/-】键选择微波；
【确定/开始】键 4 次，
(按此键时无声音是正常的)
【暂停/取消】键 4 次。

* 演示模式是专为电器店陈列而设的。当演示模式状态时，不发射微波。
若微波炉出现故障，请立即拨打 Panasonic 顾客咨询服务中心或联系 Panasonic 认定维修店。

要求维修服务之前

(继续)

下列情况均属正常：

微波炉干扰电视接收。	使用微波炉时，广播、电视、无线网络连接、无绳电话、婴儿监视器、蓝牙或其他无线设备可能会发生干扰。此类干扰类似一些小型电器，如搅拌机、吸尘器、电风扇等所引起的干扰。这并非表示微波炉发生故障。
使用蒸气时有声音	这是水箱吸水时混入空气造成的声音，是正常现象。
使用各种烘烤功能的过程中及之后，炉腔后部可能会发出“吧嗒…吧嗒…”的声音。	这是由于产品使用的金属材料发生热胀冷缩造成的原因，属于正常现象。
蒸气积聚于炉门和有热风从排气口排出。	烹调时，食物会有蒸气散发，而大部分会从排气口排出，但蒸气会在较凉的地方如炉门上凝聚，这是正常现象。
蒸气从炉门四周缝隙处溢出。	使用与蒸气相关的功能时，产品运转过程中炉腔内会产生大量蒸气，部分蒸气可能从门缝四周漏出，这是正常现象，不会因此引起微波泄漏。
未摆放食物而不慎启动本产品。	空着炉短时间工作，对于产品是不会造成损害的。但用户应尽量避免。
当使用各种烧烤或烘烤功能时，产品有白烟冒出及异味。	产品必须定期擦洗，特别在使用这些功能后，任何积聚在炉腔顶部及炉壁的油渍都会引起白烟冒出。
烹调结束后风扇仍在工作。	这是产品冷却腔体和电子元件，属于正常现象。
门密封圈可能会产生变形。	门密封圈在高温作用下可能发生变形的情况，这并非损坏，属于正常现象，不影响产品本身性能及使用。
首次使用各种烧烤或烘烤功能时，产品有少量白烟冒出及异味。	这是由炉腔里保护部件的过多的油脂挥发所引起的。
电源线连接机器平板玻璃部位如有松动。	这属于正常现象，非损坏。

产品中有害物质或元素名称及含量

部品名称	有害物质或元素					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
外部部件	○	○	○	○	○	○
电器部件	○	○	○	○	○	○
内部部件	○	○	○	○	○	○
控制部件	×	○	○	○	○	○
附属部件	○	○	○	○	○	○

本表按照 SJ/T11364 的规定编制。

○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T26572 规定的限量要求以下。

×：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T26572 规定的限量要求。



本产品说明书所述的正常情况下使用时的“环保使用期限”为15年，该期限引用自中国家用电器协会《关于家用电器环保使用期限的指导意见》。

食品接触用信息

请根据说明书要求正常使用本产品。

本产品食品接触用材料及部件符合 GB 4806.1-2016、GB 9685-2016、GB 31603-2015 以及相应材料食品安全国家标准要求，具体信息如下：

材质	用途	执行标准	备注
不锈钢 06Cr19Ni10 (SUS304)	腔体内胆、温度传感器探头、烤架	GB 4806.9-2016	—
不锈钢 06Cr17Ni12Mo2 (SUS316)	水箱组件 (弹簧)	GB 4806.9-2016	—
不锈钢 06Cr19Ni10 基材 (SUS304) / 耐热氟素涂层	腔体内胆基材, 涂层	GB 4806.9-2016 GB 4806.10-2016	不得接触酸性食品
锌铁合金钢板基材 / 环氧涂层	门体基材, 涂层	GB 4806.9-2016 GB 4806.10-2016	不得接触酸性食品
钢板基材 / 搪瓷	蒸烤盘, 烘烤盘	GB 4806.9-2016 GB 4806.3-2016	—
不锈钢 06Cr19Ni10 (SUS304)	蒸烤架	GB 4806.9-2016	—
铝合金	蒸气加热器	GB 4806.9-2016	仅接触水
PP	水箱组件 (水箱盖、导水管、水箱轴、接头)	GB 4806.7-2016	仅接触水
ABS	水箱组件 (水箱盖、导水管、水箱轴、接头), 水泵壳体	GB 4806.7-2016	仅接触水
AS	水箱组件 (水箱、水箱盖)	GB 4806.7-2016	仅接触水
PPS	连接管	GB 4806.7-2016	仅接触水
橡胶 / 硅橡胶	水管、密封垫圈, 等	GB 4806.11-2016	水管仅接触水
玻璃	玻璃盘、平板玻璃、内门屏等	GB 4806.5-2016	—

备注：

产品不宜作为容器长期存储食品。

本系列产品包含以上食品接触材料，部分机型可能不含个别材料，以实际产品为准！

规格

型号	NN-CS1100	NN-CS88LS
额定电压	220 V ~ 50 Hz	
额定输入功率	微波	960 W
	电热 (烧烤)	1350 W
	电热 (烘烤)	1380 W
	电热 (蒸气)	1330 W
初期输入电流 (微波)	7.2 A	
组合模式输入电流	8.9 A	
额定输出功率 (微波 ^{*1})	1000 W	
外形尺寸 (宽 × 深 × 高)	(含手柄)	500 mm × 480 mm × 391 mm
	(不含手柄)	500 mm × 437 mm × 391 mm
腔体尺寸 (宽 × 深 × 高)	410 mm × 320 mm × 240 mm	
炉腔容积	31 L	
微波振荡频率	2450 MHz	
产品净重	21.5 kg (不含附属品)	
噪声 ^{*2}	61 dB(A) (声功率级)	
能效等级	1	
效率值 (%) ^{*3}	60	
待机功率 (W) ^{*3}	1.0	
烧烤能耗 (W · h) ^{*3}	1.2	

*1 微波额定输出功率根据 GB/T18800 规定方法测试。

*2 噪声值根据 GB19606 规定方法测试，并符合规定的噪声限值。

*3 效率值、待机功率、烧烤能耗的检测方法依据 GB24849 的现行有效版本。

本产品符合下列国家标准：GB4706.1-2005
GB4706.21-2008
GB4706.22-2008

重量和体积以约数计算。规格如有改动无须先行通知。

关于生产的批号 (机号) 和制造商，请参见产品的铭牌。



松下产品满意度有奖调查

感谢您一直以来对我们松下产品的关心和信赖,为了使我们产品的设计和外观让您更加满意,我们在相关的网站上提供了与您交流的平台,希望得到您的宝贵意见。

<http://home.panasonic.cn/microwaveoven-poll/>

在您完整的填写完所有问题后,将获得一份小礼品。



手机微信扫描二维码可阅读更多产品相关说明。