



Gebrauchsanleitung  
Mode d'emploi  
Istruzioni per l'uso

## **Micro M1**

Mikrowellengerät

Four à micro-ondes

Forno a microonde



# **satrap**



## **1. Produktebeschreibung**

1. Leistungsstufenschalter mit 6 Positionen
2. Zeitschaltuhr 0 bis 30 Minuten  
Abschaltung mit akustischem Signal bei  
Prozessende
3. Türöffnungstaste
4. Drehteller aus Glas, herausnehmbar
5. Drehtellerführung mit 3 Rollen
6. Drehsockel
7. Garraum mit Innenbeleuchtung und  
Ventilationsöffnung
8. Ventilationsöffnungen oben, seitlich und  
hinten
9. Gerätetür mit transparentem Fenster
10. Sicherheits- und Verriegelungssystem der  
Gerätetür
11. Netzkabel mit Stecker

## **1. Description du produit**

1. Sélecteur de puissance 6 positions
2. Minuterie 0–30 minutes  
Arrêt automatique avec signal acoustique
3. Touche ouverture de porte
4. Plateau tournant en verre, amovible
5. Support de plateau avec 3 roulettes
6. Socle rotatif
7. Compartiment de cuisson avec éclairage et  
grilles de ventilation
8. Orifices de ventilation en haut, à l'arrière et  
sur les côtés
9. Porte vitrée
10. Système sécurisé de fermeture de la porte
11. Cordon d'alimentation

## **1. Descrizione del prodotto**

1. Selettore della potenza su 6 posizioni
2. Timer da 0 a 30 minuti  
Disinserimento automatico con segnale  
acustico
3. Tasto di apertura della porta
4. Piatto rotante in vetro, estraibile
5. Guida del piatto rotante con 3 rotelle
6. Base rotante
7. Vano di cottura con illuminazione interna e  
apertura di ventilazione
8. Aperture di ventilazione nella parte superiore,  
laterale e posteriore
9. Sportello con finestrella trasparente
10. Sistema di sicurezza e di bloccaggio dello  
sportello
11. Cavo di alimentazione con spina

## Inhaltsverzeichnis

## Seite

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| 1. Produktebeschrieb .....           | 3  |
| 2. Sicherheitshinweise .....         | 5  |
| 3. Wissenswertes .....               | 8  |
| 4. Was sind Mikrowellen? .....       | 8  |
| 5. Auswahl des Geschirrs .....       | 8  |
| 6. Zudecken des Gargutes .....       | 9  |
| 7. Einschränkungen im Gebrauch ..... | 9  |
| 8. Inbetriebnahme des Gerätes .....  | 10 |
| 9. Leistungsstufen wählen .....      | 10 |
| 10. Umrechnungstabelle .....         | 11 |
| 11. Bedienung des Gerätes .....      | 11 |
| 12. Auftau- und Gartabellen .....    | 11 |
| 13. Praktische Tipps .....           | 14 |
| 14. Reinigung und Pflege .....       | 14 |
| 15. Störungen .....                  | 15 |
| 16. Entsorgung .....                 | 15 |
| 17. Coop Garantie/Coop Service ..... | 16 |
| 18. Konsumenteninformation .....     | 17 |



## 2. Sicherheitshinweise

- Bitte lesen Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes die Gebrauchsanleitung aufmerksam durch. Sie gibt wichtige Hinweise über die Sicherheit, den Gebrauch und die Pflege des Gerätes.
- Bewahren Sie die Gebrauchsanleitung sorgfältig auf und geben Sie sie ggf. an den Nachbesitzer weiter.
- Gerät nur an Wechselstrom mit 230 Volt Netzspannung anschliessen.
- **Gerät nie ins Wasser tauchen.** Zur Reinigung nur mit einem feuchten Lappen abreiben. Davor unbedingt Netzstecker herausziehen.
- Netzstecker nie durch Ziehen am Netzkabel aus der Steckdose ziehen.
- Gerät nicht in unmittelbarer Nähe von mit Wasser gefüllten Bädern, Schwimmbädern, Duschen oder Waschbecken benutzen. Sollte trotzdem ein Gerät ins Wasser fallen, ist es untersagt, dieses herauszuholen, solange es am Stromkreis angeschlossen ist. Sofort Netzstecker herausziehen.
- Gerät nie unbeaufsichtigt in Betrieb lassen.
- Gerät nach jedem Gebrauch ausschalten und Netzstecker herausziehen.
- Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen (Kinder mit eingeschlossen) bestimmt, welche eingeschränkte körperliche, sensorische oder geistige Fähigkeiten aufweisen bzw. fehlende Erfahrung und Kenntnis im Umgang mit diesem Gerät haben. Solche Personen müssen von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Aufsichtsperson zuerst instruiert oder während der Gerätebedienung beaufsichtigt werden.
- Gerät nicht in der Nähe einer Wärmequelle aufstellen. Das Netzkabel keiner direkten Hitzeeinwirkung (wie z.B. heisser Herdplatte, offenen Flammen, heisser Bügelsohle oder Heizöfen) aussetzen.

- Darauf achten, dass das Gerät beim Arbeiten eine gute Standfestigkeit aufweist und das Netzkabel nicht zum «Stolperdraht» wird.
- Gerät nur im Haushalt und für den dafür vorgesehenen Zweck benützen.
- Reparaturen und Eingriffe am Gerät oder am Netzkabel nur durch den Coop Service ausführen lassen.
- Um eine Gefährdung zu vermeiden, schadhaftes Gerät nicht mehr in Betrieb nehmen. Sollte der Netzstecker, das Netzkabel oder das Gehäuse defekt oder das Gerät hinuntergefallen oder anderweitig beschädigt worden sein, bitte sofort dem Coop Service via Ihre Coop Verkaufsstelle zur Reparatur bzw. Nachkontrolle übergeben.
- Ausgedientes Gerät durch Abtrennen des Netzkabels unbrauchbar machen und in Ihre Coop Verkaufsstelle zur kontrollierten Entsorgung bringen.
- Versuchen Sie nie, das Mikrowellengerät bei geöffneter Tür zu betreiben, indem Sie die Sicherheitsvorrichtungen ausser Betrieb setzen.
- Der Sauberkeit der Türe, des Türrahmens, der Türscharniere und der Türhaken ist besondere Beachtung zu schenken, um die Dichtigkeit des Gerätes zu garantieren.
- Die Ventilationsöffnungen seitlich, oben und hinten am Gerät dürfen nicht zugedeckt werden. Das Gerät könnte überhitzen und Schaden nehmen.
- Gerät nie ohne Kochgut in Betrieb setzen.
- Das Kochen/Erhitzen von:
  - Eiern und Schnecken in der Schale
  - Fett und Öl (Frittieren)
  - hochprozentigem Alkohol sowie
 das Trocknen von Tüchern und Tieren sind wegen Explosions- und Selbstentzündungsgefahr mit diesem Gerät nicht erlaubt.
- Beim Kochen, insbesondere beim Nacherhitzen von Flüssigkeiten, kann es vorkommen, dass die Siedetemperatur zwar erreicht ist, die typischen Dampfblasen aber noch nicht aufsteigen. Die Flüssigkeit siedet nicht gleichmässig. Dieser sogenannte Siedeverzug kann beim Entnehmen des Gefässes (Erschütterung) zu einem plötzlichen Überkochen führen (Verbrennungsgefahr). Darum empfehlen wir Ihnen, eher kürzere als zu lange Zeiten wählen.

- Deckel von geschlossenen Behältern abnehmen und durch eingestochene Klarsichtfolie ersetzen.
- Nach dem Garen von zugedeckten Speisen muss die Abdeckung vorsichtig entfernt werden, da sehr heisser Dampf austritt.
- Beim Erwärmen von Babynahrung im Fläschchen muss immer vor der Verabreichung die Temperatur kontrolliert werden.
- Falls sich durch einen Handhabungsfehler ein Material im Garraum entzünden sollte, unbedingt Türe geschlossen lassen, sofort Gerät ausschalten und Netzstecker herausziehen, warten, bis das Feuer erlischt. Gerät nicht mehr in Betrieb nehmen und dem Coop Service via Ihre Coop Verkaufsstelle zur Reparatur bzw. Nachkontrolle übergeben.
- Vorgekochte und empfindliche Lebensmittel begünstigen die Bildung von Bakterien oder Pilzen (z.B. Salmonellen usw.). Deshalb ist es nicht zu empfehlen, Lebensmittel allzu lange ohne Kühlung im Mikrowellengerät stehen zu lassen. Gefrorene Lebensmittel tauen beim Stehenlassen an, dadurch stimmen bei Programmstart die Auftauzeiten nicht mehr.
- Gerät nie unbeaufsichtigt in Betrieb lassen, wenn Lebensmittel in Einwegbehältern aus Kunststoff, Papier oder anderen brennbaren Materialien gegart werden, oder beim Aufwärmen von kleinen Lebensmittelmengen.
- Vor der Inbetriebnahme Ihres Gerätes vergewissern Sie sich, dass das ausgewählte Kochgeschirr mikrowellengeeignet ist. Beachten Sie die Empfehlungen unter Punkt 5 «Auswahl des Geschirrs».
- Zur Reinigung des Gerätes niemals spitze Gegenstände oder scharfe Mittel wie chemische Reiniger, Stahlwolle oder Scheuermittel benützen.

**Für Schäden, die durch Nichtbeachten dieser Gebrauchsanleitung entstehen, lehnt Coop jegliche Haftung ab.**

---



---

### 3. Wissenswertes

Der Satrap Micro M1 ist ein leistungsfähiges Mikrowellengerät. Es verfügt über 6 Mikrowellen-Leistungstufen: eine Warmhaltestufe, eine Auftaustufe und 4 Garstufen.

---

### 4. Was sind Mikrowellen?

Mikrowellen sind elektromagnetische Wellen. Ähnlich wie Radio- oder Fernsehwellen sind sie Kurzwellen. Das Magnetron des Gerätes wandelt den elektrischen Strom 230 Volt in Mikrowellen um. Diese Energieform erzeugt selbst keine Hitze. Stossen diese Wellen aber auf Lebensmittel, so werden sie von den Feuchtigkeitsmolekülen absorbiert und setzen diese in schnelle Bewegungen. Die dabei erzeugte Reibung produziert Hitze. So beginnt der Garprozess. Metall jedoch nimmt Mikrowellen nicht auf, sondern wirft sie zurück. Dank des Metallmantels des Gerätes prallen die Wellen also fortwährend umher und werden so von den Speisen aufgenommen.

Glas, Keramik und selbst Papier werden von den Wellen ungehindert durchdrungen, ohne sie zu reflektieren oder selbst zu absorbieren. Beim Mikrowellengaren wird sehr fettarm und bei niedrigen Temperaturen gekocht. Dadurch wird im Vergleich zum traditionellen Kochen den Lebensmitteln weniger Wasser entzogen und so bleiben die Nährstoffe und der Geschmack besser erhalten. Beim Garen entwickelt sich weder eine starke Umfeldhitze, noch ein ausgeprägter Kochgeruch.

---

### 5. Auswahl des Geschirrs

Beim Garen mit Mikrowellengeräten ist es notwendig, bei der Auswahl des Geschirrs einige Punkte zu beachten:

- Drehteller muss immer eingesetzt sein und drehen.
- Max. Grösse des Geschirrs inkl. Griffe nicht grösser als der Drehteller.
- Ungeeignet ist Geschirr mit Metalldekor. Das Dekor wird beschädigt.
- Ungeeignet ist Metallgeschirr, weil die Mikrowellen Metall nicht durchdringen.
- Beim Garen mit Mikrowellen keine Recycling-Papierprodukte verwenden, da kleine Metallpartikel enthalten sein könnten und zu Funkenbildung führen oder sich entzünden könnten.
- Geeignet ist Geschirr, das selbst von den Mikrowellen nicht erhitzt wird. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie ein Geschirr verwenden können, machen Sie folgenden Test:

Erwärmen Sie das leere Geschirr 5 bis 20 Sekunden auf der maximalen Leistungstufe. Bleibt es kalt oder wird es nur handwarm, ist das Geschirr geeignet. Wird es heiss, ist es ungeeignet.



| Material                                                                 | Mikrowellen        |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Besteck                                                                  | Nein               |
| Glas<br>– hitzebeständig<br>– nicht hitzebeständig                       | Ja<br>Ja           |
| Porzellan ohne Metalldekor<br>– hitzebeständig<br>– nicht hitzebeständig | Ja<br>Ja           |
| Steingut                                                                 | Ja                 |
| Römertopf                                                                | Nein               |
| Metallgeschirr                                                           | Nein <sup>1)</sup> |
| Papier, Karton                                                           | Ja <sup>2)</sup>   |
| Holz, Korbwaren                                                          | Ja <sup>2)</sup>   |
| Frischhaltefolie<br>Frischhaltebeutel                                    | Ja <sup>2)</sup>   |
| Alufolie                                                                 | Ja <sup>3)</sup>   |
| Bratfolie                                                                | Ja <sup>4)</sup>   |
| Alu-Leichtbehälter<br>von Fertigménus                                    | Ja <sup>5)</sup>   |
| Warmhaltebeutel                                                          | Nein               |
| Mikrowellengeschirr<br>– Kunststoff hitzebeständig<br>– Keramik, Glas    | Ja<br>Ja           |
| Bräunungsgeschirr<br>– Keramik, Glas<br>– mit Kunststoff                 | Ja<br>Ja           |

<sup>1)</sup> Bei Mikro-Betrieb nicht sinnvoll, da Mikrowellen Metall nicht durchdringen können, deshalb längere Garzeiten.

<sup>2)</sup> Nur für kurze Zeit.

<sup>3)</sup> Darf die Innenwände nicht berühren. Nur zum Schützen von empfindlichen Stellen (z.B. Fischflossen), nicht zum Abdecken von Speisen.

<sup>4)</sup> Ohne Metallklipse verwenden.

<sup>5)</sup> Für Mikro-Betrieb nicht höher als 3 cm. Deckel entfernen, durch eingestochene Klarsichtfolie ersetzen.

**Hinweis:** Es ist möglich, dass Sie beim Mikrowellenbetrieb eine schwache Funkenbildung bei der Benutzung von Metallgeschirr beobachten. Ihr Gerät kann dadurch keinen Schaden nehmen.

## 6. Zudecken des Gargutes

Wo nichts Besonderes vermerkt wird, sind die Lebensmittel zugedeckt zu garen/aufzutauen, wobei Folien vorher einzusteichen sind. Dies beschleunigt den Erwärmungsvorgang, verhindert übermäßigen Wasseraustritt und das Austrocknen der Lebensmittel. Bei Lebensmitteln, die nicht zu weich werden sollen (Toast, Käseschnitten usw.) ungedeckt garen.

Geeignete Materialien sind:

- Spezielle Abdeckhauben
- Teller, Glasdeckel
- Klarsichtfolien, die mikrowellengeeignet sind

**Achtung:** Nach dem Garen von zugedeckten Lebensmitteln muss die Abdeckung vorsichtig entfernt werden, da sehr heisser Dampf austritt.

## 7. Einschränkungen im Gebrauch

Das Mikrowellengerät darf nicht verwendet werden zum:

- Kochen und Erwärmen von Eiern in der Schale, da diese explodieren können.
- Frittieren, weil die Öltemperatur zu hoch werden kann.
- Erhitzen hochprozentiger, alkoholischer Getränke wegen Selbstentzündungsgefahr.
- Erhitzen von Kochgut in fest verschlossenen Behältern, da diese explodieren können. Deckel entfernen und durch eine eingestochene Klarsichtfolie ersetzen.
- Zubereitung von Schnecken in Schalen.
- Trocknen von Tüchern und Tieren.

## 8. Inbetriebnahme des Gerätes

### Auspacken

Gerät auspacken und auf Transportschäden kontrollieren. Prüfen Sie, dass die Türe, der Türrahmen, die Türscharniere und die Türhaken nicht verbogen oder beschädigt sind, damit die Dichtigkeit des Gerätes garantiert ist. Falls das Gerät beschädigt sein sollte, bitte sofort Ihrer Verkaufsstelle zur Reparatur übergeben. Vor dem ersten Gebrauch empfiehlt es sich, das Gerät innen und aussen, sowie alle Zubehörteile, mit heissem Wasser und einem milden Spülmittel zu reinigen und anschliessend gut abzutrocknen.

**Gerät nicht ins Wasser tauchen!**

### Standort

Wählen Sie einen sicheren Standort und achten Sie darauf, dass das Gerät auf einer wärmeunempfindlichen stabilen Unterlage steht. Stellen Sie das Gerät wenn möglich auf eine Höhe von mindestens 85 cm, ausserhalb der Reichweite von Kindern, da die Gerätetür während des Garvorgangs heiss wird. Nicht in der Nähe einer Wärmequelle aufstellen! Achten Sie darauf, dass eine ausreichende Luftzirkulation um das Gerät gewährleistet ist und überzeugen Sie sich, dass

die Ventilationsöffnungen des Gerätes nicht verdeckt sind, da dies zu einer Überhitzung des Mikrowellengerätes führen könnte. Der Freiraum nach oben muss mindestens 20 cm betragen, an der Rückseite 10 cm und der seitliche Abstand muss je 5 cm betragen.

### Elektrischer Anschluss

Mikrowellengerät nur an Wechselstrom mit 230 Volt Netzspannung und einer Absicherung von 6 Ampère anschliessen.

## 9. Leistungsstufen wählen

Der Satrap Micro M1 ist durch seine manuelle Eingabe von Garzeiten und Leistungsstufen sehr einfach zu bedienen und ermöglicht Ihnen die individuelle Nutzung Ihres Gerätes. Somit können Sie verschiedenste Rezepte aus Mikrowellen-Kochbüchern problemlos anwenden. Die Richtwerte in unseren Umrechnungs-, Auftau-, und Gartabellen zeigen Ihnen die ungefähren Garzeiten und die geeignetsten Garleistungen für verschiedene Gerichte. Mit dem Satrap Micro M1 können Sie unter 6 Leistungsstufen auswählen.

| Schalter/Anzeige | Kochleistung | Leistungsstufe | Anwendung                                                  |
|------------------|--------------|----------------|------------------------------------------------------------|
| High             | 100%         | 700 Watt       | Garen, z.B. Rüebli, Geschwellte                            |
| M. High          | 85%          | 595 Watt       | Garen von empfindlichen Speisen, z.B. Pouletbrüstchen      |
| Med              | 66%          | 462 Watt       | Fertiggaren von aufgetauten Fertiggerichten                |
| M. Low           | 48%          | 336 Watt       | Weitergaren von empfindlichen Lebensmitteln, z.B. Broccoli |
| Defrost          | 40%          | 280 Watt       | Auftauen                                                   |
| Low              | 17%          | 119 Watt       | Auftauen von empfindlichen Lebensmitteln und Warmhalten    |

## 10. Umrechnungstabelle

Die Ausgangsleistung Ihres Gerätes beträgt 700 Watt. Beim Kauf eines Mikrowellenkochbuches beachten Sie bitte die Angaben betreffend die verschiedenen Wattleistungen. Ändern Sie also die Zeiten entsprechend der nachstehenden Umrechnungstabelle.

| 700 Watt             | 800 Watt             | 900 Watt              |
|----------------------|----------------------|-----------------------|
| 1 Min.               | $\frac{3}{4}$ Min.   | $\frac{3}{4}$ Min.    |
| 1 $\frac{1}{4}$ Min. | 1 $\frac{1}{4}$ Min. | 1 $\frac{1}{4}$ Min.  |
| 2 $\frac{1}{2}$ Min. | 2 $\frac{1}{4}$ Min. | 2 Min.                |
| 6 Min.               | 5 $\frac{1}{4}$ Min. | 4 $\frac{3}{4}$ Min.  |
| 8 $\frac{1}{2}$ Min. | 7 $\frac{1}{2}$ Min. | 6 $\frac{1}{2}$ Min.  |
| 11 Min.              | 9 $\frac{1}{4}$ Min. | 8 $\frac{1}{2}$ Min.  |
| 17 Min.              | 15 Min.              | 13 $\frac{1}{4}$ Min. |
| 21 Min.              | 19 Min.              | 17 Min.               |

**Hinweis:** Spezielle Mikrowellen-Kochbücher sind bei Coop und im Fachhandel erhältlich.

## 11. Bedienung des Gerätes

Zum Öffnen der Gerätetür die Türöffnungstaste drücken. Die Gerätetür lässt sich auch öffnen, wenn das Gerät in Betrieb ist, wobei dann der Mikrowellenfluss sofort unterbrochen wird. Zum Schliessen Gerätetür nur zudrücken. Für die Inbetriebnahme des Gerätes gehen Sie wie folgt vor:

- Lebensmittel in ein mikrowellengeeignetes Geschirr legen und zudecken.
- Geschirr auf den Drehteller stellen und Gerätetür schliessen.
- Leistungsstufe einstellen.
- Jetzt die gewünschte Garzeit einstellen. Bei einer Zeiteinstellung von weniger als 5 Minuten drehen Sie zuerst den Schalter über diese Markierung hinaus, dann wieder zurück und stellen dabei die gewünschte Zeit ein.
- Der Vorgang wird sofort nach der Zeiteinstellung gestartet.

- Der Vorgang kann jederzeit unterbrochen werden durch Öffnen der Gerätetür. Beim Schliessen der Gerätetür wird der Vorgang wieder gestartet.

- Am Ende jedes Vorgangs ertönt ein akustisches Fertigsignal.

**Hinweis:** Der Drehteller dreht sich sowohl im Uhrzeigersinn wie auch im Gegenuhrzeigersinn, jedoch ohne Gesetzmässigkeit. Es ist also kein Fehler des Gerätes, wenn sich der Drehteller bei erneutem Start plötzlich in die andere Richtung dreht. Während des Betriebes ändert sich die Richtung nicht.

## 12. Auftau- und Gartabellen

Die erforderliche Auftau- und Garzeit ist abhängig von Beschaffenheit, Form, Gewicht und Ausgangstemperatur des Nahrungsmittels. Die auf den folgenden Seiten angegebenen Werte sind daher nur Richtwerte.

Während der Ausgleichszeit verteilen sich die Temperaturen innerhalb der Lebensmittel gleichmässig. Lassen Sie zu diesem Zweck die Lebensmittel nach dem Garen/Auftauen zugedeckt bei Raumtemperatur einige Minuten stehen. Beachten Sie bitte auch unsere «Praktischen Tipps» auf Seite 13.

## Auftautabelle

|                                | Menge  | Leistung |         | Zeit<br>in Minuten | Ausgleichszeit<br>in Minuten |
|--------------------------------|--------|----------|---------|--------------------|------------------------------|
|                                |        | Low      | Defrost |                    |                              |
| <b>Gemüse/Obst</b>             |        |          |         |                    |                              |
| Broccoli, lose gefroren        | 100 g  |          | o       | 1–2                | 10                           |
| Kefen, lose gefroren           | 300 g  |          | o       | 3–5                | 10                           |
| Gemüse, blockgefroren          | 500 g  |          | o       | 7–12               | 10–15                        |
| Himbeeren, lose gefroren       | 200 g  | o        |         | 4–6                | 5–10                         |
| Waldbeeren, lose gefroren      | 200 g  | o        |         | 4–6                | 5–10                         |
| Aprikosen, lose gefroren       | 450 g  |          | o       | 7–12               | 5–10                         |
| <b>Fleisch, roh</b>            |        |          |         |                    |                              |
| Schweinsbraten                 | 500 g  | o        |         | 12–15              | 10–15                        |
| Hackfleisch                    | 250 g  | o        |         | 6–9                | 5                            |
| Hackfleisch                    | 750 g  | o        |         | 9–14               | 5                            |
| Hackfleisch                    | 900 g  | o        |         | 15–20              | 5                            |
| Schnitzel                      | 250 g  | o        |         | 4–6                | 5                            |
| <b>Geflügel/Fisch, roh</b>     |        |          |         |                    |                              |
| Geflügelteile                  | 450 g  | o        |         | 10–12              | 10                           |
| Pouletunterschenkel            | 450 g  | o        |         | 7–10               | 10                           |
| Pouletoberschenkel             | 450 g  | o        |         | 10–12              | 10                           |
| Pouletgeschnetzeltes           | 500 g  | o        |         | 6–9                | 10                           |
| Poulet, ganz                   | 1200 g | o        |         | 30–35              | 10–15                        |
| Fischfilet, lose gefroren      | 400 g  | o        |         | 2–4                | 10                           |
| Forelle, ganz                  | 200 g  | o        |         | 3–6                | 10                           |
| <b>Milchprodukte/Backwaren</b> |        |          |         |                    |                              |
| Butter                         | 250 g  | o        |         | 3–4                | 5                            |
| Kuchenteig, ungebacken         | 500 g  | o        |         | 3–5                | 5                            |
| Mürbeteig, ungebacken          | 300 g  | o        |         | 3–5                | 5                            |
| Brot                           | 500 g  | o        |         | 5–7                | 5                            |
| Brötchen (2 à 50 g)            | 100 g  | o        |         | 1–2                | 3                            |
| Cake                           | 350 g  | o        |         | 3–5                | 10                           |
| Toastbrot                      | 600 g  | o        |         | 6–8                | 10–15                        |

Gartabelle

|                          | Menge  | Andämpfen, Dünsten,<br>Rösten, Aufkochen |         |                 | Fertiggaren     |        |                 |
|--------------------------|--------|------------------------------------------|---------|-----------------|-----------------|--------|-----------------|
|                          |        | Leistung<br>High                         | M. High | Zeit<br>in Min. | Leistung<br>Med | M. Low | Zeit<br>in Min. |
| <b>Gemüse/Obst</b>       |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Spinat, blockgefroren    | 600 g  | o                                        |         | 6–8             | o               |        | 6–8             |
| Fenchel, halbiert        | 500 g  | o                                        |         | 8–10            |                 |        |                 |
| Rüebli, in Scheiben      | 500 g  | o                                        |         | 8–10            | o               |        | 2–4             |
| Blumenkohl, Rösli        | 400 g  |                                          | o       | 6–9             |                 | o      | 2–4             |
| Tomaten, ganz            | 4 Stk. |                                          |         |                 |                 | o      | 3–5             |
| Bohnen                   | 500 g  | o                                        |         | 10–14           |                 | o      | 3–5             |
| Rosenkohl                | 400 g  | o                                        |         | 5–7             | o               |        | 2–3             |
| Birnen                   | 400 g  |                                          | o       | 3–4             |                 | o      | 1–3             |
| Apfelmus                 | 500 g  | o                                        |         | 12–15           |                 |        |                 |
| Aprikosenkompott         | 500 g  | o                                        |         | 8–11            |                 |        |                 |
| <b>Fisch</b>             |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Fischfilet               |        |                                          |         |                 |                 | o      | 2–3             |
| an Sauce, gefroren       | 250 g  |                                          | o       | 3–5             |                 |        |                 |
| Forelle gefroren         | 200 g  |                                          | o       | 7–9             |                 |        |                 |
| Fischfilet in            |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Weisswein, frisch        | 400 g  |                                          | o       | 5–7             |                 | o      | 2–3             |
| <b>Fleisch</b>           |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Wienerli                 | 200 g  |                                          |         |                 |                 | o      | 1–3             |
| Rippli                   | 600 g  |                                          | o       | 9–11            |                 | o      | 6–8             |
| Hackfleisch (Sugo)       | 500 g  | o                                        |         | 4–7             | o               |        | 6–8             |
| <b>Geflügel</b>          |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Pouletteile an Weinsauce | 650 g  | o                                        |         | 8–10            | o               |        |                 |
| Pouletgeschnetzeltes an  |        |                                          |         |                 |                 |        | 2–4             |
| Currysauce               | 800 g  | o                                        |         | 7–9             |                 |        |                 |
| <b>Kartoffeln</b>        |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Geschwellte              | 500 g  | o                                        |         | 5–7             |                 |        |                 |
| Lauch-Kartoffeln         |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| mit Rahmsauce            | 500 g  | o                                        |         | 7–9             |                 |        |                 |
| <b>Eier</b>              |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Omelette                 | 2 Eier |                                          |         |                 | o               |        | 1–3             |
| Eierstich                | 2 Eier |                                          |         |                 |                 | o      | 4–5             |
| <b>Getränke</b>          |        |                                          |         |                 |                 |        |                 |
| Wasser                   | 2 dl   | o                                        |         | 1–2             |                 |        |                 |
| Milch                    | 2 dl   |                                          | o       | 1–2             |                 |        |                 |

---

## 13. Praktische Tipps

### Allgemeines

- Lebensmittel an den Rand des Drehtellers platzieren.
- Eher kürzere als zu lange Garzeiten wählen. Doppelte Menge = doppelte Zeit.
- Gar- und Auftaugut öfters wenden oder sorgfältig rühren.
- Entfernen Sie bei Fertiggerichten in Alu-Leichtbehältern und bei Tiefgekühltem in Kunststoffbehältern den Deckel und ersetzen Sie ihn durch eine eingestochene Klarsichtfolie.
- Legen Sie Backwaren (Brot, Kuchen, Wähen, Wurstweggen usw.) zum Auftauen oder Erwärmen auf Küchenpapier. Die Lebensmittel bleiben so knuspriger.
- Decken Sie empfindliche, dünne Stellen (Knochen, Schwanzflossen usw.) mit Alufolie ab.
- Es empfiehlt sich, die Gerätetür nach jeder Benutzung einige Minuten offen zu lassen, damit Gerüche und Feuchtigkeit entweichen können.
- Lebensmittel mit Haut oder Schale (Äpfel, Kartoffeln, Tomaten, Würste usw.) mit einer Gabel mehrere Male einstechen, damit der Dampf austreten kann.

### Auftauen

- Zum Auftauen Tiefkühlgut lose und flach auf einen Teller legen, ganze Blöcke antauen und voneinander lösen.
- Legen Sie Fleischblöcke zum Auftauen auf einen umgekehrten Teller, der auf einem grösseren Teller steht. So vermeiden Sie ein Vorgaren durch den heissen, ausgetretenen Fleischsaft.
- Das Auftauen von Hackfleisch öfters kontrollieren und bereits aufgetautes Fleisch aus dem Garraum nehmen.
- Tiefgefrorenes Gemüse und Obst kann in einem Vorgang aufgetaut und gegart werden.

### Garen

- Beim Garen, insbesondere beim Nacherhitzen von Flüssigkeiten, kann es vorkommen, dass die Siedetemperatur zwar erreicht ist, die typischen Dampfblasen aber noch nicht aufsteigen. Die Flüssigkeit siedet nicht gleichmässig. Dieser sogenannte Siedeverzug kann beim Entnehmen des Gefässes (Erschütterung) zu einem plötzlichen Überkochen führen (Verbrennungsgefahr). Darum eher kürzere als zu lange Garzeiten wählen.
- Kartoffeln, Äpfel, Wienerli usw. einstechen, damit sie nicht platzen.
- Gemüse, Geschwellte flach in einen Klarsichtbeutel legen, Beutel verschliessen, einstechen und garen.
- Fleischstücke in der Bratpfanne anbraten und im Mikrowellengerät fertig garen.
- Fleischstücke mit Paprika oder Sojasauce würzen, sie erhalten so eine schönere Bräunung.
- Nach dem Garen von zugedeckten Lebensmitteln muss die Abdeckung vorsichtig entfernt werden (sehr heisser Dampfaustritt).

---

## 14. Reinigung und Pflege

Vor jeder Reinigung Gerät abschalten und auskühlen lassen, Netzstecker herausziehen. Nach jedem Gebrauch das Mikrowellengerät innen und aussen mit einem weichen, feuchten Lappen abreiben, danach gut abtrocknen.

### Gerät nie ins Wasser tauchen.

Der Bereich zwischen Gerätetür und Garraum (Türrahmen) muss besonders gut gereinigt werden, um ein festes Schliessen der Gerätetür zu gewährleisten. Drehteller und Drehtellerführung mit 3 Rollen von Hand abwaschen.

Zur Reinigung des Gerätes niemals spitze Gegenstände oder scharfe Mittel wie chemische Reiniger, Stahlwolle oder Scheuermittel benutzen. Rückstände lassen sich am besten mit einer weichen Bürste entfernen. Aussengehäuse und Gerätetüre mit Spülmittel und feuchtem Lappen abwischen; darauf achten, dass kein Wasser ins Geräteinnere fliesst.

Für die Innenreinigung darf kein scharfes Putz- oder Scheuermittel verwendet werden. Falls Fettverschmutzungen auftreten, sind diese sofort mit einem feuchten Lappen zu entfernen.

## 15. Störungen

### Das Gerät funktioniert nicht!

- Ist der Netzstecker eingesteckt?
- Ist die Sicherung in Ordnung?
- Wurde die Zeitschaltuhr richtig eingestellt?
- Wurde die richtige Leistungsstufe eingestellt?
- Wurde das Gerät überhitzt, weil es ohne Kochgut in Betrieb genommen wurde oder weil die Ventilationsöffnungen nicht frei oder sauber waren? Automatische Ausschaltung mittels Überhitzungsschutz: Gerät abkühlen lassen und wieder in Betrieb nehmen.

### Garraumlampe brennt nicht, das Gerät arbeitet!

- Glühlampe ist defekt: Nur durch Coop Service ersetzbar!  
Das Gerät arbeitet auch ohne Garraumbeleuchtung.

### Garraumbeleuchtung brennt, Drehteller dreht nicht!

- Wurde die Drehtellerführung richtig eingesetzt?
- Wird der Drehteller durch zu grosses Geschirr blockiert?
- Ist der Türrahmen sauber?
- Wurde die Türe richtig verschlossen?

### Das Gargut wird zu wenig oder nicht warm!

- Wurden die richtige Leistungsstufe und die richtige Garzeit gewählt?
- Wurden die Lebensmittel an den Rand des Drehtellers platziert?
- Sind die Lebensmittel mit Metallfolie zugedeckt? Entfernen und durch eingestochene Klarsichtfolie ersetzen.

**Sollte die Störung trotz dieser Kontrollmassnahmen nicht behoben werden können, bitten wir Sie, das Gerät dem Coop Service via Ihre Coop Verkaufsstelle zur Reparatur bzw. Nachkontrolle zu übergeben.**

## 16. Entsorgung

Alle Elektrogeräte müssen im Interesse der Umwelt am Ende ihrer Lebensdauer einer ordnungsgemässen Entsorgung zugeführt werden. Ausgedientes Gerät durch Abtrennen des Netzkabels unbrauchbar machen und in Ihre Coop Verkaufsstelle zur kontrollierten Entsorgung bringen.



Gerät zur Entsorgung zurück in die Verkaufsstelle  
Rapporter l'appareil hors d'usage au point de vente  
Riportare l'apparecchio al punto di vendita per  
il corretto smaltimento

## 17. Coop Garantie/ Coop Service

### Ihre Sicherheit nach dem Kauf

Wir gewährleisten für Satrap-Geräte 2 Jahre Coop Garantie ab Verkaufsdatum. Innerhalb der Garantiezeit repariert Ihnen der Coop Service das Gerät kostenlos, ohne Fracht- oder Reisekosten und ohne Verrechnung der Arbeitszeit und Ersatzteile.

Coop kann keine Garantie gewähren:

- wenn Defekte oder Schäden infolge Missachtung dieser Gebrauchsanleitung entstehen;
- bei unsachgemässer Behandlung durch den Käufer oder Drittpersonen;
- bei normaler Abnutzung;
- falls Reparaturen durch den Käufer oder Drittpersonen vorgenommen werden;
- wenn der Garantieschein oder die Kassenquittung fehlt.

**Bei Garantieanspruch bitte die Kassenquittung oder den Garantieschein vorlegen, welche Sie sorgfältig aufbewahren sollten.**

### Zusätzliche Coop Leistungen bei Satrap-Elektrohaushaltgeräten

#### Qualitätslabor

In unseren Labors werden sämtliche Satrap-Geräte auf Funktionstüchtigkeit, Gebrauchstauglichkeit, Leistung, Sicherheit und Wirtschaftlichkeit eingehend untersucht und geprüft.

#### Sicherheitsnormen

Alle Satrap-Geräte sind nach den internationalen und europäischen Normen EN/IEC geprüft und erfüllen die schweizerischen Sicherheitsnormen.

### Warendeklaration

Über Satrap-Geräte können Sie sich vor dem Kauf gründlich informieren. Die werbefreie Warendeklaration garantiert eine klare, vergleichbare Konsumenteninformation, damit Sie sicher wählen können. So erhalten Sie u.a. Auskunft über Herkunft, elektrische Daten, Materialbeschaffenheit, Ausrüstung, Energiekonsum, Zubehör und Besonderheiten der jeweiligen Geräte.

### Coop Garantie

Die Coop Garantie auf Ihrem Satrap-Gerät bedeutet, dass Garantiearbeiten für Sie garantiert kostenlos sind. Es werden Ihnen keine Arbeitszeit, keine Material-, keine Reise- oder Frachtkosten verrechnet.

### Coop Service

Ihre Sicherheit nach dem Kauf:

Bei Störungen oder Reparaturen bringen Sie Ihr Gerät am besten in eine Coop Verkaufsstelle mit dem entsprechenden Sortiment.

### Hotline

Bei technischen Problemen und Fragen zu den Coop Service-Leistungen steht Ihnen die mehrsprachige Service-Hotline zur Verfügung: Tel. 0848 811 222.

### Service-Garantie

Der Coop Service garantiert allfällige Reparaturen während mindestens 5 Jahren für Kleingeräte. Auf ausgeführte Reparaturen inkl. Ersatzteile gewährt der Coop Service eine Garantie von 1 Jahr.

Besuchen Sie den Coop Service im Internet unter [www.satrap.ch](http://www.satrap.ch)





## 18. Konsumenteninformation

Warendeklaration  
Mikrowellengerät  
Satrap Micro M1  
(Typenbezeichnung Coop)

SAP 5.785.993

### a) Allgemeine Angaben

|                    |              |
|--------------------|--------------|
| Herkunft           | China        |
| Garantiezeit       | 2 Jahre      |
| Service-Garantie   | 5 Jahre      |
| Service durch      | Coop Service |
| Gebrauchsanleitung | Ja           |

### b) Elektrische Daten

|                          |                                                  |
|--------------------------|--------------------------------------------------|
| Nennspannung             | 230 Volt                                         |
| Nennleistung             | 1200 Watt                                        |
| Absicherung              | 6 A                                              |
| Sicherheitsanforderungen | Europäische/Internationale Normen EN/IEC erfüllt |

### c) Gerätedaten

|                       |                                    |
|-----------------------|------------------------------------|
| Gehäusemasse          | H/B/T: 265 × 455 × 325 mm          |
| Masse Garraum         | H/B/T: 175 × 290 × 255 mm          |
| Volumen Garraum       | 17 Liter                           |
| Gewicht               | 11 kg                              |
| Aufstellungsart       | Freistehend                        |
| Türscharnier          | Links                              |
| Kabellänge            | 90 cm                              |
| Betriebsarten         | 1<br>Mikrowellenbetrieb            |
| System                | Mittels Magnetron                  |
| Mikrowellenverteilung | Mittels Glasdrehsteller, Ø 24,5 cm |
| Betriebsfrequenz      | 2450 MHz                           |
| 6 Leistungsstufen     | 119/280/336/462/595/700 Watt       |

### Ausstattung:

|                         |                                                         |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|
| Zeitschaltuhr           | Dreheschalter 0 bis 30 Minuten                          |
| Leistungsstufenschalter | Dreheschalter 6-stufig                                  |
| Türöffnungstaste        | Ja                                                      |
| Sichtfenster            | Ja                                                      |
| Garraumbeleuchtung      | Ja                                                      |
| Sicherheitssystem       | Programme werden beim Öffnen der Gerätetür unterbrochen |
| Überhitzungsschutz      | Ja, eingebaut                                           |

### Material:

|                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| Gehäuse aussen und innen | Stahlblech, lackiert |
| Gerätetür                | Kunststoff           |
| Drehteller               | Glas, hitzebeständig |
| Füsse                    | 4 Stück              |

## Sommaire

## Page

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| 1. Description du produit .....                | 3  |
| 2. Consignes de sécurité .....                 | 19 |
| 3. Caractéristiques .....                      | 22 |
| 4. Les micro-ondes, qu'est-ce que c'est? ..... | 22 |
| 5. Choix des récipients .....                  | 22 |
| 6. Utilisation d'un couvercle .....            | 23 |
| 7. Restrictions .....                          | 23 |
| 8. Mise en service de l'appareil .....         | 24 |
| 9. Sélection des niveaux de puissance .....    | 24 |
| 10. Table de conversion .....                  | 25 |
| 11. Utilisation de l'appareil .....            | 25 |
| 12. Temps de décongélation et de cuisson ..... | 25 |
| 13. Conseils pratiques .....                   | 28 |
| 14. Nettoyage et entretien .....               | 28 |
| 15. Problèmes .....                            | 29 |
| 16. Élimination .....                          | 29 |
| 17. Garantie/Service après-vente Coop .....    | 30 |
| 18. Informations consommateurs .....           | 31 |



## 2. Consignes de sécurité

- Avant d'utiliser l'appareil, lire attentivement le mode d'emploi, qui fournit des renseignements importants sur la sécurité d'utilisation et l'entretien de l'appareil.
- Conserver soigneusement ce mode d'emploi pour pouvoir le remettre à un éventuel futur utilisateur.
- Brancher l'appareil uniquement sur une prise de courant alternatif 230 V.
- **Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau.** Le nettoyer à l'aide d'un chiffon humide, en prenant soin de toujours le débrancher préalablement.
- Débrancher l'appareil en tirant sur la fiche, jamais sur le cordon d'alimentation.
- Ne pas utiliser l'appareil à proximité d'une baignoire, d'une douche, d'un lavabo ou d'une piscine. Si, malgré toutes les précautions prises, l'appareil devait tomber dans l'eau, il faut immédiatement le débrancher avant de l'en sortir.
- Ne jamais laisser fonctionner l'appareil sans surveillance.
- Arrêter et débrancher l'appareil après chaque utilisation.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé par les enfants. Il ne convient pas non plus aux personnes dont les facultés physiques, sensorielles ou mentales sont altérées ou qui ne disposent pas de l'expérience et des connaissances nécessaires à un emploi correct. Ces personnes doivent être au préalable instruites par un adulte responsable de leur sécurité ou placées sous la surveillance de ce dernier lors de l'utilisation de l'appareil.
- Ne pas poser l'appareil à proximité d'une source de chaleur. Ne pas exposer le cordon d'alimentation à une source de chaleur directe (p.ex. plaque de cuisinière, flamme, semelle de fer à repasser ou radiateur).

- Veiller à la bonne stabilité de l'appareil et éviter que le cordon ne se trouve dans le passage.
- Utiliser le produit exclusivement pour l'usage auquel il est destiné. Ne pas l'utiliser à l'extérieur. Ne convient pas pour un usage commercial.
- Faire réparer l'appareil ou le cordon exclusivement par le Service après-vente Coop.
- Ne plus utiliser l'appareil s'il est endommagé. Si la fiche, le cordon ou l'appareil est défectueux, ou si l'appareil est tombé ou a été endommagé, l'apporter sans tarder au point de vente Coop pour le faire contrôler et réparer par le service après-vente.
- Lorsque l'appareil est hors d'usage, le rendre définitivement inutilisable en sectionnant le cordon d'alimentation et le rapporter au point de vente Coop, qui veillera à l'éliminer dans les règles.
- Ne jamais tenter de faire fonctionner l'appareil porte ouverte en désactivant le système de sécurité.
- Veiller à la propreté de la porte, du cadre, des charnières et de la poignée de la porte, afin d'en garantir l'étanchéité.
- Ne pas obstruer les orifices de ventilation situés sur les côtés, sur le dessus et à l'arrière de l'appareil (risque de surchauffe).
- Ne jamais faire fonctionner l'appareil à vide.
- Ne jamais utiliser l'appareil dans les cas suivants (il risque d'exploser ou de prendre feu):
  - pour faire cuire des œufs dans leur coque ou des escargots dans leur coquille
  - pour faire chauffer des graisses ou de l'huile (fritures)
  - pour faire chauffer de l'alcool fort
  - pour faire sécher des serviettes ou des animaux.
- Lors de la cuisson ou du réchauffage de liquides, la température d'ébullition peut être atteinte sans qu'apparaisse aucune bulle. Les liquides ne bouillent pas de manière uniforme. Ce phénomène, qualifié d'«ébullition retard», présente un danger de brûlure si l'on retire le récipient trop vite du four et qu'il déborde. Il est donc recommandé de sélectionner une durée plutôt trop courte que trop longue.

- Remplacer le couvercle des récipients par du cellophane percé de plusieurs trous.
- Lorsqu'un plat a cuit avec un couvercle, celui-ci doit être retiré avec précaution car la vapeur qui s'échappe alors est brûlante.
- Pour les petits pots, toujours contrôler la température de l'aliment avant de le donner au bébé.
- Si un élément devait prendre feu dans le compartiment de cuisson, suite par exemple à une erreur de manipulation, ne surtout pas ouvrir la porte: éteindre l'appareil et le débrancher, puis attendre que le feu s'éteigne tout seul. Ne plus utiliser l'appareil et l'apporter au point de vente Coop pour le faire contrôler et réparer par le service après-vente.
- Les aliments précuits ou délicats sont sujets à la formation de bactéries ou de champignons microscopiques (p.ex. salmonelles, etc.). Il n'est donc pas recommandé de les laisser trop longtemps sans réfrigération dans l'appareil. Les aliments surgelés décongèlent dès qu'ils ne sont plus au congélateur: il convient d'en tenir compte lors du choix de la durée de cuisson/décongélation.
- Ne jamais laisser l'appareil fonctionner sans surveillance pour faire cuire des aliments dans des récipients jetables en plastique, papier ou autres matériaux inflammables ou pour réchauffer des petites quantités.
- Avant la mise en marche, s'assurer que la vaisselle utilisée est bien adaptée à l'usage en four micro-ondes. Se reporter aux recommandations à ce sujet, sous la rubrique 5 «Choix des récipients».
- Pour le nettoyage, ne jamais utiliser d'objet pointu, de détergent fort ou abrasif ni d'éponge métallique.

**Coop décline toute responsabilité pour les dommages résultant du non-respect du présent mode d'emploi.**

---



---

### 3. Caractéristiques

Le four à micro-ondes Satrap Micro M1 est un appareil performant offrant de multiples fonctions avec 6 niveaux de puissance micro-ondes: 1 fonction de maintien au chaud, 1 fonction décongélation et 4 fonctions de cuisson.

---

### 4. Les micro-ondes, qu'est-ce que c'est?

Les micro-ondes sont des ondes électromagnétiques courtes, comme celles utilisées pour la transmission des signaux radio ou de télévision. Le courant électrique, d'une tension de 230 V, est transformé en micro-ondes par le magnétron. Cette forme d'énergie ne dégage pas de chaleur. Lorsque ces ondes rencontrent des aliments, elles sont absorbées par les molécules d'eau, qui se mettent alors en mouvement. C'est ce mouvement qui génère le réchauffement. Les métaux n'absorbent pas les micro-ondes, mais les rejettent au contraire. Grâce au manteau métallique de l'appareil, les ondes sont placées dans un état de mouvement permanent et sont absorbées au fur et à mesure par les aliments.

Les ondes traversent le verre, la céramique et même le papier sans être ni réfléchies, ni absorbées. La cuisson au micro-ondes permet de cuire des aliments avec très peu de graisse et à basse température. Comparé à la cuisson traditionnelle, les aliments perdent moins d'eau et conservent donc plus d'éléments nutritifs; le goût s'en trouve lui aussi mieux préservé. La cuisson ne dégage pratiquement ni chaleur ni odeur.

---

### 5. Choix des récipients

Lors de la cuisson d'aliments dans un four à micro-ondes, il faut veiller aux points suivants:

- Le plateau tournant doit toujours être en place et sa rotation ne doit pas être entravée.
- Les récipients utilisés, poignées comprises, ne doivent pas être plus larges que le plateau tournant.
- Les récipients avec décors en métal ne sont pas adaptés (les décors s'abîmeraient).
- Les récipients en métal ne sont eux non plus pas adaptés, les micro-ondes ne traversant pas le métal.
- Pour la cuisson avec micro-ondes, il ne faut pas utiliser de produits en papier recyclé car ils peuvent contenir des petits fragments de métal susceptibles de faire des étincelles ou de prendre feu.
- Il faut utiliser des récipients qui ne sont pas réchauffés par les micro-ondes. Pour vérifier si un récipient peut être utilisé avec les micro-ondes, procéder comme suit:

Faire chauffer le récipient vide pendant 5 à 20 secondes à la puissance maximale. S'il reste froid ou seulement un peu chaud au contact, il peut être utilisé. S'il devient brûlant, c'est qu'il n'est pas adapté.

| Matériau                                                                           | Compatible micro-ondes? |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| Couverts                                                                           | Non                     |
| Verre<br>– thermorésistant<br>– non thermorésistant                                | Oui<br>Oui              |
| Porcelaine sans décor en métal<br>– thermorésistant<br>– non thermorésistant       | Oui<br>Oui              |
| Pierre                                                                             | Oui                     |
| Cocotte en terre cuite                                                             | Non                     |
| Vaisselle en métal                                                                 | Non <sup>1)</sup>       |
| Papier, carton                                                                     | Oui <sup>2)</sup>       |
| Bois, osier                                                                        | Oui <sup>2)</sup>       |
| Film fraîcheur<br>Sachets de congélation                                           | Oui <sup>2)</sup>       |
| Papier aluminium                                                                   | Oui <sup>3)</sup>       |
| Papier cuisson                                                                     | Oui <sup>4)</sup>       |
| Barquette légère en aluminium<br>des plats cuisinés                                | Oui <sup>5)</sup>       |
| Sachet thermo-isolant                                                              | Non                     |
| Vaisselle spécial micro-ondes<br>– plastique thermorésistant<br>– céramique, verre | Oui<br>Oui              |
| Plats à gratin<br>– céramique, verre<br>– avec plastique                           | Oui<br>Oui              |

<sup>1)</sup> Non recommandé puisque les micro-ondes ne traversent pas les métaux et que les temps de cuisson s'en trouvent rallongés.

<sup>2)</sup> Pour de courtes durées seulement.

<sup>3)</sup> Ne doit pas entrer en contact avec les parois du compartiment de cuisson. Ne doit être utilisé que pour protéger des parties sensibles (p.ex. nageoires de poisson), non pour recouvrir des préparations.

<sup>4)</sup> Enlever les clips en métal.

<sup>5)</sup> 3 cm de hauteur max. avec micro-ondes. Enlever le couvercle et le remplacer par du cellophane percé de plusieurs trous.

**Remarque:** des étincelles peuvent se produire si les récipients sont en métal. Il n'y a toutefois aucun risque pour votre four.

## 6. Utilisation d'un couvercle

Lorsque rien n'est précisé, les aliments doivent être couverts pour la cuisson/la décongélation (avec un cellophane percé de plusieurs trous). Les aliments qui ne devraient pas ramollir à la cuisson (toasts, croûtes au fromage, etc.) ne doivent pas l'être. Couvrir les aliments permet d'accélérer le réchauffement et d'éviter le dessèchement des aliments suite à une perte d'eau trop importante.

Pour couvrir les aliments, il est recommandé d'utiliser:

- Couvercles spéciaux
- Assiettes, couvercles en verre
- Cellophane allant au micro-ondes

**Attention:** lorsqu'un plat a cuit avec un couvercle, celui-ci doit être retiré avec précaution car la vapeur qui s'échappe alors est brûlante.

## 7. Restrictions

Le four à micro-ondes ne doit pas être utilisé pour:

- Faire cuire ou réchauffer des œufs dans leur coque (risque d'explosion).
- Faire des fritures (la température de l'huile risque de monter trop haut).
- Réchauffer des boissons fortement alcoolisées (elles risquent de prendre feu).
- Faire chauffer des aliments dans des récipients hermétiquement fermés (risque d'explosion). Remplacer le couvercle par un cellophane percé de plusieurs trous.
- Faire cuire des escargots dans leur coquille.
- Faire sécher des serviettes ou des animaux.

## 8. Mise en service de l'appareil

### Déballage

Déballer l'appareil et s'assurer qu'il n'a pas été endommagé pendant le transport. Contrôler la porte, le cadre, les charnières et la poignée pour vérifier que rien n'est tordu ou abîmé et que l'appareil est bien étanche. Le cas échéant, le ramener immédiatement au point de vente pour le faire réparer. Avant la première utilisation, nettoyer l'intérieur et l'extérieur de l'appareil et laver tous les accessoires avec de l'eau chaude et un détergent doux. Bien sécher le tout.

**Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau!**

### Emplacement

Poser l'appareil dans un endroit ne présentant aucun risque particulier, sur une surface stable et plane, résistante à la chaleur, située à au moins 85 cm de hauteur, et hors de portée des enfants, car la porte devient très chaude pendant la cuisson. Choisir un endroit éloigné de toute source de chaleur. L'air doit pouvoir circuler librement autour de l'appareil et les orifices

de ventilation ne doivent pas être obstrués (risque de surchauffe). Laisser un espace d'au moins 20 cm au-dessus, 10 cm derrière et 5 cm sur les côtés.

### Raccordement électrique

Ne brancher l'appareil que sur du courant alternatif 230 volts équipé d'un fusible de 6 ampères.

## 9. Sélection des niveaux de puissance

La saisie manuelle du temps de cuisson et de la puissance souhaités permet un usage facile et individualisé de l'appareil. Toutes les recettes des livres de cuisine avec micro-ondes peuvent donc être réalisées sans problème. Les tableaux qui suivent présentent des données approximatives de temps et de puissance à utiliser pour les plats les plus divers. Le four à micro-ondes Satrap Micro M1 offre 6 niveaux de puissance différents.

| Sélection | % de la puissance maximale | Niveau de puissance | Utilisation                                                  |
|-----------|----------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|
| High      | 100%                       | 700 watts           | Cuisson (p.ex. carottes, pommes de terre en robe des champs) |
| M. High   | 85%                        | 595 watts           | Cuisson de plats délicats (p.ex. blancs de poulet)           |
| Med       | 66%                        | 462 watts           | Fin de cuisson de plats cuisinés décongelés                  |
| M. Low    | 48%                        | 336 watts           | Fin de cuisson d'aliments délicats (p.ex. brocolis)          |
| Defrost   | 40%                        | 280 watts           | Décongélation                                                |
| Low       | 17%                        | 119 watts           | Décongélation d'aliments délicats et maintien au chaud       |



## 10. Table de conversion

La puissance de cet appareil est de 700 watts. Dans les différents livres de cuisine spécial micro-ondes, il faut veiller aux indications concernant les différents niveaux de puissance. Il convient pour ce faire d'utiliser le tableau de conversion suivant:

| 700 watts            | 800 watts            | 900 watts             |
|----------------------|----------------------|-----------------------|
| 1 min.               | $\frac{3}{4}$ min.   | $\frac{3}{4}$ min.    |
| 1 $\frac{1}{4}$ min. | 1 $\frac{1}{4}$ min. | 1 $\frac{1}{4}$ min.  |
| 2 $\frac{1}{2}$ min. | 2 $\frac{1}{4}$ min. | 2 min.                |
| 6 min.               | 5 $\frac{1}{4}$ min. | 4 $\frac{3}{4}$ min.  |
| 8 $\frac{1}{2}$ min. | 7 $\frac{1}{2}$ min. | 6 $\frac{1}{2}$ min.  |
| 11 min.              | 9 $\frac{1}{4}$ min. | 8 $\frac{1}{2}$ min.  |
| 17 min.              | 15 min.              | 13 $\frac{1}{4}$ min. |
| 21 min.              | 19 min.              | 17 min.               |

**Remarque:** Vous trouverez des livres de recettes spécial micro-ondes chez Coop et dans les magasins spécialisés.

## 11. Utilisation de l'appareil

Pour ouvrir la porte du four, il suffit d'appuyer sur la touche ouverture de porte. Si la touche est actionnée lorsque l'appareil est en marche, la porte s'ouvre et le four s'éteint. Pour refermer la porte, il faut la pousser jusqu'au déclic. Pour utiliser le four à micro-ondes:

- Mettre l'aliment dans un récipient allant au micro-ondes et le couvrir.
- Placer ce dernier sur le plateau tournant et fermer la porte.
- Sélectionner le niveau de puissance.
- Sélectionner le temps de cuisson. Lorsque la cuisson dure moins de 5 minutes, tourner d'abord le sélecteur au-delà de la marque correspondante puis revenir sur la durée souhaitée.
- L'appareil se met en route une fois la durée de cuisson sélectionnée.

- L'appareil peut être arrêté à tout moment en ouvrant la porte. Pour le relancer, il suffit de refermer la porte.
- Un signal acoustique retentit à la fin de chaque programme.

**Remarque:** le plateau tourne indifféremment dans les deux sens. Le fait qu'il change de sens après une interruption ne constitue donc pas un défaut. Pendant la cuisson en revanche, il tourne toujours dans le même sens.

## 12. Temps de décongélation et de cuisson

Le temps de cuisson ou de décongélation optimal dépend de la nature, de la forme, du poids et de la température de l'aliment. Les valeurs dans les pages suivantes sont donc données à titre purement indicatif.

La chaleur ne se diffuse pas tout de suite uniformément dans les aliments. Il est donc recommandé de laisser reposer les aliments couverts à température ambiante quelques minutes après la décongélation ou la cuisson pour que la chaleur se répartisse de manière homogène. Voir également nos «Conseils pratiques» sur la page 28.

## Décongélation

|                                                       | Quantité | Sélection |         | Temps<br>(en minutes) | Temps de<br>répartition de la<br>chaleur<br>(en minutes) |
|-------------------------------------------------------|----------|-----------|---------|-----------------------|----------------------------------------------------------|
|                                                       |          | Low       | Defrost |                       |                                                          |
| <b>Légumes/fruits</b>                                 |          |           |         |                       |                                                          |
| Brocolis, bouquets surgelés individuellement          | 100 g    |           | o       | 1-2                   | 10                                                       |
| Pois mange-tout, surgelés individuellement            | 300 g    |           | o       | 3-5                   | 10                                                       |
| Légumes, surgelés en bloc                             | 500 g    |           | o       | 7-12                  | 10-15                                                    |
| Framboises, surgelées individuellement                | 200 g    | o         |         | 4-6                   | 5-10                                                     |
| Baies des bois, surgelées individuellement            | 200 g    | o         |         | 4-6                   | 5-10                                                     |
| Abricots, surgelés individuellement                   | 450 g    |           | o       | 7-12                  | 5-10                                                     |
| <b>Viande crue</b>                                    |          |           |         |                       |                                                          |
| Rôti de porc                                          | 500 g    | o         |         | 12-15                 | 10-15                                                    |
| Viande hachée                                         | 250 g    | o         |         | 6-9                   | 5                                                        |
| Viande hachée                                         | 750 g    | o         |         | 9-14                  | 5                                                        |
| Viande hachée                                         | 900 g    | o         |         | 15-20                 | 5                                                        |
| Escalope                                              | 250 g    | o         |         | 4-6                   | 5                                                        |
| <b>Volaille/poisson crus</b>                          |          |           |         |                       |                                                          |
| Volaille                                              | 450 g    | o         |         | 10-12                 | 10                                                       |
| Pilons de poulet                                      | 450 g    | o         |         | 7-10                  | 10                                                       |
| Hauts de cuisse de poulet                             | 450 g    | o         |         | 10-12                 | 10                                                       |
| Emincé de poulet                                      | 500 g    | o         |         | 6-9                   | 10                                                       |
| Poulet entier                                         | 1200 g   | o         |         | 30-35                 | 10-15                                                    |
| Filets de poisson, surgelés individuellement          | 400 g    | o         |         | 2-4                   | 10                                                       |
| Truite entière                                        | 200 g    | o         |         | 3-6                   | 10                                                       |
| <b>Produits laitiers/<br/>produits de boulangerie</b> |          |           |         |                       |                                                          |
| Beurre                                                | 250 g    | o         |         | 3-4                   | 5                                                        |
| Pâte à gâteau non cuite                               | 500 g    | o         |         | 3-5                   | 5                                                        |
| Pâte brisée non cuite                                 | 300 g    | o         |         | 3-5                   | 5                                                        |
| Pain                                                  | 500 g    | o         |         | 5-7                   | 5                                                        |
| Petits pains (2 de 50 g)                              | 100 g    | o         |         | 1-2                   | 3                                                        |
| Cake                                                  | 350 g    | o         |         | 3-5                   | 10                                                       |
| Pain de mie                                           | 600 g    | o         |         | 6-8                   | 10-15                                                    |

## Temps de cuisson

|                                          | Quantité | Pour étuver/faire suer,<br>faire griller, faire bouillir |         |                    | Pour terminer une cuisson |        |                    |
|------------------------------------------|----------|----------------------------------------------------------|---------|--------------------|---------------------------|--------|--------------------|
|                                          |          | Sélection<br>High                                        | M. High | Temps<br>(en min.) | Sélection<br>Med          | M. Low | Temps<br>(en min.) |
| <b>Légumes/fruits</b>                    |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Épinards surgelés en bloc                | 600 g    | o                                                        |         | 6-8                | o                         |        | 6-8                |
| Fenouil coupé en deux                    | 500 g    | o                                                        |         | 8-10               |                           |        |                    |
| Carottes en rondelles                    | 500 g    | o                                                        |         | 8-10               | o                         |        | 2-4                |
| Chou-fleur (en bouquets)                 | 400 g    |                                                          | o       | 6-9                |                           | o      | 2-4                |
| Tomates entières                         | 4 pces   |                                                          |         |                    |                           | o      | 3-5                |
| Haricots verts                           | 500 g    | o                                                        |         | 10-14              |                           | o      | 3-5                |
| Choux de Bruxelles                       | 400 g    | o                                                        |         | 5-7                | o                         |        | 2-3                |
| Poires                                   | 400 g    |                                                          | o       | 3-4                |                           | o      | 1-3                |
| Compote de pommes                        | 500 g    | o                                                        |         | 12-15              |                           |        |                    |
| Compote d'abricots                       | 500 g    | o                                                        |         | 8-11               |                           |        |                    |
| <b>Poisson</b>                           |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Filets                                   |          |                                                          |         |                    |                           | o      | 2-3                |
| Filets en sauce, surgelés                | 250 g    |                                                          | o       | 3-5                |                           |        |                    |
| Truite surgelée                          | 200 g    |                                                          | o       | 7-9                |                           |        |                    |
| Filet de poisson frais au vin blanc      | 400 g    |                                                          | o       | 5-7                |                           | o      | 2-3                |
| <b>Viande</b>                            |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Saucisses de Vienne                      | 200 g    |                                                          |         |                    |                           | o      | 1-3                |
| Carré fumé                               | 600 g    |                                                          | o       | 9-11               |                           | o      | 6-8                |
| Viande hachée (sugo)                     | 500 g    | o                                                        |         | 4-7                | o                         |        | 6-8                |
| <b>Volaille</b>                          |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Morceaux de poulet dans une sauce au vin | 650 g    | o                                                        |         | 8-10               | o                         |        | 2-4                |
| Émincé de poulet dans une sauce curry    | 800 g    | o                                                        |         | 7-9                |                           |        |                    |
| <b>Pommes de terre</b>                   |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| En robe des champs                       | 500 g    | o                                                        |         | 5-7                |                           |        |                    |
| Poireaux et pommes de terre à la crème   | 500 g    | o                                                        |         | 7-9                |                           |        |                    |
| <b>Œufs</b>                              |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Omelette                                 | 2 œufs   |                                                          |         |                    | o                         |        | 1-3                |
| Potage aux œufs                          | 2 œufs   |                                                          |         |                    |                           | o      | 4-5                |
| <b>Boissons</b>                          |          |                                                          |         |                    |                           |        |                    |
| Eau                                      | 2 dl     | o                                                        |         | 1-2                |                           |        |                    |
| Lait                                     | 2 dl     |                                                          | o       | 1-2                |                           |        |                    |

---

## 13. Conseils pratiques

### Généralités

- Placer les aliments sur le pourtour du plateau tournant.
- Sélectionner des temps de cuisson plutôt trop courts que trop longs. Si l'on double la quantité, il faut également doubler la durée.
- Retourner plusieurs fois l'aliment à cuire ou le mélanger délicatement.
- Enlever le couvercle des barquettes en aluminium de plats cuisinés et celui des produits surgelés conditionnés dans des récipients en plastique, et le remplacer par un cellophane percé de plusieurs trous.
- Placer les produits de boulangerie (pain, gâteau, tartes, friands, etc.) à décongeler ou à réchauffer sur du papier essuie-tout. Ils resteront ainsi bien croustillants.
- Recouvrir les parties sensibles ou très fines (os, queue de poisson) d'une feuille d'aluminium.
- Laisser la porte ouverte après chaque utilisation pendant quelques minutes pour faire sortir les odeurs et l'humidité.
- Percer à plusieurs endroits la peau des aliments (pommes, pommes de terre, tomates, saucisses, etc.) avec une fourchette pour permettre à la vapeur de sortir.

### Décongélation

- Poser les aliments congelés séparément ou à plat sur une assiette, dissocier les gros blocs dès que possible.
- Placer les morceaux de viande sur une assiette posée à l'envers dans une assiette plus grande pour éviter qu'ils ne commencent à cuire au contact du jus de cuisson.
- Contrôler fréquemment la décongélation de la viande hachée et retirer au fur et à mesure les parties décongelées du compartiment de cuisson.
- Les fruits et les légumes surgelés peuvent être décongelés et cuits en une seule opération.

### Cuisson

- Lors de la cuisson ou du réchauffage de liquides, la température d'ébullition peut être atteinte sans qu'apparaisse aucune bulle. Les liquides ne bouillent pas de manière uniforme. Ce phénomène, qualifié d'«ébullition retard», présente un danger de brûlure si l'on retire le récipient trop vite du four et qu'il déborde. Il faut donc choisir des temps de cuisson plutôt trop courts que trop longs.
- Percer préalablement les pommes de terre, les pommes ou les saucisses de Vienne pour éviter qu'elles éclatent.
- Poser les légumes et les pommes de terre en robe des champs à plat dans un sachet en cellophane fermé et troué.
- Saisir les morceaux de viande à la poêle avant de les faire cuire au four à micro-ondes.
- Saupoudrer les morceaux de viande de paprika ou les badigeonner de sauce au soja pour obtenir une belle coloration dorée.
- Lorsqu'un plat a cuit avec un couvercle, celui-ci doit être retiré avec précaution car la vapeur qui s'échappe alors est brûlante.

---

## 14. Nettoyage et entretien

Toujours éteindre, débrancher et laisser refroidir l'appareil avant de le nettoyer. Nettoyer l'intérieur et l'extérieur après chaque utilisation avec un chiffon doux humide, puis bien le sécher.

### Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau.

Veiller particulièrement à la propreté de l'espace entre la porte et le compartiment de cuisson (cadre) pour que la porte se ferme bien hermétiquement. Laver à la main le plateau tournant et le support du plateau avec les 3 roulettes.

Pour le nettoyage, ne jamais utiliser d'objet pointu, de détergent fort ou abrasif ni d'éponge métallique. Pour éliminer les restes, une brosse à poils souples est tout indiquée. Nettoyer l'extérieur du four et la porte vitrée avec du produit vaisselle et un chiffon humide en veillant à ce que l'eau ne s'infiltre pas dans l'appareil.

Ne jamais utiliser de produits abrasifs pour le compartiment de cuisson. Si les parois sont grasses, les nettoyer immédiatement avec un chiffon humide.

**Si après tous ces contrôles, le problème persiste, apporter l'appareil au point de vente Coop pour le faire contrôler et éventuellement réparer par le service après-vente.**

## 15. Problèmes

**L'appareil ne fonctionne plus. Vérifier les points suivants:**

- Le branchement
- Le fusible
- La minuterie est-elle correctement réglée?
- Le niveau de puissance est-il correctement réglé?
- Y a-t-il eu surchauffe de l'appareil suite à un fonctionnement à vide ou du fait que les orifices de ventilation sont obstrués?  
En cas d'arrêt automatique par la protection de surchauffe, laisser refroidir l'appareil avant de le faire fonctionner à nouveau.

**La lampe du compartiment de cuisson n'éclaire pas, mais l'appareil fonctionne:**

- L'ampoule est défectueuse: elle ne peut être remplacée que par le Service après-vente Coop!  
L'appareil fonctionne également sans éclairage du compartiment de cuisson.

**La lampe du compartiment de cuisson est allumée mais le plateau ne tourne pas:**

- Le support du plateau est-il correctement positionné?
- Le plateau serait-il bloqué par un plat trop grand?
- Le cadre de la porte est-il propre?
- La porte est-elle bien fermée?

**L'aliment n'est pas assez chaud:**

- Le bon niveau de puissance et la bonne durée de cuisson ont-ils été sélectionnés?
- Les aliments ont-ils bien été placés sur le pourtour du plateau tournant?
- Les aliments sont-ils recouverts d'une feuille d'aluminium? L'enlever et la remplacer par un cellophane percé de plusieurs trous.

## 16. Élimination

Les appareils électriques en fin de vie doivent être éliminés dans le respect de la législation et de l'environnement. Lorsque l'appareil est hors d'usage, le rendre définitivement inutilisable en sectionnant le cordon d'alimentation et le rapporter au point de vente Coop, qui veillera à l'éliminer dans les règles.



Gerät zur Entsorgung zurück in die Verkaufsstelle  
Rapporter l'appareil hors d'usage au point de vente  
Riportare l'apparecchio al punto di vendita per  
il corretto smaltimento

## 17. Garantie/Service après-vente Coop

### La sécurité dès l'achat

La garantie Coop s'applique pendant 2 ans à partir de la date d'achat sur tous les appareils Satrap. Pendant cette période, le Service après-vente Coop effectue gratuitement les réparations et prend à sa charge les frais de port, la main-d'œuvre et les pièces détachées.

Coop ne peut accorder de garantie:

- en cas de dysfonctionnements ou dommages résultant du non-respect du mode d'emploi;
- en cas de dommages résultants d'un usage non-conforme par le vendeur ou un tiers;
- en cas d'usure normale;
- en cas de dommages occasionnés par des réparations effectuées par un vendeur ou un tiers;
- lorsque l'article est rapporté sans le bon de garantie ou le ticket de caisse.

**Pour faire valoir la garantie, présentez le bon de garantie ou le ticket de caisse, que vous aurez pris soin de conserver soigneusement.**

### Prestations supplémentaires de Coop sur les appareils ménagers Satrap

#### Laboratoire d'assurance qualité

Tous les appareils Satrap sont examinés dans nos laboratoires selon des critères d'efficacité, de facilité d'utilisation, de puissance, de sécurité et de rentabilité.

#### Normes de sécurité

Tous les appareils Satrap sont contrôlés selon les normes européennes et internationales EN/CEI et remplissent les normes de sécurité en vigueur en Suisse.

### Étiquetage

Avant d'acheter un appareil Satrap, n'hésitez pas à vous informer! Un étiquetage neutre vous donne une information claire sur le produit et vous permet d'effectuer des comparaisons. Vous pouvez ainsi faire votre choix en toute sécurité. Les informations délivrées dans la fiche technique comprennent entre autre: origine, données électriques, nature des matériaux, équipement, consommation énergétique, accessoires et particularités de chaque appareil.

### Garantie Coop

La garantie Coop accordée sur votre appareil Satrap signifie que les prestations effectuées dans le cadre de la garantie sont absolument gratuites. Il ne vous sera facturé ni frais de port, ni pièces détachées ni main-d'œuvre.

### Service après-vente Coop

La sécurité dès l'achat:

En cas de dysfonctionnement ou si vous avez besoin de faire réparer votre appareil, apportez-le si possible dans un point de vente Coop proposant le même assortiment.

### Hotline

En cas de problèmes techniques et pour toute question concernant le Service après-vente Coop, notre hotline est à votre disposition en plusieurs langues: tél. 0848 811 222.

### SAV

Coop assure le service après-vente pendant 5 ans pour les petits appareils. Le Service après-vente Coop accorde 1 an de garantie sur toute réparation effectuée par ses soins, pièces détachées comprises.

Pour plus d'informations sur le SAV Coop: [www.satrap.ch](http://www.satrap.ch)



## 18. Informations consommateurs

Déclaration du produit

Four à micro-ondes

Satrap Micro M1

(appellation Coop)

SAP 5.785.993

### a) Données générales

Provenance

Chine

Durée de la garantie

2 ans

SAV assuré pendant

5 ans

SAV assuré par

Service après-vente Coop

Mode d'emploi

Oui

### b) Données électriques

Tension nominale

230 V

Puissance nominale

1200 W

Fusible

6 A

Normes de sécurité remplies

Normes européennes/internationales EN/CEI

### c) Données techniques

Dimensions extérieures

H/L/P: 265 × 455 × 325 mm

Dimensions du compartiment de cuisson

H/L/P: 175 × 290 × 255 mm

Volume du compartiment de cuisson

17 litres

Poids

11 kg

Type d'installation

Modèle à poser

Charnières

À gauche

Longueur du cordon d'alimentation

90 cm

Modes de fonctionnement

1

Mode micro-ondes

Principe de fonctionnement

Magnétron

Répartition des micro-ondes

Par plateau tournant de 24,5 cm de Ø

Fréquence utilisée

2450 MHz

6 niveaux de puissance

119/280/336/462/595/700 watts

### Équipement:

Minuterie

Sélecteur rotatif 0-30 minutes

Sélecteur de puissance

Sélecteur rotatif 6 positions

Touche ouverture de porte

Oui

Hublot de contrôle

Oui

Eclairage du compartiment de cuisson

Oui

Sécurité intégrée

Interruption des programmes à l'ouverture de la porte

Protection de surchauffe

Oui, intégrée

### Matériaux:

Boîtier intérieur et extérieur

Tôle laquée

Porte

Plastique

Plateau tournant

Verre thermorésistant

Pieds

4 pièces

## Indice

## Pagina

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| 1. Descrizione del prodotto .....            | 3  |
| 2. Indicazioni di sicurezza .....            | 33 |
| 3. Informazioni utili .....                  | 36 |
| 4. Che cosa sono le microonde? .....         | 36 |
| 5. Scelta delle stoviglie .....              | 36 |
| 6. Copertura dei cibi da cuocere .....       | 37 |
| 7. Limitazioni dell'uso .....                | 37 |
| 8. Messa in funzione dell'apparecchio .....  | 38 |
| 9. Selezione dei livelli di potenza .....    | 38 |
| 10. Tabella di conversione .....             | 39 |
| 11. Utilizzo dell'apparecchio .....          | 39 |
| 12. Tabelle di scongelamento e cottura ..... | 39 |
| 13. Suggerimenti pratici .....               | 42 |
| 14. Pulizia e manutenzione .....             | 42 |
| 15. Malfunzionamenti .....                   | 43 |
| 16. Smaltimento .....                        | 43 |
| 17. Garanzia Coop/Servizio Coop .....        | 44 |
| 18. Informazione ai consumatori .....        | 45 |





## 2. Indicazioni di sicurezza

- Prima di mettere in funzione l'apparecchio, leggere attentamente le istruzioni per l'uso. Esse contengono importanti indicazioni riguardanti la sicurezza, l'uso e la manutenzione dell'apparecchio.
- Conservare accuratamente le istruzioni per l'uso che dovranno essere messe a disposizione di chiunque entri in possesso dell'apparecchio.
- Collegare l'apparecchio solo ad una rete di alimentazione di corrente alternata a 230 V.
- **Non immergere mai l'apparecchio nell'acqua.** Per pulirlo, è sufficiente strofinare con un panno umido. Ricordare di staccare prima la spina.
- Non staccare la spina tirando il cavo.
- Non usare l'apparecchio nelle immediate vicinanze di vasche da bagno, piscine, docce o lavandini. Se l'apparecchio dovesse comunque cadere in acqua, non toglierlo assolutamente finché è attaccato alla corrente. Staccare subito la spina.
- Non lasciare mai l'apparecchio acceso incustodito.
- Spegnerne sempre l'apparecchio dopo averlo usato e staccare la spina.
- Il presente apparecchio non è adatto all'utilizzo da parte di persone (inclusi i bambini) che hanno facoltà motorie, sensoriali o psichiche ridotte o un'esperienza o conoscenze insufficienti relative all'utilizzo dell'apparecchio. Queste persone devono prima essere istruite da un sorvegliante responsabile per la loro sicurezza oppure tenute sotto sorveglianza quando utilizzano l'apparecchio.
- Non collocare mai l'apparecchio vicino a fonti di calore! Non lasciare mai il cavo in diretta prossimità di fonti di calore (ad es. fornelli, fiamme, piastra calda del ferro da stiro o stufe).

- Fare attenzione che durante il funzionamento l'apparecchio risulti stabile e che il cavo elettrico non rischi di fare inciampare.
- Utilizzare l'apparecchio solo in casa e per gli scopi per cui è stato realizzato.
- Per le riparazioni e gli interventi sull'apparecchio o sul cavo elettrico rivolgersi esclusivamente al Servizio Coop.
- Per evitare qualsiasi pericolo, non usare l'apparecchio se difettoso. Qualora la spina, il cavo o il guscio fossero difettosi, l'apparecchio cadesse o fosse danneggiato in altro modo, rivolgersi immediatamente al Servizio Coop del proprio punto di vendita per riparazione o controllo.
- Apparecchi fuori uso: tagliare il cavo e portare l'apparecchio ad un punto di vendita Coop per un corretto smaltimento.
- Non cercare di mettere in funzione l'apparecchio quando lo sportello è aperto escludendo i dispositivi di sicurezza.
- Prestare un'attenzione particolare alla pulizia dello sportello, delle cerniere e dei ganci dello sportello per garantire la tenuta dell'apparecchio.
- Non coprire le aperture di ventilazione che si trovano ai lati e sulla parte superiore dell'apparecchio onde evitare che si surriscaldi o che venga danneggiato.
- Non utilizzare mai l'apparecchio a vuoto.
- Per prevenire il pericolo di esplosione o di autocombustione l'apparecchio non può essere utilizzato per cuocere/riscaldare:
  - uova e lumache con guscio
  - grassi e oli (frittura)
  - alcol ad alta gradazione
  - asciugare strofinacci e animali.
- Durante la cottura, in particolare quando si riscaldano dei liquidi, può accadere che venga raggiunta la temperatura di ebollizione ma che non vengano in superficie le tipiche bolle di vapore. Il liquido non va in ebollizione uniformemente. Questo cosiddetto ritardo di ebollizione può provocare, quando si preleva il recipiente (movimenti bruschi), un'ebollizione eccessiva improvvisa (pericolo di ustioni). Pertanto consigliamo di scegliere preferibilmente dei tempi di cottura brevi piuttosto che troppo lunghi.

- Rimuovere i coperchi dai contenitori chiusi e sostituirli con una pellicola salvafreschezza forata.
- Dopo la cottura di cibi coperti è necessario rimuovere la copertura con cautela poiché fuoriesce del vapore molto caldo.
- Quando si riscaldano alimenti per bebè in biberon occorre sempre controllare la temperatura degli alimenti prima di darli al bambino.
- Qualora dovesse incendiarsi un materiale nel vano cottura a causa di un'errata manipolazione, lasciare assolutamente chiuso lo sportello, spegnere subito l'apparecchio e staccare la spina, aspettare finché il fuoco non si sia spento. Non mettere più in funzione l'apparecchio e rivolgersi immediatamente al Servizio Coop o al punto di vendita Coop per farlo riparare o controllare.
- Gli alimenti precotti e sensibili favoriscono la formazione di batteri o funghi (p. es. le salmonelle ecc.). Pertanto è sconsigliato conservare a lungo gli alimenti all'interno del microonde per farli raffreddare. Gli alimenti congelati cominciano a scongelarsi quando si lasciano fuori dal congelatore, pertanto all'avvio del programma i tempi di scongelamento possono variare da quelli indicati.
- Non lasciare mai l'apparecchio in funzione senza sorveglianza quando si cuociono alimenti in contenitori usa e getta in plastica, carta o altri materiali infiammabili o quando si riscaldano piccole porzioni di cibi.
- Prima di mettere in funzione l'apparecchio, accertarsi che le stoviglie scelte siano adatte per il microonde. Osservare le raccomandazioni riportate al punto 5 «Scelta delle stoviglie».
- Per pulire l'apparecchio non usare mai oggetti appuntiti o prodotti aggressivi come prodotti chimici, pagliette o abrasivi.

**Coop declina ogni responsabilità per i danni derivanti da un uso improprio dell'apparecchio e dal mancato rispetto delle presenti istruzioni per l'uso.**

---



---

### 3. Informazioni utili

Il forno a microonde Satrap Micro M1 è un apparecchio performante con molte funzioni – 6 livelli di potenza microonde: 1 funzione di mantenimento della temperatura, 1 funzione di scongelamento e 4 funzioni di cottura.

---

### 4. Che cosa sono le microonde?

Le microonde sono onde corte elettromagnetiche come quelle della radio o della televisione. Il magnetron dell'apparecchio trasforma la corrente elettrica a 230 Volt in microonde. Questa forma di energia di per sé non produce calore. Quando però queste onde colpiscono gli alimenti, esse vengono assorbite dalle molecole umide mettendole in rapido movimento. In questo modo si crea un rapido attrito che produce calore e ha inizio il processo di cottura. Il metallo tuttavia non assorbe le microonde, anzi le respinge. Grazie al rivestimento metallico dell'apparecchio le onde rimbalzano continuamente e vengono assorbite dai cibi.

Il vetro, la ceramica e anche la carta vengono attraversati senza problemi dalle microonde senza rifletterle o assorbirle. La cottura a microonde avviene con pochissimi grassi e a basse temperature. Rispetto alla cottura tradizionale gli alimenti vengono privati di una quantità minore d'acqua, preservando maggiormente le sostanze nutritive e il gusto. Durante la cottura non si forma un forte calore nell'ambiente né odori intensi.

---

### 5. Scelta delle stoviglie

Per la cottura con i forni a microonde è importante osservare i seguenti punti per scegliere correttamente le stoviglie.

- Il piatto rotante deve sempre essere applicato e ruotare.
- Le dimensioni massime delle stoviglie, inclusi i manici, non devono superare quelle del piatto rotante.
- Non sono adatte le stoviglie con decorazioni metalliche perché queste ultime vengono danneggiate.
- I recipienti in metallo non sono adatti, dato che le microonde non attraversano il metallo.
- Per la cottura a microonde non utilizzare prodotti di carta riciclata che contengono piccole particelle di metallo poiché potrebbero sprigionare scintille o incendiarsi.
- L'ideale sono le stoviglie che non vengono riscaldate dalle microonde. In caso di dubbi sulle stoviglie da impiegare, eseguire questo test:  
scaldare il recipiente vuoto da 5 a 20 secondi al livello di potenza massimo. Se il recipiente rimane freddo o diventa soltanto tiepido, significa che è adatto. Se diventa caldo, significa che non è adatto.

| Materiale                                                                                          | Microonde        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Posate                                                                                             | No               |
| Con vaso di vetro<br>– resistente al calore<br>– non resistente al calore                          | Sì<br>Sì         |
| Porcellana senza decorazioni<br>metalliche<br>– resistente al calore<br>– non resistente al calore | Sì<br>Sì         |
| Terraglia                                                                                          | Sì               |
| Pignatta di terracotta                                                                             | No               |
| Stoviglie metalliche                                                                               | No <sup>1)</sup> |
| Carta, cartone                                                                                     | Sì <sup>2)</sup> |
| Legno, sughero                                                                                     | Sì <sup>2)</sup> |
| Pellicola salvafreschezza<br>Sacchetti salvafreschezza                                             | Sì <sup>2)</sup> |
| Fogli di alluminio                                                                                 | Sì <sup>3)</sup> |
| Carta da forno                                                                                     | Sì <sup>4)</sup> |
| Contenitori leggeri in<br>alluminio dei cibi pronti                                                | Sì <sup>5)</sup> |
| Sacchetti scaldavivande                                                                            | No               |
| Stoviglie per microonde<br>– materiale sintetico resistente<br>al calore<br>– ceramica, vetro      | Sì<br>Sì         |
| Stoviglie per doratura<br>– ceramica, vetro<br>– con materiale sintetico                           | Sì<br>Sì         |

<sup>1)</sup> Non indicato per la cottura a microonde poiché queste ultime non possono attraversare il metallo, pertanto i tempi di cottura si allungano.

<sup>2)</sup> Solo per poco tempo.

<sup>3)</sup> Non deve toccare le pareti interne. Solo per proteggere punti delicati (p.es. pinne di pesce), non per coprire i cibi.

<sup>4)</sup> Utilizzare senza clip metalliche.

<sup>5)</sup> Per la cottura a microonde altezza massima di 3 cm. Rimuovere il coperchio e sostituirlo con pellicola salvafreschezza.

**Nota bene:** nella modalità microonde è possibile osservare la formazione di alcune deboli scintille quando si utilizzano stoviglie metalliche. Queste scintille non causano nessun danno.

## 6. Copertura dei cibi da cuocere

Se non diversamente indicato, i cibi vanno cotti/scongelati coperti, avendo cura di forare prima eventuali pellicole. Ciò permette di accelerare il processo di riscaldamento e di impedire un'evaporazione eccessiva dell'acqua che causa l'essiccazione degli alimenti. Gli alimenti che non devono risultare troppo teneri (toast, torte al formaggio ecc.) vanno cotti senza copertura.

I materiali adatti sono:

- coperture di protezione speciali
- piatti, coperchi di vetro
- pellicole salvafreschezza adatte per le microonde

**Attenzione!** Dopo la cottura di cibi coperti è necessario rimuovere la copertura con cautela poiché fuoriesce del vapore molto caldo.

## 7. Limitazioni dell'uso

Il forno a microonde non può essere utilizzato per:

- Cuocere e scaldare uova con il guscio poiché possono esplodere.
- Friggere perché la temperatura dell'olio può diventare troppo elevata.
- Riscaldare bevande ad alta gradazione alcolica poiché possono autoincendiarsi.
- Riscaldare cibi in contenitori a chiusura ermetica poiché possono esplodere. Rimuovere il coperchio e sostituirlo con una pellicola salvafreschezza forata.
- Preparare lumache con il guscio.
- Asciugare strofinacci e animali.

## 8. Messa in funzione dell'apparecchio

### Togliere dall'imballaggio

Togliere l'apparecchio dall'imballaggio e controllare che durante il trasporto non si siano verificati danni. Verificare che lo sportello, il telaio, le cerniere e i ganci dello sportello non siano curvati o danneggiati in modo che sia garantita la tenuta dell'apparecchio. In caso si riscontrassero danni, riportare immediatamente l'apparecchio al punto di vendita. Prima di usare l'apparecchio e i suoi accessori per la prima volta si consiglia di pulirli accuratamente, internamente ed esternamente, con acqua calda e un detergente delicato e di asciugarli bene.

### Non immergere l'apparecchio nell'acqua!

### Posizione

Scegliere una posizione stabile e assicurarsi che la superficie su cui l'apparecchio è appoggiato sia resistente al calore. Collocare possibilmente l'apparecchio ad un'altezza di almeno 85 cm, al di fuori dalla portata dei bambini, poiché durante la cottura lo sportello diventa caldo. Non collocare l'apparecchio in prossimità di fonti di calore! Assicurarsi che intorno all'apparecchio

sia garantito un ricambio d'aria sufficiente e accertarsi che le aperture di ventilazione dell'apparecchio non siano ostruite poiché l'apparecchio potrebbe surriscaldarsi. Lo spazio libero verso l'alto deve essere almeno di 20 cm, quello sul retro di 10 cm e la distanza dai due lati deve essere di 5 cm.

### Allacciamento elettrico

Collegare il forno a microonde alla corrente alternata a 230 V e un fusibile da 6 A.

## 9. Selezione dei livelli di potenza

L'inserimento manuale del tempo di cottura e della potenza desiderati nel Satrap Micro M1 permette un impiego facile e individuale. In questo modo è possibile seguire tutte le ricette che si trovano nei libri di cucina per microonde. I valori contenuti nelle nostre tabelle di conversione, scongelamento e cottura indicano dei tempi di cottura approssimativi e le varie possibilità di cottura per diverse pietanze. Con il Satrap Micro M1 è possibile scegliere fra 6 livelli di potenza.

| Interruttori/Display | Potenza di cottura | Livello di potenza | Utilizzo                                                             |
|----------------------|--------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------|
| High                 | 100%               | 700 W              | Cottura p. es. di carote, patate con la buccia                       |
| M. High              | 85%                | 595 W              | Cottura di cibi sensibili, p.es. di petti di pollo                   |
| Med                  | 66%                | 462 W              | Cottura finale di piatti pronti scongelati                           |
| M. Low               | 48%                | 336 W              | Ulteriore cottura di alimenti sensibili, p.es. di broccoli           |
| Defrost              | 40%                | 280 W              | Scongelamento                                                        |
| Low                  | 17%                | 119 W              | Scongelamento di alimenti sensibile e mantenimento della temperatura |

## 10. Tabella di conversione

La potenza d'uscita dell'apparecchio è di 700 W. Quando si acquista un libro di ricette per microonde prestare attenzione ai dati relativi alle diverse potenze in Watt. Modificare perciò i tempi secondo la tabella di conversione sotto riportata.

| 700 W                | 800 W                | 900 W                 |
|----------------------|----------------------|-----------------------|
| 1 min.               | $\frac{3}{4}$ min.   | $\frac{3}{4}$ min.    |
| 1 $\frac{1}{4}$ min. | 1 $\frac{1}{4}$ min. | 1 $\frac{1}{4}$ min.  |
| 2 $\frac{1}{2}$ min. | 2 $\frac{1}{4}$ min. | 2 min.                |
| 6 min.               | 5 $\frac{1}{4}$ min. | 4 $\frac{3}{4}$ min.  |
| 8 $\frac{1}{2}$ min. | 7 $\frac{1}{2}$ min. | 6 $\frac{1}{2}$ min.  |
| 11 min.              | 9 $\frac{3}{4}$ min. | 8 $\frac{1}{2}$ min.  |
| 17 min.              | 15 min.              | 13 $\frac{3}{4}$ min. |
| 21 min.              | 19 min.              | 17 min.               |

**Nota bene:** presso Coop e nei negozi specializzati sono disponibili dei libri di cucina speciali per i forni a microonde.

## 11. Utilizzo dell'apparecchio

Per aprire la porta del forno premere il tasto di apertura della porta. Se il tasto viene azionato quando l'apparecchio è in funzione, la porta si apre e il forno si spegne. Per chiudere la porta spingerla semplicemente. Per la messa in funzione dell'apparecchio procedere nel seguente modo:

- Porre gli alimenti in un recipiente adatto, coprirli e inserire il recipiente nel forno.
- Collocare il recipiente sul piatto rotante e chiudere lo sportello.
- Regolare il livello di potenza.
- Selezionare ora il tempo di cottura desiderato. Se l'impostazione del tempo è inferiore a 5 min., girare dapprima l'interruttore oltre i 5 min. quindi ritornare sul tempo desiderato.
- L'apparecchio si accende subito dopo l'impostazione del tempo.

- L'apparecchio può essere fermato in qualsiasi momento aprendo la porta; per riavviarlo basta richiudere la porta.
- Al termine l'apparecchio emette un segnale acustico.

**Nota bene:** il piatto rotante gira sia in senso orario che in senso antiorario senza un regola precisa. Non si tratta perciò di un difetto dell'apparecchio se il piatto rotante quando si riavvia il forno inizia a girare nel senso opposto. Durante il funzionamento il senso di rotazione non cambia.

## 12. Tabelle di scongelamento e cottura

I tempi di scongelamento e di cottura necessari dipendono dalle caratteristiche, dalla forma, dal peso e dalla temperatura degli alimenti. I dati che seguono nelle pagine seguenti sono dei valori indicativi.

Durante il periodo di riposo le temperature si diffondono uniformemente all'interno degli alimenti. A questo scopo lasciare gli alimenti coperti a temperatura ambiente per alcuni minuti dopo lo scongelamento o la cottura. Leggete anche i nostri «Suggerimenti pratici» a pagina 42.

**Tabella di scongelamento**

|                                              | Quantità | Prestazione |         | Tempo<br>in minuti | Tempo di riposo<br>in minuti |
|----------------------------------------------|----------|-------------|---------|--------------------|------------------------------|
|                                              |          | Low         | Defrost |                    |                              |
| <b>Frutta/verdura</b>                        |          |             |         |                    |                              |
| Broccoli, surgelati<br>singolarmente         | 100 g    |             | o       | 1-2                | 10                           |
| Taccole, surgelate<br>singolarmente          | 300 g    |             | o       | 3-5                | 10                           |
| Verdure, surgelate in blocco                 | 500 g    |             | o       | 7-12               | 10-15                        |
| Lamponi, surgelati<br>singolarmente          | 200 g    | o           |         | 4-6                | 5-10                         |
| Frutti di bosco, surgelati<br>singolarmente  | 200 g    | o           |         | 4-6                | 5-10                         |
| Albicocche, surgelate<br>singolarmente       | 450 g    |             | o       | 7-12               | 5-10                         |
| <b>Carne cruda</b>                           |          |             |         |                    |                              |
| Arrosto di maiale                            | 500 g    | o           |         | 12-15              | 10-15                        |
| Carne macinata                               | 250 g    | o           |         | 6-9                | 5                            |
| Carne macinata                               | 750 g    | o           |         | 9-14               | 5                            |
| Carne macinata                               | 900 g    | o           |         | 15-20              | 5                            |
| Scaloppine                                   | 250 g    | o           |         | 4-6                | 5                            |
| <b>Pollame/pesce crudi</b>                   |          |             |         |                    |                              |
| Pezzi di pollame                             | 450 g    | o           |         | 10-12              | 10                           |
| Fusi di pollo                                | 450 g    | o           |         | 7-10               | 10                           |
| Cosce di pollo                               | 450 g    | o           |         | 10-12              | 10                           |
| Sminuzzato di pollo                          | 500 g    | o           |         | 6-9                | 10                           |
| Pollo intero                                 | 1200 g   | o           |         | 30-35              | 10-15                        |
| Filetti di pesce, surgelati<br>singolarmente | 400 g    | o           |         | 2-4                | 10                           |
| Trota, intera                                | 200 g    | o           |         | 3-6                | 10                           |
| <b>Latticini/prodotti da forno</b>           |          |             |         |                    |                              |
| Burro                                        | 250 g    | o           |         | 3-4                | 5                            |
| Pasta per torte, non cotta                   | 500 g    | o           |         | 3-5                | 5                            |
| Pasta frolla, non cotta                      | 300 g    | o           |         | 3-5                | 5                            |
| Pane                                         | 500 g    | o           |         | 5-7                | 5                            |
| Panini (2 da 50 g)                           | 100 g    | o           |         | 1-2                | 3                            |
| Cake                                         | 350 g    | o           |         | 3-5                | 10                           |
| Pane per toast                               | 600 g    | o           |         | 6-8                | 10-15                        |



**Tabella di cottura**

|                                            | Quantità | Soffriggere, rosolare,<br>tostare, portare ad<br>ebollizione |         |                  | Cottura finale     |        |                  |
|--------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------|---------|------------------|--------------------|--------|------------------|
|                                            |          | Prestazione<br>High                                          | M. High | Tempo<br>in min. | Prestazione<br>Med | M. Low | Tempo<br>in min. |
| <b>Frutta/verdura</b>                      |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Spinaci, surgelati in blocco               | 600 g    | o                                                            |         | 6-8              | o                  |        | 6-8              |
| Finocchio, a metà                          | 500 g    | o                                                            |         | 8-10             |                    |        |                  |
| Carote, a rondelle                         | 500 g    | o                                                            |         | 8-10             | o                  |        | 2-4              |
| Cimette di cavolfiore                      | 400 g    |                                                              | o       | 6-9              |                    | o      | 2-4              |
| Pomodori, interi                           | 4 pezzi  |                                                              |         |                  |                    | o      | 3-5              |
| Fagiolini verdi                            | 500 g    | o                                                            |         | 10-14            |                    | o      | 3-5              |
| Cavoli di Bruxelles                        | 400 g    | o                                                            |         | 5-7              | o                  |        | 2-3              |
| Pere                                       | 400 g    |                                                              | o       | 3-4              |                    | o      | 1-3              |
| Composta di mele                           | 500 g    | o                                                            |         | 12-15            |                    |        |                  |
| Composta di albicocche                     | 500 g    | o                                                            |         | 8-11             |                    |        |                  |
| <b>Pesce</b>                               |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Filetto di pesce<br>in salsa, surgelato    | 250 g    |                                                              | o       | 3-5              |                    | o      | 2-3              |
| Trota surgelata                            | 200 g    |                                                              | o       | 7-9              |                    |        |                  |
| Filetto di pesce<br>al vino bianco, fresco | 400 g    |                                                              | o       | 5-7              |                    | o      | 2-3              |
| <b>Carne</b>                               |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Wienerli                                   | 200 g    |                                                              |         |                  |                    | o      | 1-3              |
| Carré                                      | 600 g    |                                                              | o       | 9-11             |                    | o      | 6-8              |
| Carne macinata (ragù)                      | 500 g    | o                                                            |         | 4-7              | o                  |        | 6-8              |
| <b>Pollame</b>                             |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Pezzi di pollo con salsa<br>al vino        | 650 g    | o                                                            |         | 8-10             | o                  |        | 2-4              |
| Sminuzzato di pollo<br>con salsa al curry  | 800 g    | o                                                            |         | 7-9              |                    |        |                  |
| <b>Patate</b>                              |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Patate con la buccia                       | 500 g    | o                                                            |         | 5-7              |                    |        |                  |
| Patate ai porri<br>con salsa alla panna    | 500 g    | o                                                            |         | 7-9              |                    |        |                  |
| <b>Uova</b>                                |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Omelette                                   | 2 œufs   |                                                              |         |                  | o                  |        | 1-3              |
| Uovo sbattuto                              | 2 œufs   |                                                              |         |                  |                    | o      | 4-5              |
| <b>Bevande</b>                             |          |                                                              |         |                  |                    |        |                  |
| Acqua                                      | 2 dl     | o                                                            |         | 1-2              |                    |        |                  |
| Latte                                      | 2 dl     |                                                              | o       | 1-2              |                    |        |                  |

---

## 13. Suggerimenti pratici

### Osservazioni generali

- Collocare gli alimenti sul bordo del piatto rotante.
- Preferire i tempi di cottura brevi. Doppia quantità, tempo doppio.
- Voltare di frequente o mescolare con cautela i cibi da cuocere o da scongelare.
- Rimuovere il coperchio dai cibi pronti in contenitori di alluminio o dai cibi surgelati in contenitori di plastica e sostituire il coperchio con una pellicola salvafreschezza forata.
- Collocare i prodotti di panetteria (pane, torte, crostate, strudel con salsiccia, ecc.) da scongelare o da riscaldare su un pezzo di carta per uso domestico. In questo modo gli alimenti rimangono più croccanti.
- Ricoprire i punti sensibili e sottili (ossa, pinne ecc.) con foglio di alluminio.
- Dopo aver utilizzato il forno, si consiglia di lasciare aperto lo sportello per alcuni minuti in modo che gli odori e l'umidità possano fuoriuscire.
- Forare più volte con una forchetta gli alimenti con la pelle o la buccia (mele, patate, pomodori, salumi, ecc.) in modo che possa fuoriuscire il vapore.

### Scongelamento

- Per scongelare, collocare i prodotti surgelati sfusi su un piatto, i prodotti surgelati in blocco vanno fatti leggermente scongelare e separati gli uni dagli altri.
- Collocare i blocchi di carne da scongelare su un piatto capovolto posto su un piatto più grande. In questo modo si evita una precottura causata dal succo caldo che fuoriesce dalla carne.
- Controllare spesso la carne macinata durante lo scongelamento e rimuovere dal vano cottura la carne già scongelata.
- Le verdure e la frutta congelate possono essere scongelate e cotte in una sola operazione.

### Cottura

- Durante la cottura, in particolare quando si riscaldano dei liquidi, può accadere che venga raggiunta la temperatura di ebollizione ma che non vengano in superficie le tipiche bolle di vapore. Il liquido non va in ebollizione uniformemente. Questo cosiddetto ritardo di ebollizione può provocare, quando si preleva il recipiente (movimenti bruschi), un'ebollizione eccessiva improvvisa (pericolo di ustioni). Pertanto preferire i tempi di cottura brevi.
- Forare le patate, le mele, i Wienerli ecc. perché non scoppino.
- Collocare le verdure, le patate con la buccia orizzontalmente in buste trasparenti, annodare la busta, forarla e cuocere.
- Far rosolare i pezzi di carne in padella e terminare la cottura nel microonde.
- Condire la carne in pezzi con paprica o salsa di soia, in questo modo acquisirà una doratura migliore.
- Dopo la cottura di cibi coperti è necessario rimuovere la copertura con cautela poiché fuoriesce del vapore molto caldo.

---

## 14. Pulizia e manutenzione

Spegnere l'apparecchio, staccare la spina e lasciare raffreddare l'apparecchio prima di pulirlo. Dopo l'uso pulire l'apparecchio internamente ed esternamente con un panno umido e morbido, strofinare e lasciare asciugare bene.

### Non immergere mai l'apparecchio nell'acqua.

L'area compresa fra lo sportello e il vano di cottura (telaio dello sportello) deve sempre essere pulita bene per assicurare una chiusura ermetica dello sportello. Lavare a mano il piatto rotante e la sua guida con 3 rotelle.

Per pulire l'apparecchio non usare mai oggetti appuntiti o prodotti aggressivi come prodotti chimici, pagliette o abrasivi. I resti di cottura si possono asportare con una spazzola morbida. Pulire l'esterno e lo sportello di vetro con detergente per stoviglie e un panno umido, evitando assolutamente di fare entrare acqua all'interno dell'apparecchio.

Per la pulizia interna non utilizzare mai prodotti aggressivi. Pulire subito con un panno umido le eventuali macchie di grasso.

## 15. Malfunzionamenti

### L'apparecchio non funziona!

- La spina è inserita nella presa?
- Il fusibile è a posto?
- Il timer è stato impostato correttamente?
- La potenza di cottura è stata impostata correttamente?
- L'apparecchio si è surriscaldato perché è stato messo in funzione senza cibi all'interno o perché le aperture di ventilazione erano ostruite o sporche? Spegnimento automatico mediante termostato di sicurezza: fare raffreddare l'apparecchio e rimetterlo in funzione.

### La luce del vano cottura rimane spenta, l'apparecchio funziona!

- La lampadina è difettosa: sostituibile soltanto dal Servizio Coop!  
L'apparecchio funziona anche senza illuminazione del vano cottura.

### La luce del vano cottura è accesa, il piatto rotante non gira!

- La guida del piatto rotante è stata applicata correttamente?
- Il piatto rotante viene bloccato da stoviglie troppo grandi?
- Il telaio dello sportello è pulito?
- Lo sportello è stato chiuso correttamente?

### I cibi non diventano caldi o sono appena tiepidi!

- Sono stati scelti il livello di potenza e il tempo di cottura corretti?
- Gli alimenti sono stati collocati sul bordo del piatto rotante?
- Gli alimenti sono coperti da una pellicola metallica? (Rimuoverla e sostituirla con pellicola salvafreschezza forata.)

**Se il difetto dovesse persistere anche dopo queste operazioni di controllo, portare l'apparecchio al punto di vendita Coop per la riparazione o un ulteriore controllo presso il Servizio Coop.**

## 16. Smaltimento

Ai fini della salvaguardia dell'ambiente, al termine del loro ciclo di vita tutti gli apparecchi elettrici devono essere smaltiti in maniera appropriata. Tagliare il cavo di alimentazione e consegnare l'apparecchio inutilizzabile al punto di vendita Coop più vicino per il corretto smaltimento.



Gerät zur Entsorgung zurück in die Verkaufsstelle  
Rapporter l'appareil hors d'usage au point de vente  
Riportare l'apparecchio al punto di vendita per  
il corretto smaltimento

## 17. Garanzia Coop/ Servizio Coop

### La vostra sicurezza dopo l'acquisto

Sugli apparecchi elettrici concediamo 2 anni di garanzia Coop a partire dalla data di acquisto. Durante la garanzia, il Servizio dopo vendita Coop ripara gratuitamente l'apparecchio, senza addebitare le spese di spedizione e trasporto, i pezzi di ricambio e il tempo impiegato per la riparazione.

La garanzia Coop non risponde in caso di:

- difetti o danni causati dall'inosservanza di queste istruzioni per l'uso;
- uso improprio da parte dell'acquirente o di terzi;
- normale usura;
- riparazioni eseguite dall'acquirente o da terzi;
- mancanza del certificato di garanzia o dello scontrino di cassa.

**In caso di richiesta di garanzia è necessario presentare lo scontrino di cassa o il certificato di garanzia che devono quindi essere conservati con cura.**

### Prestazioni Coop supplementari per elettrodomestici Satrap

#### Laboratorio qualità

Nei nostri laboratori testiamo e verifichiamo costantemente il funzionamento, l'operatività, le performance, il grado di sicurezza e l'economicità di tutti gli apparecchi Satrap.

#### Norme di sicurezza

Tutti gli apparecchi Satrap sono conformi alle norme europee ed internazionali EN/IEC e soddisfano le norme svizzere sulla sicurezza.

### Dichiarazione merceologica

Se siete interessati ad un apparecchio Satrap, potete informarvi in modo esauriente sul prodotto prima di acquistarlo. La dichiarazione merceologica senza fini pubblicitari garantisce un'informazione chiara e confrontabile per i consumatori e permette loro di scegliere con assoluta sicurezza. In questo modo possono ricevere informazioni su provenienza, dati elettrici, reperibilità dei materiali, equipaggiamento, consumo energetico, accessori e particolarità dei singoli apparecchi.

### Garanzia Coop

La Garanzia Coop sul vostro apparecchio Satrap significa che tutti i lavori di riparazione eseguiti durante la validità della garanzia sono gratuiti. Non vi saranno addebitati né il tempo impiegato, né le spese di materiale, spedizione o di trasporto.

### Servizio Coop

La vostra sicurezza dopo l'acquisto:

In caso di guasti o riparazioni, la cosa migliore è portare il vostro apparecchio in un punto vendita Coop che dispone dell'assortimento corrispondente.

### Hotline

In caso di problemi tecnici o per richiedere maggiori informazioni sulle prestazioni del Servizio Coop, potete telefonare alla Hotline multilingue: tel. 0848 811 222.

### Garanzia Servizio Coop

In caso di riparazioni, il Servizio Coop concede una garanzia di 5 anni per apparecchi piccoli. Sulle riparazioni eseguite – ricambi inclusi – il Servizio Coop offre 1 anno di garanzia.

Consultate il Servizio di Assistenza Coop visitando il sito [www.satrap.ch](http://www.satrap.ch)



## 18. Informazione ai consumatori

Dichiarazione merceologica

Forno a microonde

Satrap Micro M1

(Definizione Coop)

SAP 5.785.993

### a) Dati generali

Provenienza

Cina

Garanzia

2 anni

Garanzia assistenza tecnica

5 anni

Servizio effettuato da

Coop Service

Istruzioni per l'uso

Sì

### b) Dati elettrici

Tensione nominale

230 Volt

Potenza nominale

1200 W

Sicurezza

6 A

Requisiti in materia di sicurezza

Risponde alle norme europee/internazionali EN/IEC

### c) Dati dell'apparecchio

Dimensioni, apparecchio completo

A/L/P: 265 × 455 × 325 mm

Dimensioni, apparecchio riposto

A/L/P: 175 × 290 × 255 mm

Volume vano cottura

17 litri

Peso

11 kg

Tipo di installazione

Indipendente

Cerniera sportello

A la sinistra

Lunghezza del cavo

90 cm

Modalità di funzionamento

1

Funzionamento microonde

Sistema

Mediante magnetron

Distribuzione microonde

Mediante piatto rotante in vetro, Ø 24,5 cm

Frequenza di esercizio

2450 MHz

6 livelli di potenza

119/280/336/462/595/700 W

### Dotazione:

Timer

Interruttore girevole da 0 a 30 minuti

Selettore di potenza

Interruttore girevole a 6 posizioni

Tasto di apertura della porta

Sì

Finestrella

Sì

Illuminazione vano cottura

Sì

Sistema di sicurezza

I programmi si interrompono quando si apre lo sportello

Protezione antisurriscaldamento

Sì, integrato

### Materiale:

Involucro esterno e interno

Lamiera di acciaio verniciata

Sportello

Materiale sintetico

Piatto rotante

Vetro termoresistente

Piedini

4 pezzi



## **1. Produktebeschreibung**

1. Leistungsstufenschalter mit 6 Positionen
2. Zeitschaltuhr 0 bis 30 Minuten  
Abschaltung mit akustischem Signal bei  
Prozessende
3. Türöffnungstaste
4. Drehteller aus Glas, herausnehmbar
5. Drehtellerführung mit 3 Rollen
6. Drehsockel
7. Garraum mit Innenbeleuchtung und  
Ventilationsöffnung
8. Ventilationsöffnungen oben, seitlich und  
hinten
9. Gerätetür mit transparentem Fenster
10. Sicherheits- und Verriegelungssystem der  
Gerätetür
11. Netzkabel mit Stecker

## **1. Description du produit**

1. Sélecteur de puissance 6 positions
2. Minuterie 0–30 minutes  
Arrêt automatique avec signal acoustique
3. Touche ouverture de porte
4. Plateau tournant en verre, amovible
5. Support de plateau avec 3 roulettes
6. Socle rotatif
7. Compartiment de cuisson avec éclairage et  
grilles de ventilation
8. Orifices de ventilation en haut, à l'arrière et  
sur les côtés
9. Porte vitrée
10. Système sécurisé de fermeture de la porte
11. Cordon d'alimentation

## **1. Descrizione del prodotto**

1. Selettore della potenza su 6 posizioni
2. Timer da 0 a 30 minuti  
Disinserimento automatico con segnale  
acustico
3. Tasto di apertura della porta
4. Piatto rotante in vetro, estraibile
5. Guida del piatto rotante con 3 rotelle
6. Base rotante
7. Vano di cottura con illuminazione interna e  
apertura di ventilazione
8. Aperture di ventilazione nella parte superiore,  
laterale e posteriore
9. Sportello con finestrella trasparente
10. Sistema di sicurezza e di bloccaggio dello  
sportello
11. Cavo di alimentazione con spina

# satrap

Satrap ist einfach clever! Unkomplizierte Bedienung, funktionale Gestaltung und immer auf dem aktuellsten Stand der Technik. Dazu faire Preise und ausgezeichnete Service- und Reparaturleistungen. Kurz: Satrap ist seit 1955 eine kluge Entscheidung.

Satrap, ce sont des appareils fonctionnels à prix justes et qui répondent aux dernières avancées techniques, mais aussi un service après-vente et des réparations de qualité. Satrap, depuis 1955, c'est le bon choix!

Satrap è semplicemente geniale! Facilità d'uso, design funzionale, sempre al passo con la tecnologia, prezzi vantaggiosi e un servizio dopo vendita e di riparazione impeccabile: dal 1955 Satrap è la scelta intelligente!

[www.satrap.ch](http://www.satrap.ch)

**coop**

Info Service  
Postfach 2550, 4002 Basel  
Info-Tel. 0848 888 444\*  
[www.coop.ch](http://www.coop.ch)

\*Nationaler Tarif/Tarif national/  
Tariffa nazionale

**Service-Hotline 0848 811 222**