



MICROWAVE OVEN

Use and Care Guide

HORNO DE MICROONDAS

Manual de Uso y Cuidado

Models/Modelos 721.62223



ENGLISH

ESPAÑOL

Sears, Roebuck and Co., Hoffman Estates, IL 60179 U.S.A.

P/NO.: 3828W5A2833

www.sears.com

TABLE OF CONTENTS

WARRANTY	2	USING YOUR MICROWAVE OVEN	9-15
SAFETY	3-4	Clock.....	9
Precautions To Avoid Possible Exposure		Kitchen Timer.....	9
To Excessive Microwave Energy	3	Child Lock.....	9
Grounding Instructions.....	3	Quick Start.....	10
Important Safety Instructions	4	More / Less.....	10
UNDERSTANDING YOUR		Timed Cooking.....	10
MICROWAVE OVEN	5-8	Multi-Stage Cooking.....	11
Specifications.....	5	Microwave Power Levels	11
Installation.....	5	Quick Touch Cooking.....	12
Parts And Accessories.....	6	Quick Touch Cooking Table	12
Control Panel.....	6	Auto Defrost.....	13
Cookware Guide	7	Auto Defrost Table	13
Tips For Microwave Cooking	8	Express Defrost	13
Cleaning.....	8	Cooking Tips.....	14-15
		TROUBLESHOOTING	16-18
		Questions And Answers	16-17
		Before Calling For Service.....	18
		Master Protection Agreements	39

WARRANTY

FULL ONE-YEAR WARRANTY ON MICROWAVE OVEN

For one year from the date of purchase, if this Kenmore microwave oven fails due to a defect in material or workmanship, Sears will repair it free of charge.

FULL FIVE-YEAR WARRANTY ON THE MAGNETRON

For five years from the date of purchase, if the magnetron in this Kenmore microwave oven fails due to a defect in material or workmanship, Sears will repair it free of charge.

WARRANTY SERVICE

For warranty service, return the microwave to your nearest Sears Parts & Repair Center in the United States. For the location of your nearest Sears Parts & Repair Center, call 1-800-4-MY-HOME®.

This warranty applies only while this product is in use in the United States.

This warranty gives you specific legal rights, and you may also have other rights which vary from state to state.

**Sears, Roebuck and Co., D/817WA,
Hoffman Estates, IL. 60179 U.S.A.**

SAFETY

PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY ...

- **Do not attempt to operate this oven with the door open**, since open-door operation can result in harmful exposure to microwave energy. It is important not to defeat or tamper with the safety interlock.
- **Do not operate the oven if it is damaged.** It is particularly important that the oven door close properly and that there is no damage to the:
 - door (bent)
 - hinges and latches (broken or loosened)
 - door seals and sealing surfaces.
- **Do not place any object between the oven front face and the door**, or allow soil or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.
- **The oven should not be adjusted or repaired** by anyone except properly qualified service personnel.

GROUNDING INSTRUCTIONS

This appliance must be grounded! If an electrical short circuit occurs, grounding reduces the risk of electric shock by providing an escape wire for the electric current. This appliance is equipped with a cord having a grounding wire with a grounding plug.

Put the plug into an outlet that is properly installed and grounded.

WARNING

If you use the grounding plug improperly, you risk electric shock.

Ask a qualified electrician or the Sears Service Department if you do not understand the grounding instructions or if you wonder whether the appliance is properly grounded.

This appliance has a short power supply cord to reduce the risk of anyone's tripping over or becoming entangled in the cord. You may use an extension cord if you are careful.

If you use an extension cord, be sure that:

- The extension cord has the same electrical rating as the appliance.
- The marked rating of the extension cord shall be equal to or greater than the electrical rating of the appliance.
- The extension cord is a grounding-type 3-wire cord.
- The extension cord does not drape over a countertop or tabletop, where it can be pulled on by children or tripped over accidentally.
- The electrical cord is dry and not pinched or crushed in any way.

NOTE: This oven draws 13 amperes at 120 Volts, 60 Hz.

SAFETY

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

The safety instructions below will tell you how to use your oven to avoid harm to yourself or damage to your oven.

WARNING — To reduce the risk of burns, electric shock, fire, injury to persons, or exposure to excessive microwave energy:

1. **Read all the instructions before using your oven.**
2. **Do not allow children to use this oven without close supervision!**
3. Read and follow the specific **PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY** found on page 3.
4. **Do not tamper with the built – in safety switches on the oven door!** The oven has several built-in safety switches to make sure the power is off when the door is open.
5. **When cleaning the door and the surfaces that touch the door, use only mild, nonabrasive soaps or detergents and a sponge or soft cloth.**
6. **If your oven is dropped or damaged,** have it thoroughly checked by a qualified service technician before using it again.
7. **To avoid a fire hazard:**
 - a) **Do not severely overcook foods.** It can cause a fire in the oven.
 - b) **Do not use recycled paper products in your oven.** They can contain particles that can cause arcing or may ignite.
 - c) **Do not overcook potatoes.** Overcooking could cause a fire.
 - d) **Do not store combustible items** (bread, cookies, etc.) **in the oven,** because if lightning strikes the power lines, it may cause the oven to turn ON.
 - e) **Do not use wire twist-ties in the oven.** Be sure to remove them before placing the item in the oven.
 - f) **Do not use the cavity for storage purposes.** Do not leave paper products, cooking utensils, or food in the cavity when not in use.
8. **If a fire should start:**
 - a) **Keep the oven door closed.**
 - b) **Turn the oven off.**
 - c) **Disconnect the power cord or shut off the power at the fuse or circuit breaker panel.**
9. Do not use this oven for commercial purposes. This microwave is made for household use only.
10. Install or locate this appliance in accordance with the provided installation instructions.
11. **To avoid electric shock:**
 - a) **This appliance must be grounded!** Connect it only to a properly grounded outlet. (See the **Grounding instructions** on page 3.)
 - b) **Do not operate this appliance if it has a damaged cord or plug,** if it is not working properly, or if it has been damaged or dropped.
 - c) **Do not immerse the electrical cord or plug in water.**
 - d) **Keep the cord away from heated surfaces.**
 - e) This appliance should be serviced only by qualified service personnel.
12. Liquids such as water, coffee, or tea are able to be overheated beyond the boiling point without appearing to be boiling due to surface tension of the liquid. Visible bubbling or boiling when the container is removed from the microwave oven is not always present. This could result in very hot liquids suddenly boiling over when a spoon or other utensil is inserted into the liquid. To reduce the risk of injury to persons; 1) Do not overheat the liquid. 2) Stir the liquid both before and halfway through heating it. 3) Do not use straight-sided containers with narrow necks. 4) After heating, allow the container to stand in the microwave oven for a short time before removing the container. 5) Use extreme care when inserting a spoon or other utensil into the container.
13. Keep the glass tray and the turntable roller rest in the oven when you are cooking.
14. Do not use the oven outdoors. Do not store the oven outdoors. Do not use this product near water.
15. Do not cover or block any openings in the oven.
16. Do not run the microwave oven empty.
17. Do not let the cord hang over the edge of a table or counter.
18. Do not heat glass turntable excessively.
 - Do not cook bacon directly on the glass turntable.
 - Do not allow the grey film on special microwave cooking packages to touch the glass turntable. Put the package on a microwave-safe dish.
 - Keep a browning dish at least $\frac{3}{16}$ inch above the glass turntable. If you use the browning dish incorrectly, you could break the glass turntable.
19. Be careful not to chip or scratch the edges of the turntable. Chips or scratches may cause the turntable to break during use.

SAVE THESE INSTRUCTIONS!

UNDERSTANDING YOUR MICROWAVE OVEN

SPECIFICATIONS

Power Supply	120 V AC, 60 Hz
Rated Power Consumption	1,500 W
Microwave Output	*1,100 W
Rated Current	13.0 A
Overall Dimensions (WxHxD)	20 ³ / ₁₆ " x 11 ⁷ / ₈ " x 15 ¹ / ₈ "
Oven Cavity Dimensions (WxHxD)	13 ⁷ / ₈ " x 9 ⁵ / ₁₆ " x 14 ³ / ₁₆ "
Capacity of Oven Cavity	1.1 Cu. Ft.

*IEC 60705 RATING STANDARD

Specifications subject to change without prior notice.

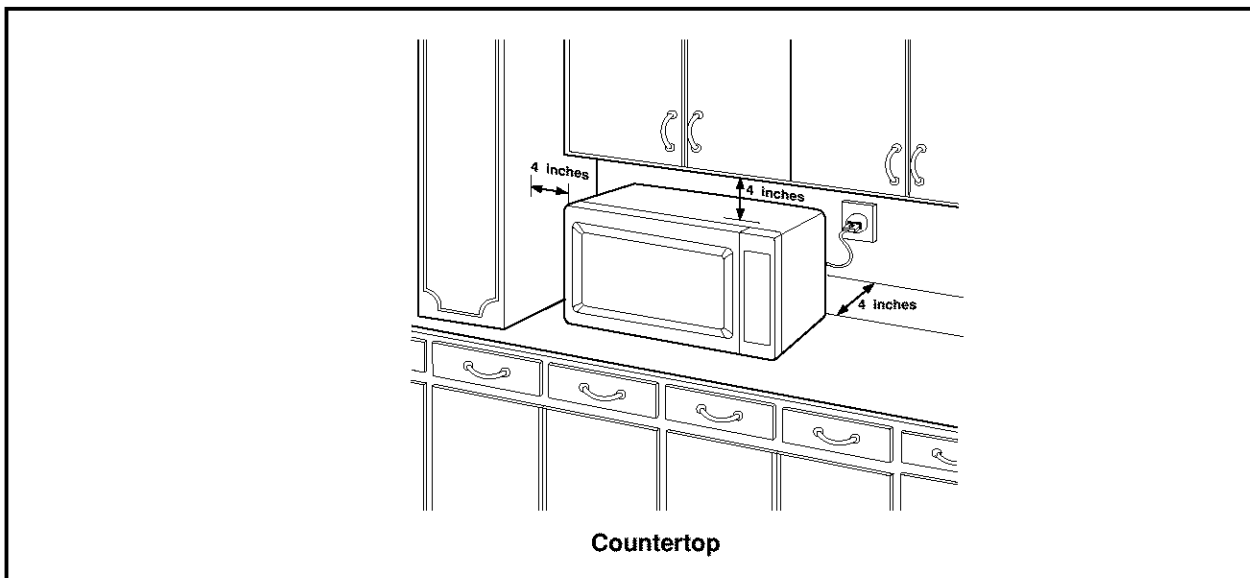
INSTALLATION

1. Remove your Kenmore microwave oven and all packing materials from the shipping carton.
2. Place the oven on a level surface that provides at least 4 inches of space at the left, right, top, and rear sides for proper ventilation.

NOTE: Do not install your microwave oven over a range, cooktop or other heat-producing appliances. This oven is not designed for Built-In use.

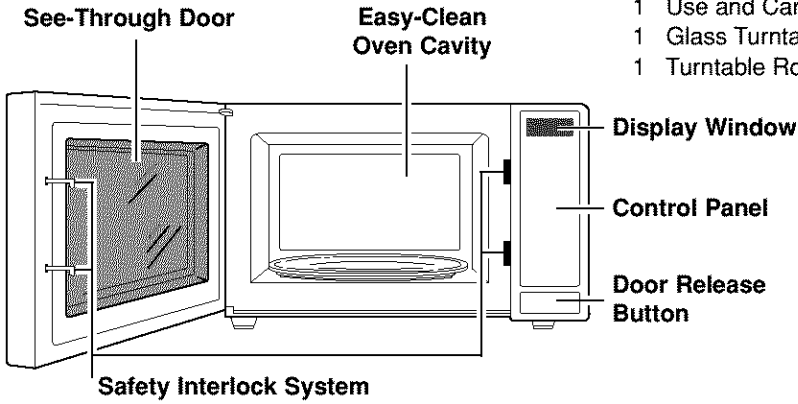
3. Place the turntable roller rest in the circle on the oven floor and then place the glass turntable on the top of the turntable roller rest.

NOTE: Never place the glass turntable in the oven upside down. Blocking the inlet and/or outlet openings can damage the oven.



UNDERSTANDING YOUR MICROWAVE OVEN

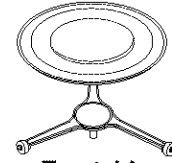
PARTS AND ACCESSORIES



Your oven comes with the following accessories:

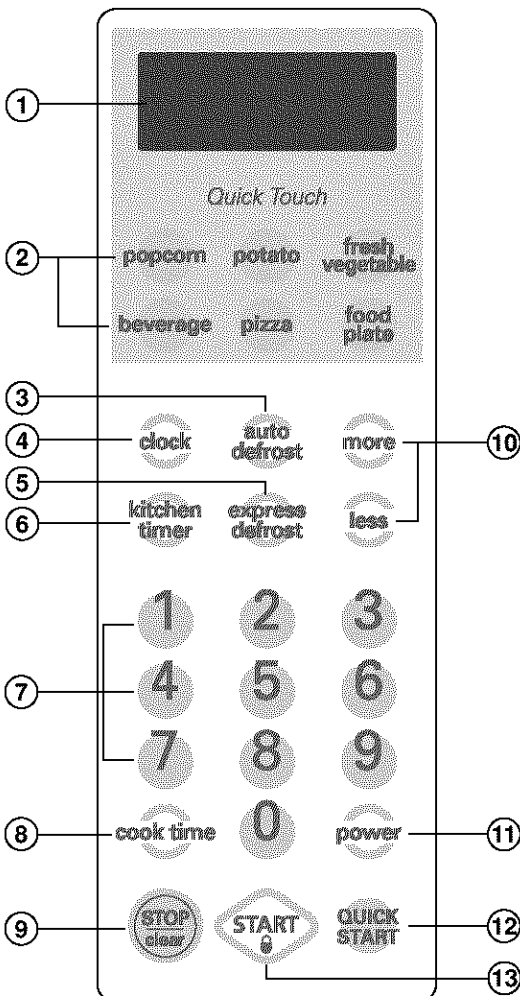
- 1 Use and Care Guide
- 1 Glass Turntable
- 1 Turntable Roller Rest

Glass Turntable



Turntable Roller Rest

CONTROL PANEL



- 1. DISPLAY.** The Display includes a clock and indicators that tell you time of day, cooking time settings, and cooking functions selected.
- 2. QUICK TOUCH.** This pad allows you to cook most of your favorite foods without having to select cooking times and power levels.
- 3. AUTO DEFROST.** This pad is an accurate defrosting method for frozen meat, poultry and fish up to 6.0 lbs.
- 4. CLOCK.** Touch this pad to enter the time of day.
- 5. EXPRESS DEFROST.** This pad provides you with the Quick Defrosting method for 1.0 pound of meat.
- 6. KITCHEN TIMER.** Touch this pad to use your microwave oven as a kitchen timer.
- 7. NUMBER PADS.** Touch Number Pads to enter cooking time, power level, quantities, or weights.
- 8. COOK TIME.** Touch this pad to set a cooking time.
- 9. STOP/CLEAR.** Touch this pad to stop the oven or clear entries.
- 10. MORE/LESS.** Touch this pad to adjust cooking time.
- 11. POWER.** Touch this pad to set a cooking power.
- 12. QUICK START.** Touch this pad to cook at 100% power quickly.
- 13. START.** Touch this pad to start all entries (except the Quick Touch, Express Defrost and Quick Start function which start automatically) and to turn Child Lock on or off.

UNDERSTANDING YOUR MICROWAVE OVEN

COOKWARE GUIDE

Most heat-resistant, non-metallic cookware is safe for use in your microwave oven. However, to test cookware before using, follow these steps:

1. Place the empty cookware in the microwave oven.
2. Measure 1 cup of water in a glass measuring cup and place it in the oven beside the cookware.
3. Microwave on 100% power for 1 minute. If the dish is warm, it **should not** be used for microwave cooking.

USE	DO NOT USE
<p>Ovenproof Glass</p> <ul style="list-style-type: none"> • Glass treated for use in high-intensity heat includes utility dishes, bread dishes, pie plates, cake plates, liquid measuring cups, casseroles, and bowls without metallic trim. <p>China</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bowls, cups, serving plates, and platters without metallic trim can be used in your oven. <p>Plastic</p> <ul style="list-style-type: none"> • When using plastic wrap as a cover, make sure that the dish is deep enough so the plastic wrap does not touch the food. As the food heats, it may melt the plastic wrap wherever the wrap touches the food. • Place plastic wrap loosely over the top of the dish and secure it by pressing the wrap to the sides of the dish. • Vent by turning back one corner of the plastic wrap. This will allow excess steam to escape. • Use plastic dishes, cups, semi-rigid freezer containers, and plastic bags only for short time cooking. Use these with care because the plastic may soften from the heat of the food. <p>Paper</p> <ul style="list-style-type: none"> • Microwave-safe paper towels, waxed paper, paper napkins, and paper plates with no metallic trim or design can be used in your oven. • Refer to the manufacturer's label for use of any paper product in the microwave oven. 	<p>Metal Utensil</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metal shields food from microwave energy and produces uneven cooking. Avoid metal skewers, thermometers, or foil trays. • Metal utensils can cause arcing, which is a discharge of electric current. Arcing can damage your microwave oven. <p>Metal Decoration</p> <ul style="list-style-type: none"> • Do not use metal-trimmed or metal-banded dinnerware, casserole dishes, etc. <p>Centura™ Tableware</p> <ul style="list-style-type: none"> • The Corning Company recommends that you do not use Centura tableware and some Corelle™ closed-handle cups for microwave cooking. <p>Aluminum Foil</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avoid large sheets of aluminum foil because they hinder cooking and may cause arcing. • Use small pieces of foil to shield poultry legs and wings. • Keep all aluminum foil at least 1 inch from the walls and door of the oven. <p>Wood</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wooden bowls, boards, and baskets will dry out and may split or crack when you use them in the microwave oven. <p>Tightly Closed Containers</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tightly closed cookware can explode. Be sure to leave an opening for steam to escape from covered cookware. <p>Brown Paper</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avoid using brown paper bags. They absorb heat and could burn. <p>Metal Twist Ties</p> <ul style="list-style-type: none"> • Always remove metal twist ties as they can become hot and cause a fire.

UNDERSTANDING YOUR MICROWAVE OVEN

TIPS FOR MICROWAVE COOKING

BROWNING

Meat and poultry with high fat content that are cooked for 10 or 15 minutes or longer will brown lightly. Foods cooked a shorter time can be brushed with a browning agent, such as Worcestershire sauce, soy sauce, or barbecue sauce.

COVERING

A cover traps heat and steam and causes the food to cook more quickly. Use a lid or microwave-safe plastic wrap with one corner folded back to vent the excess steam. Lids on glass casseroles can become hot during cooking. Handle carefully. Waxed paper will prevent the food from splattering in the oven and help retain heat. When warming bread items, use waxed paper, napkins, or paper towels. To absorb extra moisture, wrap sandwiches and fatty foods in paper towels.

SPACING

Arrange individual foods, such as baked potatoes, cupcakes, and hors d'oeuvres in a circle and at least 1 inch apart. This will help the food cook more evenly.

STIRRING

Stirring blends flavors and redistributes the heat in foods. Always stir from the outside toward the center of the dish. Food at the outside of the dish heats first.

TURNING

Large foods, such as roasts and whole poultry, should be turned so that the top and bottom cook evenly. Also turn over chicken pieces and chops.

CLEANING

Wipe the oven inside and outside with a soft cloth and a mild detergent solution. Then rinse and wipe dry. This should be done weekly or more often, if needed. Never use cleaning powders or rough pads. Excessive oil splatters on the inside top will be difficult to remove if left for many days. Wipe splatters with a wet paper towel, especially after cooking chicken or bacon.

REMOVABLE PARTS

The turntable and turntable roller rest are removable. They should be hand-washed in warm (not hot) water with a mild detergent and a soft cloth. Once they are clean, rinse well and dry with a soft cloth. Never use cleaning powders, steel wool, or rough pads.

ARRANGEMENT

Do not stack food. Arrange in a single layer in the dish for more even cooking. Because dense foods cook more slowly, place thicker portions of meat, poultry, fish, and vegetables toward the outside of the dish.

TESTING FOR DONENESS

Because foods cook quickly in a microwave oven, you need to test frequently for doneness.

STANDING TIME

Depending on density, food often needs to stand from 2 to 15 minutes after you remove it from the oven. Usually, you need to cover food during standing time to retain heat. Remove most foods when they are slightly undercooked and they will finish cooking during standing time. The internal temperature of food will rise about 10 °F during standing time.

SHIELDING

To prevent some portions of rectangular or square dishes from overcooking, you may need to shield them with small strips of aluminum foil to block the microwaves. You can also cover poultry legs and wing tips with foil to keep them from overcooking. **Always keep foil at least 1 inch from oven walls** to prevent arcing.

PIERCING

Pierce the shell, skin, or membrane of foods before cooking to prevent them from bursting. Foods that require piercing include yolks and whites of eggs, hot dogs, clams, oysters, and whole vegetables, such as potatoes and squash.

- The turntable may be cleaned at the sink. Be careful not to chip or scratch the edges as this may cause the turntable to break during use.
- The turntable roller rest should be cleaned regularly.

SPECIAL CARE

For best performance and safety, the inner door panel and the oven front frame should be free of food or grease buildup. Wipe often with a mild detergent; then rinse and wipe dry. Never use cleaning powders or rough pads.







After cleaning the control panel, touch STOP/CLEAR to clear any entries that might have been entered accidentally while cleaning the panel.

USING YOUR MICROWAVE OVEN

CLOCK

Example: To set the clock for 10:30(AM).

Touch: **Display Shows:**

1.  
2.  *ENTER TIME OF DAY*
3.  *10 : 30 TOUCH START*
4.  




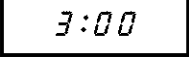
NOTE: This is a 12 hour clock.

KITCHEN TIMER

Your microwave oven can be used as a kitchen timer. You can set up to 99 minutes, 99 seconds.

Example: To set 3 minutes.

Touch: **Display Shows:**



1.  *ENTER TIME IN MIN AND SEC*
2.  *3 : 00 TOUCH START*
3.  
time counting down.

CHILD LOCK

You can use this safety feature to lock the control panel so that children cannot use the oven when you do not want them to and when you are cleaning the oven.


To set CHILD LOCK:

Touch: **Display Shows:**

1. 
2.  Touch and hold until LOCKED appears in the display. (approximately 4 seconds)

To cancel CHILD LOCK:

Touch: **Display Shows:**

1.  Touch and hold until LOCKED disappears from the display. (approximately 4 seconds)


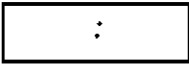


USING YOUR MICROWAVE OVEN

QUICK START

A time-saving pad, this simplified control lets you quickly set and start microwave cooking at 100% power without the need to touch START.

Example: To cook for 2 minutes.

Touch: **Display Shows:**

1.  
2.  4 times 

NOTE: If you touch **QUICK START**, it will add 30 seconds up to 3 minutes, 30 seconds; afterward, every touch will add 1 minute up to 99 minutes 59 seconds.








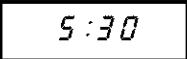
TIMED COOKING

This feature lets you program a specific cook time and power. For best results, there are 10 power level settings in addition to HIGH power (100%). Refer to the "Microwave Power Level Table" on page 11 for more information.

NOTE: If you do not select a power level, the oven will automatically cook at HIGH (100%) power.

Example: To cook for 5 minutes, 30 seconds at 80% power.

Touch: **Display Shows:**

1.  *ENTER COOKING TIME*
2.    *5 : 30 TOUCH START OR POWER*
3.  *ENTER POWER LEVEL 1 TO 10*
4.  *P-80 TOUCH START*
5.  



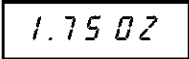

MORE / LESS

By using the **MORE / LESS** pad, all of the **QUICK TOUCH** and **time cook** programs can be adjusted to cook food for a longer or shorter time.

MORE will add 10 seconds and **LESS** will subtract 10 seconds to the cooking time each time you press it.

Example: To adjust the quick touch (popcorn) cooking time for a longer time.

Touch: **Display Shows:**

1.  *1.75 OZ TOUCH 1*
3.0 OZ TOUCH 2
3.5 OZ TOUCH 3
2.  
3. 

NOTE: Press the MORE or LESS during time countdown.


USING YOUR MICROWAVE OVEN


MULTI-STAGE COOKING


For best results, some recipes call for different cook powers during different stages of a cook cycle. You can program your oven to switch from one power level to another for up to 3 stages.


Example: To set a 2-stage cook cycle.

Touch: **Display Shows:**


1.  **cook time** *ENTER COOKING TIME*


2.  **3 0 0** *3 : 00 TOUCH START OR POWER*
to set a 3 minute cook time for first stage.


3.  **power** *ENTER POWER LEVEL 1 TO 10*

4.  **8** to set an 80% cook power for the first stage. *P-80 TOUCH START*

5.  **cook time** *ENTER COOKING TIME*

6.  **7 0 0** *7 : 00 TOUCH START OR POWER*
to set a 7 minute cook time for second stage.

7.  **power** *ENTER POWER LEVEL 1 TO 10*

8.  **5** to set an 50% cook power for the second stage. *P-50 TOUCH START*

9.  **START**  **3 : 00**

10. When the first stage is over, you will hear two short tones as the oven begins the second cook stage.

MICROWAVE POWER LEVELS

Your microwave oven has 10 cook power levels to let you cook or heat a wide variety of foods. Refer to the table below for suggestions:

Microwave Power Level Table

Power Level	Use
10 (High)	<ul style="list-style-type: none"> • Boiling water. • Making candy. • Cooking poultry pieces, fish, & vegetables. • Cooking tender cuts of meat. • Whole poultry.
9	<ul style="list-style-type: none"> • Reheating rice, pasta, & vegetables.
8	<ul style="list-style-type: none"> • Reheating prepared foods quickly. • Reheating sandwiches.
7	<ul style="list-style-type: none"> • Cooking egg, milk, & cheese dishes. • Cooking cakes, breads. • Melting chocolate.
6	<ul style="list-style-type: none"> • Cooking veal. • Cooking whole fish. • Cooking puddings & custard.
5	<ul style="list-style-type: none"> • Cooking ham, whole poultry, & lamb. • Cooking rib roast, sirloin tip.
4	<ul style="list-style-type: none"> • Thawing meat, poultry, & seafood.
3	<ul style="list-style-type: none"> • Cooking less tender cuts of meat. • Cooking pork chops, roast.
2	<ul style="list-style-type: none"> • Taking chill out of fruit. • Softening butter.
1	<ul style="list-style-type: none"> • Keeping casseroles & main dishes warm. • Softening butter & cream cheese.
0	<ul style="list-style-type: none"> • Standing time.

USING YOUR MICROWAVE OVEN

QUICK TOUCH COOKING

Use this function to cook food without entering a cook time or power. Refer to the Quick Touch Cook Table below for more information.

Example: To cook a 3.5oz. bag of microwave popcorn.

Touch: **Display Shows:**

1. 

1.75 OZ TOUCH 1
3.0 OZ TOUCH 2
3.5 OZ TOUCH 3

2. 

3.5 OZ

3. The oven will start automatically.

Time counting down.

Example: To cook 1 potato

Touch:

Display Shows:

1. 

TOUCH 1 TO 4

2. 

1 POTATO

3. The oven will start automatically.

Time counting down.

QUICK TOUCH COOKING TABLE

Pad	Touch Keypad	Serving size	Directions	Cover
POPCORN	1 Pad 2 Pad 3 Pad	1.75 ozs. 3.0 ozs. 3.5 ozs.	* Follow package instructions. * Use commercially packaged microwave popcorn. * Do not try to pop unpopped kernels. * Heat only 1 package at a time. * Do not leave the microwave oven unattended while popping popcorn.	None
POTATO	1 Pad 2 Pad 3 Pad 4 Pad	1 (8 ozs.) 2 (16 ozs.) 3 (24 ozs.) 4 (32 ozs.)	* Place in center of the oven on paper towel. * Pierce potato several times with fork. * After cooking, let stand for 5 minutes. * Do not cover.	None
FRESH VEGETABLE	1 Pad 2 Pad 3 Pad 4 Pad	1 cup (8 ozs.) 2 cups (16 ozs.) 3 cups (24 ozs.) 4 cups (32 ozs.)	* Prepare vegetable (wash, cut-up vegetable into ½ inch slices or pieces). * Most vegetables need 2 minutes or 3 minutes standing time after cooking. 1 cup - Add 2 tablespoon water 2 cups - Add 2 tablespoon water 3 cups - Add 4 tablespoon water 4 cups - Add 4 tablespoon water	Plastic Wrap
BEVERAGE	1 Pad 2 Pad	1 cup (8 ozs.) 2 cups (16 ozs.)	* Use mug or microwave-safe cup. * Stir after reheating.	None
PIZZA	1 Pad 2 Pad 3 Pad	1 slice (5 ozs.) 2 slices (10 ozs.) 3 slices (15 ozs.)	* Place the refrigerated pizza on the plate in the center of the microwave oven.	None
FOOD PLATE	1 Pad 2 Pad	1 (10 ozs.) 2 (15 ozs.)	* Place foods to be heated on dinner plate or similar dish. * Cover with plastic wrap and vent. * After cooking, allow to stand for 3 minutes.	Plastic Wrap

USING YOUR MICROWAVE OVEN

AUTO DEFROST






Three defrost sequences are preset in the oven. The auto defrost feature provides you with the best defrosting method for frozen foods. The cooking guide will show you which defrost sequence is recommended for the food you are defrosting.

For added convenience, the Auto Defrost includes a built-in beep mechanism that reminds you to check, turn over, separate, or rearrange to get best defrost results. Three different defrosting levels are provided.

- 1 MEAT
- 2 POULTRY
- 3 FISH

*Available weight is 0.1~6.0 lbs.

Example: To defrost 1.2 lbs of ground beef.

Touch:	Display Shows:
1. 	DEF-1 TOUCH 1 DEF-2 TOUCH 2 DEF-3 TOUCH 3
2. 	ENTER WEIGHT
3.  and  to enter the weight	1.2 LBS TOUCH START
4. 	Time counting down.

NOTE:

When you touch the START pad, the display changes to defrost time count down. The oven will beep during the DEFROST cycle. At this time, open the door and turn, separate, or rearrange the food.




Remove any portions that have thawed.

Return frozen portions to the oven and touch START to resume the defrost cycle.

OPERATING TIPS

- For best results, remove fish, shellfish, meat, and poultry from its original closed paper or plastic package (wrapper). Otherwise, the wrap will hold steam and juice close to the foods, which can cause the outer surface of the foods to cook.
- For best results, shape your ground meat into the form of a doughnut before freezing. When defrosting, scrape off thawed meat when the beep sounds and continue defrosting.
- Place foods in a shallow container or on a microwave roasting rack to catch drippings.
- Food should still be somewhat icy in the center when removed from the oven.

AUTO DEFROST TABLE



Category	Food to be Defrosted
 MEAT	Beef Ground beef, Round steak, Cubes for stew, Tenderloin steak, Pot roast, Rib roast, Rump roast, Chuck roast, Hamburger patty Lamb Chops (1 inch thick), Rolled roast Pork Chops (1/2 inch thick), Hot dogs, Spareribs, Country-style ribs. Rolled roast, Sausage Veal Cutlets (1 lb., 1/2 inch thick)
 POULTRY	Poultry Whole (under 4 lbs.), Cut-up, Breasts (boneless) Cornish Hens Whole Turkey Breast
 FISH	Fish Fillets, Whole Steaks Shellfish Crab meat, Lobster tails, Shrimp, Scallops

ENGLISH

EXPRESS DEFROST

This feature should be used only when you defrost 1 Pound of frozen ground beef.

Example: To defrost 1 lb ground beef

Touch:	Display Shows:
1. 	:
2. 	1.0 LBS

USING YOUR MICROWAVE OVEN

WARNING: Do not use aluminum foil during cooking cycle.

COOKING TIPS

Meat

1. No special techniques are required. Meat should be prepared as with conventional cooking. Season if desired. Always thoroughly defrost meat before cooking.
2. Place the meat on a microwave roasting rack or microwave-proof plate and place on the turntable.
3. Cook according to the Meat Cooking Table (below). Use the longer time for large cuts of meats and the shorter time for small cuts of meats. For thicker chops, use the longer time.
4. Turn the meat once halfway through the cooking time.
5. **Let stand** for 5-10 minutes wrapped in foil after cooking. The standing time is very important as it completes the cooking process.
6. Make sure meat, especially pork, is thoroughly cooked before eating.

Poultry

1. No special techniques are required. Poultry should be prepared as with conventional cooking. Season if desired.
2. Poultry should be thoroughly defrosted. Remove giblets and any metal clamps.
3. Prick the skin and brush lightly with vegetable oil unless the poultry is self-basting.
4. All poultry should be placed on a microwave roasting rack or a microwave-proof plate and placed on the turntable.
5. Cook according to the instructions in the Poultry Cooking Table below. Turn over halfway through the cooking time. Because of its shape, poultry has a tendency to cook unevenly, especially in very bony parts. Turning during roasting helps to cook these areas evenly.
6. **Let stand** for 5-10 minutes wrapped in foil after cooking before carving. The standing time is very important, as it completes the cooking process.
7. Make sure poultry is thoroughly cooked before eating. Whole poultry is completely cooked when the juices run clear from the inside thigh when it is pierced with a sharp knife. Poultry pieces should be pierced with a sharp knife through the thickest part to ensure that the juices are clear and the flesh is firm.

Meat Cooking Table

Meat	Microwave Power	Cooking Time Per Pound
BEEF		
Standing/Rolled Rib		
– Medium	8	8 to 10 minutes
– Well-done	8	10 to 12 minutes
Ground Beef (to brown for casserole)	HIGH(100%)	6 to 8 minutes
Hamburgers, Fresh or defrosted (4 oz. each)		
– 2 patties	HIGH(100%)	2 to 4 minutes
– 4 patties	HIGH(100%)	3 to 5 minutes
PORK		
Loin, Leg	8	11 to 14 minutes
Bacon		
– 4 slices	HIGH(100%)	2 to 3 minutes
– 6 slices	HIGH(100%)	3 to 4 minutes

NOTE: The times listed above are only a guide. Allow for difference in individual tastes and preferences. The times may also vary due to the shape, cut, and composition of the food.

Poultry Cooking Table

Poultry	Microwave Power	Cooking Time Per Pound
CHICKEN		
Whole	8	9 to 13 minutes
Breast (boned)	8	9 to 13 minutes
Portions	8	9 to 15 minutes
TURKEY		
Whole	8	10 to 13 minutes

NOTES:

- The times listed above are only a guide. Allow for difference in individual tastes and preferences. The times may also vary due to the shape, cut, and composition of the food.
- If whole poultry is stuffed, the weight of the stuffed bird should be used when calculating the cooking time.

USING YOUR MICROWAVE OVEN

COOKING TIPS (continued)

Fish

1. Arrange fish in a large shallow non-metallic dish or casserole.
2. Cover with pierced microwave plastic wrap or casserole lid.
3. Place the dish on the turntable.
4. Cook according to the instructions in the Fresh Fish Cooking Table below. Flakes of butter can be added to the fish if desired.
5. Let stand as directed in the Cooking Table before serving.
6. After standing time, check to see that the fish is thoroughly cooked. The fish should be opaque and flake easily.

Fresh Fish Cooking Table

Fish	Microwave Power	Cooking Time Per Pound	Butter	Standing Time
Fish Fillets	HIGH	4 to 7 minutes	Add 15 to 30 ml (1 to 2 tbsp lemon juice)	2 to 3 minutes
Whole Mackerel, Cleaned and Prepared	HIGH	4 to 7 minutes	–	3 to 4 minutes
Whole Trout, Cleaned and Prepared	HIGH	5 to 7 minutes	–	3 to 4 minutes
Salmon Steaks	HIGH	5 to 7 minutes	Add 15 to 30 ml (1 to 2 tbsp lemon juice)	3 to 4 minutes

TROUBLESHOOTING

Questions and Answers

Operation

Question	Answer
Why is the oven light not on during cooking?	There may be several reasons why the oven light is not on. Have you: <ul style="list-style-type: none">• Set a cooking time?• Touched START?
Why does steam come out of the air exhaust vent?	Steam is normally produced during cooking. The microwave oven has been designed to vent this steam.
Will the microwave oven be damaged if it operates empty?	Yes. Never operate the oven empty or without the glass turntable.
Does microwave energy pass through the viewing screen in the door?	No. The metal screen bounces the energy back to the oven cavity. The holes (or ports) allow only light to pass through. They do not let microwave energy pass through.
Why does a tone sound when a pad on the control panel is touched?	The tone tells you that the setting has been entered.
Can my microwave oven be damaged if food is cooked for too long?	Like any other cooking appliance, it is possible to overcook food to the point that the food creates smoke and even possibly fire, and damage to the inside of the oven. It is always best to be near the oven while you are cooking.
When the oven is plugged into wall outlet for the first time, it might not work properly. What is wrong?	The microcomputer controlling your oven may temporarily become scrambled and fail to function as programmed when you plug in for the first time or when power resumes after a power interruption. Unplug the oven from the 120 volt household outlet and then plug it back in to reset the microcomputer.
Why do I see light reflection around the outer case?	This light is from the oven light which is located between the oven cavity and the outer wall of the oven.
What are the various sounds I hear when the microwave oven is operating?	The clicking sound is caused by a mechanical switch turning the microwave oven's magnetron ON and OFF. The heavy hum and clunk is from the change in power the magnetron draws as it is turned ON and OFF by a mechanical switch. The change in blower speed is from the change in line voltage caused by the magnetron being turned ON and OFF.

TROUBLESHOOTING

Questions and Answers (continued)

Food

Question	Answer
What is wrong when baked foods have a hard, dry, brown spot?	A hard, dry, brown spot indicates overcooking. Shorten the cooking or reheating time.
Why do eggs sometimes pop?	When baking, frying, or poaching eggs, the yolk may pop due to steam build-up inside the yolk membrane. To prevent this, simply pierce the yolk with a wooden toothpick before cooking. CAUTION: Never microwave eggs in the shell.
Why are scrambled eggs sometimes a little dry after cooking?	Eggs will dry out when they are overcooked, even if the same recipe is used each time. The cooking time may need to be varied for one of these reasons: <ul style="list-style-type: none"> • Eggs vary in size. • Eggs are at room temperature one time and at refrigerator temperature another time. • Eggs continue cooking during standing time.
Is it possible to pop popcorn in a microwave oven?	Yes, if using one of the two methods described below: <ol style="list-style-type: none"> (1) microwave-popping devices designed specifically for microwave cooking (2) prepackaged commercial microwave popcorn that is made for specific times and power output needed Follow exact directions given by each manufacturer for its popcorn popping product and do not leave the oven unattended while the corn is being popped. If corn fails to pop after the suggested time, discontinue cooking. Overcooking could result in an oven fire. CAUTION: <ul style="list-style-type: none"> • Never use a brown paper bag for popping corn or attempt to pop leftover kernels. • Do not pop prepackaged commercial microwave popcorn directly on the glass turntable. To avoid excessive heating of the glass turntable, place the popcorn bag on a plate.
Why do baked apples sometimes burst during cooking?	The peel has not been removed from the top half of each apple to allow for expansion of the interior of the apple during cooking. As in conventional cooking methods, the interior of the apple expands during the cooking process.
Why do baked potatoes sometimes burn during cooking?	If the cooking time is too long, fire could result. At the end of the recommended cooking time, potatoes should be slightly firm. CAUTION: Do not overcook.
Why is a standing time recommended after microwave cooking time is over?	Standing time allows foods to continue cooking evenly for a few minutes after the actual microwave oven cooking cycle. The amount of standing time depends upon the density of the foods.
Why is additional time required for cooking food stored in the refrigerator?	As in conventional cooking, the initial temperature of food affects total cooking time. You need more time to cook food taken out of a refrigerator than for food at room temperature.

TROUBLESHOOTING

BEFORE CALLING FOR SERVICE

You can often correct operating problems yourself. If your microwave oven fails to work properly, locate the operating problem in the list below and try the solutions listed for each problem.

If the microwave oven still does not work properly, contact the nearest Sears Authorized Service Center.

Sears Authorized Service Centers are fully equipped to handle your service requirements.

Problem	Possible Causes
Oven does not start	<ul style="list-style-type: none"> • Is the power cord plugged in? • Is the door closed? • Is the cooking time set?
Arcing or Sparking	<ul style="list-style-type: none"> • Are you using approved cookware? • Is the oven empty?
Incorrect time of day	<ul style="list-style-type: none"> • Have you tried to reset the time of day?
Unevenly Cooked Foods	<ul style="list-style-type: none"> • Are you using approved cookware? • Is the glass turntable in the oven? • Did you turn or stir the food while it was cooking? • Were the foods completely defrosted? • Was the time/cooking power level correct?
Overcooked Foods	<ul style="list-style-type: none"> • Was the time/cooking power level correct?
Undercooked Foods	<ul style="list-style-type: none"> • Are you using approved cookware? • Were the foods completely defrosted? • Was the time/cooking power level correct? • Are the ventilation ports clear?
Improper Defrosting	<ul style="list-style-type: none"> • Are you using approved cookware? • Was the time/cooking power level correct? • Did you turn or stir the food during the defrosting cycle?

FEDERAL COMMUNICATIONS COMMISSION RADIO FREQUENCY INTERFERENCE STATEMENT (U.S.A. ONLY)

WARNING:

This equipment generates and uses ISM frequency energy and if not installed and used properly, that is in strict accordance with the manufacturer's instructions, may cause interference to radio and television reception. It has been type tested and found to comply with limits for ISM Equipment pursuant to part 18 of FCC Rules, which are designed to provide reasonable protection against such interference in a residential installation.

However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following:

- Reorient the receiving antenna of the radio or television.
- Relocate the Microwave Oven with respect to the receiver.
- Move the microwave oven away from the receiver.
- Plug the microwave oven into a different outlet so that the microwave oven and the receiver are on different branch circuits.

The manufacturer is not responsible for any radio or TV interference caused by **unauthorized modification** to this microwave oven. It is the responsibility of the user to correct such interference.

NOTE

CONTENIDO

GARANTÍA	20	CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS	28-34
SEGURIDAD	21-22	Reloj	28
Precauciones para evitar la posible exposición a excesiva energía de microondas	21	Temporizador	28
Instrucciones para conexión a tierra	21	Seguro para niños	28
Instrucciones importantes de seguridad	22	Comienzo rápido	29
CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS	23-27	Más / Menos	29
Especificaciones	23	Cocción a tiempo programado	29
Instalación.....	23	Cocción en etapas	30
Partes y accesorios	24	Niveles de intensidad de las microondas	30
Panel de controles	24	Cocción por contacto rápido.....	31
Guía de cocción	25	Tabla para cocción por contacto rápido	31
Consejos para cocción con microondas	26	Descongelamiento automático	32
Limpieza	27	Tabla de descongelamiento automático	32
		Descongelamiento	32
		Consejos para cocción	33-34
		DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	35-38
		Preguntas y respuestas	35-36
		Antes de llamar para servicio	37-38
		Acuerdos Maestros de protección.....	39

GARANTÍA

GARANTÍA TOTAL POR UN AÑO

Por un año desde la fecha de compra, si este horno de microondas Kenmore falla debido a defectos de material o mano de obra, Sears lo reparará sin cargo.

GARANTÍA TOTAL POR CINCO AÑOS PARA EL GENERADOR DE MICROONDAS (MAGNETRÓN)

Por cinco años desde la fecha de compra, si el magnetrón de este horno de microondas Kenmore falla debido a defectos de material o mano de obra, Sears lo reparará sin cargo.

SERVICIO DE GARANTÍA

Para el servicio de garantía, regrese su horno microondas al Centro de Reparación & Partes Sears más cercano en los Estados Unidos. Para la localización del Centro de Reparación & Partes Sears más cercano, llame a 1-800-4-MY-HOME®.

Esta garantía es aplicable sólo mientras este producto se use en Estados Unidos.

Esta garantía le da derechos legales específicos y Ud. puede también tener otros derechos que pueden variar de un estado a otro.

**Sears, Roebuck and Co., D/817WA
Hoffman Estates, IL., 60179, EEUU.**

SEGURIDAD

PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICIÓN A EXCESIVA ENERGÍA DE MICROONDAS...

- **No intente operar este horno con la puerta abierta**, ya que esto puede resultar en exposición nociva a la energía de microondas. Es importante no forzar la traba de seguridad.
- **No use el horno si está dañado**. Es particularmente importante que la puerta del horno cierre bien y que no haya daños en:
 - la puerta (torcida)
 - bisagras y seguros (rotos o flojos)
 - sellado de la puerta y superficies de sellado.
- **No ponga ningún objeto entre la cara frontal del horno y la puerta** y no permita que se acumule polvo o residuos de limpiadores sobre las superficies de sellado.
- **El horno no debe ser ajustado o reparado** por nadie, excepto personal de servicio calificado.

INSTRUCCIONES PARA CONEXIÓN A TIERRA

Este aparato electrodoméstico debe ser conectado a tierra. Si hay un corto circuito, la conexión a tierra reduce el riesgo de electrocución proveyendo un cable de escape para la corriente eléctrica. Este aparato electrodoméstico está equipado con un cable que tiene un alambre para conexión a tierra con un enchufe de conexión a tierra.

Ponga el enchufe en un tomacorriente que esté correctamente instalado y conectado a tierra.

PRECAUCIÓN

Si Ud. usa el enchufe con conexión a tierra en forma indebida, corre el riesgo de electrocutarse.

Consulte con un electricista calificado o con el Departamento de Servicios de Sears si Ud. no entiende las instrucciones para hacer la conexión a tierra o si quiere saber si el aparato electrodoméstico está correctamente conectado a tierra.

Este electrodoméstico tiene un cable corto para reducir el riesgo de que alguien se tropiece o enrede con el cable. Sea cuidadoso si usa un cable de extensión.

Si Ud. usa un cable de extensión asegúrese de lo siguiente:

- la extensión debe ser para el mismo voltaje que el electrodoméstico.
- el voltaje que figura en el cable de extensión debe ser igual o mayor que el del electrodoméstico.
- el cable de extensión debe tener enchufe de tres clavijas para conexión a tierra.
- el cable de extensión no debe colgar de una mesa o de la cubierta de un gabinete donde un niño pueda tirar del mismo o se pueda tropezar con él.
- el cable debe estar seco y no estar pellizcado o aplastado en ningún lugar.

NOTA: Este horno usa 13 amperios a 120 Voltios, 60Hz

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Las siguientes instrucciones de seguridad le indicarán cómo usar su horno para evitar daños a Ud. y a su horno.

PRECAUCIÓN — Para reducir el riesgo de quemaduras, electrocución, incendio, heridas a personas o exposición a energía de microondas excesiva:

1. Lea todas las instrucciones antes de usar su horno.
2. **¡No permita que los niños usen este horno sin supervisión!**
3. Lea y siga las **PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICIÓN A ENERGÍA DE MICROONDAS EXCESIVA** específicas que se detallan en la página 21.
4. **¡No toque los interruptores de seguridad embutidos en la puerta del horno!** El horno tiene varios interruptores de seguridad para asegurar que éste se apague cuando se abre la puerta.
5. Cuando limpia la puerta y las superficies que tocan la puerta, use sólo jabones o detergentes suaves, no abrasivos y una esponja o paño suave.
6. Si su horno se cae o daña, hágalo revisar por un técnico calificado antes de volverlo a usar.
7. Para evitar peligro de incendio:
 - a) No recocine los alimentos en exceso. Se puede iniciar fuego en el horno.
 - b) No use productos de papel reciclado en el horno. Estos pueden contener partículas que se incendian.
 - c) No recocine las papas. Esto puede causar fuego.
 - d) No guarde artículos combustibles (pan, galletas, etc.) en el horno, porque si cae un rayo en las líneas eléctricas, puede hacer que el horno se prenda.
 - e) No use ataduras de alambre en el horno. Asegúrese de quitarlas antes de poner el artículo en el horno.
 - f) No use la cavidad para guardar cosas. No deje productos de papel, utensilios de cocina o comida en la cavidad cuando no está en uso.
8. Si se prende fuego:
 - a) Mantenga la puerta del horno cerrada.
 - b) Apague el horno.
 - c) Desconecte el enchufe, corte la corriente en el tablero eléctrico de fusibles o disyuntores.
9. No use este horno para fines comerciales. Este horno de microondas es sólo para uso familiar.
10. Instale o ubique el electrodoméstico de acuerdo con las instrucciones para instalación provistas.
11. Para evitar electrocución:
 - a) Este electrodoméstico debe conectarse a tierra. Conéctelo sólo a un tomacorriente debidamente debidamente conectado a tierra (Vea las instrucciones para conexión a tierra en la página 21).
 - b) No use el electrodoméstico si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona bien o si está dañado o se ha caído.
 - c) No sumerja el cable o el enchufe en agua.
 - d) Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
 - e) Este electrodoméstico debe ser revisado sólo por un técnico calificado.
12. Los líquidos como agua, café y té pueden calentarse más allá del punto de ebullición sin parecer que hierven debido a la tensión superficial del líquido. No siempre hay un burbujeo o hervor cuando se saca el contenedor del horno de microondas. Esto puede provocar que los líquidos muy calientes hiervan de repente si se introduce una cuchara u otro utensilio en el líquido. Para reducir el riesgo de lesiones personales: 1) No sobre caliente el líquido. 2) Mezcle el líquido antes y a la mitad del proceso de calentamiento. 3) No use contenedores con lados rectos y cuellos angostos. 4) Después de calentar, deje que el contenedor repose en el microondas por un momento antes de sacarlo. 5) Tenga mucho cuidado cuando introduzca una cuchara u otro utensilio en el contenedor.
13. Mantenga la bandeja de vidrio y el descanso del rodillo de la bandeja giratoria en el horno cuando está cocinando.
14. No use el horno al aire libre. No guarde el horno a la intemperie. No use este producto cerca del agua.
15. No cubra o bloquee ninguna abertura del horno.
16. No haga funcionar el horno cuando está vacío.
17. No deje que el cable cuelgue del borde de la mesa o de la cubierta del gabinete.
18. No caliente la bandeja giratoria excesivamente.
 - No cocine tocino directamente sobre la bandeja giratoria de vidrio.
 - No permita que la película gris especial de las bolsas para cocinar toquen la bandeja giratoria. Ponga el paquete sobre un plato para microondas.
 - Si usa un plato para dorar alimentos manténgalo $\frac{3}{8}$ pulgadas sobre la bandeja. Si se usa incorrectamente la bandeja se puede romper.
19. Tenga cuidado de no rasguñar o astillar los bordes de la bandeja giratoria. Rasguños o astillas pueden hacer que la bandeja se rompa durante el uso.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

ESPECIFICACIONES

Suministro de electricidad	120 V AC, 60 Hz
Consumo de electricidad estimada	1,500 W
Producción de microondas	*1,100 W
Corriente estimada	13.0 A
Dimensiones totales (Ancho x alto x profundidad)	20 ³ / ₁₆ " x 11 ⁷ / ₈ " x 15 ¹ / ₈ "
Dimensiones de la cavidad del horno (A x a x p)	13 ⁷ / ₈ " x 9 ⁵ / ₁₆ " x 14 ³ / ₁₆ "
Capacidad de la cavidad del horno	1.1 pie cúbico

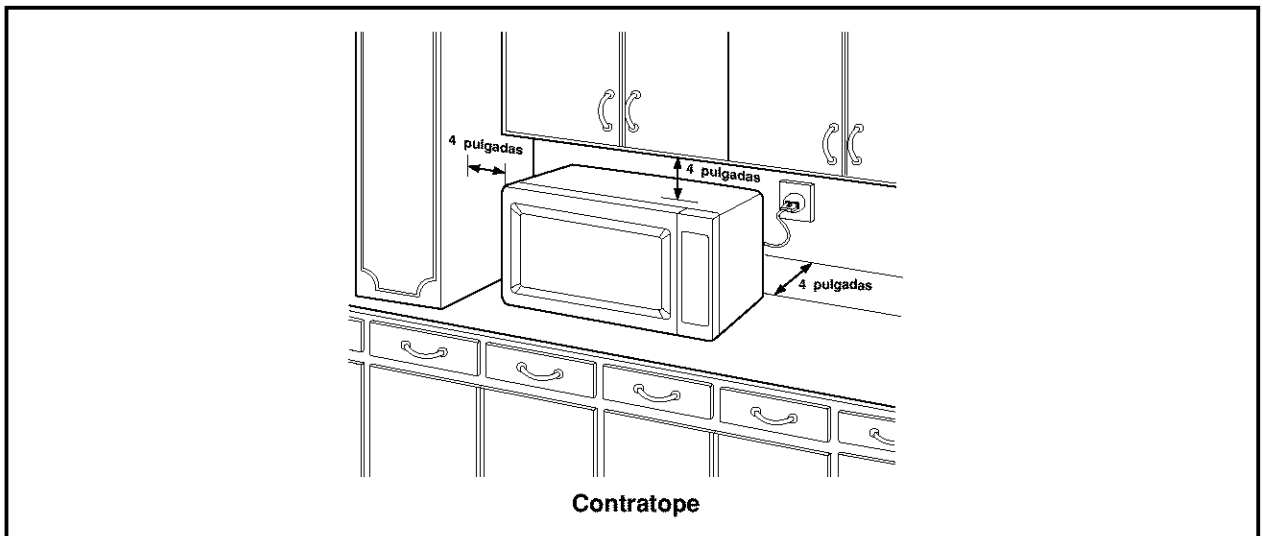
* Norma estándar IEC 60705

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

INSTALACIÓN

1. Saque su horno de microondas Kenmore y todo el material de empaque de la caja de embalaje.
2. Ponga el horno sobre una superficie nivelada que deje por lo menos 4 pulgadas de espacio a la izquierda, a la derecha, por encima y por atrás para una ventilación apropiada.
3. Ponga el descanso del rodillo de la bandeja giratoria en el círculo sobre el piso del horno y luego coloque la bandeja giratoria de vidrio encima del descanso del rodillo de la bandeja.

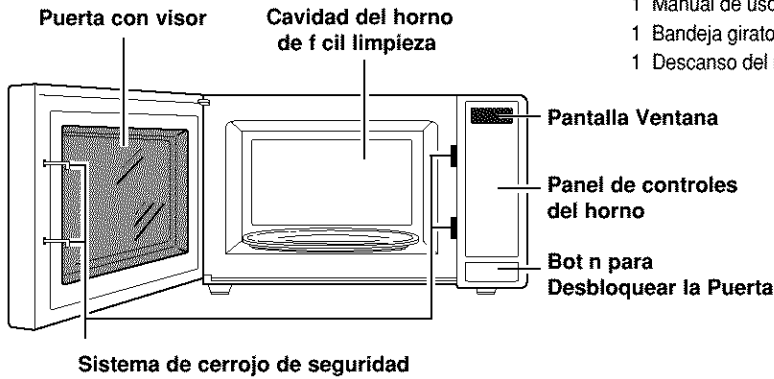
NOTA: Nunca ponga la bandeja giratoria de vidrio invertida dentro el horno. Si se bloquean los orificios de entrada o salida se puede dañar el horno.



ESPAÑOL

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

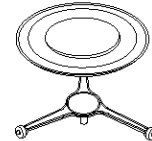
PARTES Y ACCESORIOS



Su horno viene con los siguientes accesorios:

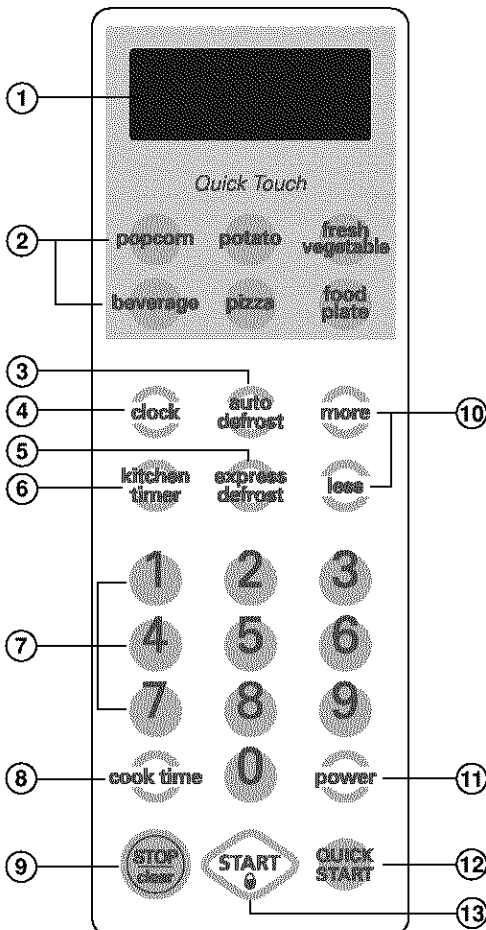
- 1 Manual de uso y cuidado
- 1 Bandeja giratoria de vidrio
- 1 Descanso del rodillo de la bandeja giratoria

Bandeja de vidrio giratoria



Descanso del rodillo de la bandeja giratoria

PANEL DE CONTROLES



- PANTALLA.** La pantalla incluye un reloj e indicadores que muestran la hora, los parámetros de tiempo de cocción y las funciones de cocción seleccionadas.
- EL TOQUE RÁPIDO.** Esta tecla permite cocinar la mayoría de sus alimentos preferidos sin tener que seleccionar tiempos de cocción y niveles de potencia.
- DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO.** Esta tecla es un método preciso para descongelar carne, aves y pescado de hasta 4 kilogramos o 6 libras.
- RELOJ.** Toque esta tecla para introducir la hora.
- DESCONGELACIÓN RÁPIDA.** Esta tecla le proporciona el método de la rápida descongelación de 1.0 libra de carne.
- TEMPORIZADOR.** Toque esta tecla para usar su horno de microondas como un temporizador en la cocina.
- TECLAS NUMÉRICAS.** Toque las teclas numéricas para indicar el tiempo de cocción, potencia, cantidades o peso.
- TIEMPO DE COCCIÓN.** Toque esta tecla para fijar un tiempo de cocción.
- PARO/BORRAR.** Toque esta tecla para detener el horno o para borrar datos.
- MAS/MENOS** Pulse esta tecla para ajustar el tiempo de cocción.
- POTENCIA.** Toque esta tecla para fijar un nivel de potencia de cocción.
- COMIENZO RÁPIDO.** Pulse esta tecla para cocinar rápidamente utilizando 100% de la potencia del aparato.
- INICIO.** Toque esta tecla para iniciar todas las funciones (excepto sensor de Toque rápido, Descongelamiento Express, Cocción automática y Agregar minutos, que inician automáticamente) y para activar o desactivar el Seguro para niños.

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

GUÍA DE COCCIÓN

La mayoría de los recipientes de cocina no metálicos resistentes al calor se pueden usar en su horno de microondas. Sin embargo, para probar los recipientes antes de usarlos, siga las siguientes instrucciones:

1. Coloque el recipiente vacío en el horno de microondas.
2. Mida 1 taza de agua usando una taza de vidrio para medir y póngala en el horno al lado del recipiente.
3. Prenda el horno de microondas al 100% de su intensidad durante 1 minuto. Si el recipiente está tibio **no debe** usarse para cocinar a microondas.

USAR	NO USAR
<p>Vidrio a prueba de horno</p> <ul style="list-style-type: none">• El vidrio tratado para ser usado en calor de gran intensidad incluye platos de uso general, platos para pan, pasteles o tortas, tazas para medir líquidos, cacerolas y recipientes sin molduras de metal. <p>Porcelana</p> <ul style="list-style-type: none">• Tazones, tazas, platos y fuentes sin molduras metálicas pueden ser usados en el horno de microondas. <p>Plástico</p> <ul style="list-style-type: none">• Cuando se usa película de plástico como tapa, asegúrese de que el plato sea lo suficientemente profundo para que el plástico no toque la comida. Cuando la comida se calienta, puede derretir el plástico donde lo toca.• Coloque la película de plástico floja sobre el plato y asegúrela apretando el plástico contra los lados del plato.• Ventile doblando una esquina del plástico. Esto permitirá que el exceso de vapor escape.• Use platos plásticos, tazas, recipientes para congelador semi-rígidos y bolsas de plásticos sólo para tiempos de cocción breves. Use con cuidado ya que el plástico se puede ablandar por el calor de la comida. <p>Papel</p> <ul style="list-style-type: none">• Toallas de papel a prueba de microondas, papel encerado, servilletas de papel y platos de papel sin bordes o diseños metálicos pueden usarse en su horno.• Refiérase a la etiqueta del fabricante para usar cualquier producto de papel en el horno de microondas.	<p>Utensilios de metal</p> <ul style="list-style-type: none">• El metal no permite que las microondas lleguen al alimento y produce una cocción despareja. Evite el uso de brochetas metálicas, termómetros o bandejas de aluminio.• Los utensilios metálicos pueden causar chispas por la descarga de corriente eléctrica. Esto puede dañar el horno de microondas. <p>Decoraciones de metal</p> <ul style="list-style-type: none">• No use vajilla o platos con bordes metálicos o con bandas metálicas, etc. <p>Vajilla Centura</p> <ul style="list-style-type: none">• La compañía Corning recomienda que no se use vajilla Centura y algunas tazas cerradas de Corelle para cocinar a microondas. <p>Papel de aluminio</p> <ul style="list-style-type: none">• Evite el uso de hojas grandes de papel de aluminio ya que pueden afectar la cocción y causar chispas.• Use trozos pequeños de papel de aluminio para proteger las patas y alas de aves.• Mantenga el papel de aluminio por lo menos a 1 pulgada de las paredes y la puerta del horno de microondas. <p>Madera</p> <ul style="list-style-type: none">• Los tazones de madera, tablas y canastos se secan y pueden partirse o quebrarse cuando Ud. los usa en el horno de microondas. <p>Recipientes cerrados herméticamente</p> <ul style="list-style-type: none">• La vajilla hermética puede explotar. Asegúrese de dejar una abertura para que el vapor salga de la vajilla tapada. <p>Papel de estraza</p> <ul style="list-style-type: none">• Evite el uso de bolsas de papel de estraza. Este absorbe calor y puede arder. <p>Ataduras de metal</p> <ul style="list-style-type: none">• Siempre saque las ataduras de metal ya que pueden calentarse y causar incendio.

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

CONSEJOS PARA COCCIÓN CON MICROONDAS

DORADO

La carne y las aves con mucha grasa que se cocinan por 10 a 15 minutos o más se dorarán ligeramente. Los alimentos cocinados por menos tiempo se pueden pintar con una sustancia para que se doren, como salsa Worcestershire, salsa de soya o salsa para barbacoa.

TAPAS

Las tapas atrapan el calor y el vapor y los alimentos se cocinan más rápido. Use una tapa o película plástica para microondas con una esquina doblada para dejar salir el exceso de vapor. Las tapas de las cacerolas de vidrio se pueden calentar durante la cocción. Úselas con cuidado. El papel encerado evita que el alimento salpique el horno y ayuda a mantener el calor. Cuando caliente artículos de panadería use papel encerado, servilletas de papel o toallas de papel. Para absorber más humedad envuelva los emparedados y comidas grasosas con toallas de papel.

ESPACIAMIENTO

Ponga los alimentos individuales tales como papas, tortitas y hors d'oeuvres formado un círculo y por lo menos a una distancia de 1 pulgada entre ellos. Esto ayudará a que la comida se cocine en forma más pareja.

AGITACIÓN

La agitación mezcla los sabores y redistribuye el calor en los alimentos. Siempre revuelva desde el borde hacia el centro del plato. La parte de afuera se calienta primero.

ROTACIÓN

Los alimentos voluminosos, como asados o aves enteras deben darse vuelta para que la partes de arriba y de abajo se cocinen en forma pareja. También dar vuelta las piezas de pollo y las chuletas.

DISTRIBUCIÓN

No apile los alimentos. Distribuya en una sola capa en el plato para que se cocine en forma pareja. Como los alimentos más densos se cocinan más lentamente, ponga las porciones más gruesas de carne, aves, pescado y verduras en el borde del plato.

CÓMO PROBAR LA COCCIÓN

Como los alimentos se cocinan rápido en un horno de microondas, es necesario controlar con frecuencia si ya están cocidos.

TIEMPO DE REPOSO

Dependiendo de la densidad, los alimentos necesitan muchas veces reposar por unos 2 a 15 minutos después de sacarlos del horno. En general es necesario tapar la comida durante el período de reposo para conservar el calor. Quite la mayoría de las comidas cuando están casi cocinadas y éstas se terminarán de cocinar durante el reposo. La temperatura interna de la comida se elevará unos 10°F durante el período de reposo.

PROTECCIÓN

Para prevenir que algunas porciones en platos rectangulares o cuadrados se recocinen, usted debe protegerlos con pequeñas tiras de papel de aluminio para bloquear las microondas. Usted también puede cubrir las patas de las aves y las puntas de las alas con papel de aluminio para evitar que se recocinen. **Siempre mantenga el papel de aluminio por lo menos a 1 pulgada de las paredes del horno para evitar chispas.**

PERFORACIÓN

Perfore la cáscara, piel o membrana de los alimentos antes de cocinarlos para evitar que estallen. Los alimentos que requieren perforación son: yemas y claras de huevo, salchichas, almejas, ostras y verduras enteras como papas y calabacitas.

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

LIMPIEZA

Limpié el horno por dentro y por fuera con un paño suave y detergente diluido. Luego enjuague y seque. Esto debe hacerse una vez por semana o más a menudo si es necesario. Nunca use polvos limpiadores o esponjas ásperas.

Las salpicaduras excesivas de aceite en el techo interior son difíciles de quitar si se dejan por muchos días. Limpie las salpicaduras con una toalla de papel mojada, especialmente después de cocinar pollo o tocino.

PARTES DESMONTABLES

La bandeja giratoria y el descanso del rodillo de la bandeja son desmontables. Estos deben lavarse a mano con agua tibia (no caliente) y detergente diluido usando un paño suave. Nunca use polvos limpiadores, lana de acero o esponjas ásperas.

- La bandeja giratoria se puede lavar en el fregadero. Tenga cuidado de no astillar o rasguñar los bordes ya que esto puede hacer que la bandeja se rompa durante el uso.
- El descanso del rodillo de la bandeja giratoria debe limpiarse con regularidad.

CUIDADO ESPECIAL

Para mejor funcionamiento y seguridad, el panel interno de la puerta y el marco frontal del horno deben estar libres de acumulación de alimentos o grasa. Limpie a menudo con detergente diluido; luego enjuague y seque. Nunca use polvos limpiadores o esponjas ásperas.


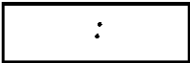



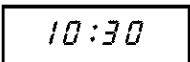
Después de limpiar el panel de controles, toque el botón "STOP/CLEAR" para borrar cualquier entrada de datos que se pudo haber hecho accidentalmente durante la limpieza del panel.

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

RELOJ

Ejemplo: Para poner el reloj a las 10:30.

Toque: La pantalla muestra:

1.  
2.  *ENTER TIME OF DAY*
3.  *10:30 TOUCH START*
4.  

NOTA: Este es un reloj de 12 horas.

SEGURO PARA NIÑOS

Puede usar esta función de seguridad para bloquear el panel de control para que los niños no usen el horno sin autorización y cuando está limpiando el horno.


Para programar el seguro para niños:

Toque: La pantalla muestra:

1. 
2.  Toque y sostenga hasta que aparezca **LOCKED** en la pantalla. (Aproximadamente 4 segundos)

Para cancelar:

Toque: La pantalla muestra:




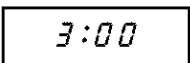
1.  Toque y sostenga hasta que desaparezca **LOCKED** de la pantalla. (Aproximadamente 4 segundos)

TEMPORIZADOR

Su horno de microondas puede ser usado como un temporizador. Puede prefijar hasta 99 minutos, 99 segundos.

Ejemplo: Para fijarlo en 3 minutos.

Toque: La pantalla muestra:

1.  *ENTER TIME IN MIN AND SEC*
2.  *3:00 TOUCH START*
3.  
TIMER y tiempo en cuenta regresiva.

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS


COMIENZO RÁPIDO

Tecla de ahorro de tiempo. Este control simplificado le permite fijar e iniciar rápidamente la cocción a una potencia de 100% sin necesidad de tocar INICIO.

Ejemplo : Para cocinar por 2 minutos.

Toque: **La pantalla muestra:**

1.  

2.  4 veces Tiempo de cuenta atrás.


NOTA: Si Usted pulsa QUICK START, va a añadir cada vez 30 segundos hasta llegar a 3 minutos 30 segundos; con cada pulsación siguiente va a añadir 1 minuto hasta llegar a 99 minutos 59 segundos.

MÁS/MENOS

Mediante la tecla MORE / LESS todos los programas de QUICK TOUCH /PULSACIÓN RÁPIDA/ y time cook /tiempo de cocción/ pueden ser ajustados para un período de cocción más largo o más corto. MORE va a añadir 10 segundos al tiempo de cocción y LESS va a reducirlo con 10 segundos cada vez que pulse Usted la tecla correspondiente.

Ejemplo: Para alargar el tiempo de cocción "quick touch" de las palomitas de maíz, por ejemplo.

Toque: **La pantalla muestra:**

1.  *1. 75 02 TOUCH 1*
3. 0 02 TOUCH 2
3. 5 02 TOUCH 3

2.  

3. 

NOTA: Pulse MORE o LESS durante el tiempo de la cuenta atrás.


COCCIÓN A TIEMPO PROGRAMADO

Este elemento le permite programar un tiempo y una intensidad de cocción. Para resultados óptimos hay 10 niveles de intensidad además de intensidad alta (HIGH) que es el 100%. Para más información referirse a la "Tabla de niveles de intensidad de microondas" en la página 30.


NOTA: Si Ud. no selecciona el nivel de intensidad, el horno cocinará automáticamente a 100% de intensidad (HIGH).

Ejemplo: Para cocinar por 5 minutos, 30 segundos a 80% de intensidad.

Toque: **La pantalla muestra:**

1.  *ENTER COOKING TIME*

2.  *5 : 30 TOUCH START OR POWER*

3.  *ENTER POWER LEVEL 1 TO 10*

4.  *P-80 TOUCH START*

5.  


CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS


COCCIÓN EN ETAPAS


Para resultados óptimos, algunas recetas necesitan intensidades de cocción diferentes en las distintas etapas del ciclo de cocción. Ud. puede programar su horno para que cambie de una intensidad a otra hasta en 3 etapas.


Ejemplo: Para programar un ciclo de cocción de 2 etapas.


Toque: La pantalla muestra:


1.  **cook time** ENTER COOKING TIME


2.  **3 0 0** 3 : 00 TOUCH START OR POWER
para programar la primera etapa en 3 minutos.


3.  **power** ENTER POWER LEVEL 1 TO 10


4.  **8** para programar la intensidad al 80% en la primera etapa. P-80 TOUCH START

5.  **cook time** ENTER COOKING TIME

6.  **7 0 0** 7 : 00 TOUCH START OR POWER
para programar la segunda etapa en 7 minutos.

7.  **power** ENTER POWER LEVEL 1 TO 10

8.  **5** para programar la intensidad al 50% en la segunda etapa. P-50 TOUCH START

9.  **START**  3 : 00

10. Al final del período de cocción se escucharán dos sonidos cortos y uno largo.

NIVELES DE INTENSIDAD DE LAS MICROONDAS

Su horno de microondas tiene 10 niveles de intensidad de cocción para permitirle cocinar o calentar una variedad de alimentos. En el siguiente tabla se muestran algunas sugerencias:

Tabla de nivel de intensidad de microondas

Nivel de intensidad	Uso
10 (High)	<ul style="list-style-type: none"> Hervir agua. Hacer caramelo. Cocinar trozos de aves, pescado y verduras. Cocinar trozos tiernos de carne. Cocinar aves enteras.
9	<ul style="list-style-type: none"> Recalentar arroz, pastas y verduras.
8	<ul style="list-style-type: none"> Recalentar comidas preparadas rápidamente. Recalentar emparedados.
7	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar platos a base de huevos, leche y queso. Cocinar pasteles, pan. Derretir chocolate.
6	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar ternera. Cocinar un pescado entero. Cocinar budines y natillas.
5	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar jamón, aves enteras, cordero. Cocinar asado de costilla, puntas de filete.
4	<ul style="list-style-type: none"> Descongelar carne, aves y mariscos.
3	<ul style="list-style-type: none"> Cocinar cortes de carne menos tierna. Cocinar chuletas de cerdo, asado.
2	<ul style="list-style-type: none"> Quitarle el frío a las frutas. Ablandar mantequilla.
1	<ul style="list-style-type: none"> Mantener guisados y platos principales tibios. Ablandar manteca y queso crema.
0	<ul style="list-style-type: none"> Tiempo de reposo.

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

COCCIÓN POR CONTACTO RÁPIDO

Use esta función para cocinar alimentos sin necesidad de fijar el tiempo de cocción o la intensidad. Para más información lea la "Tabla de cocción por contacto rápido" que se muestra a continuación.

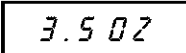
Ejemplo: Para cocinar una bolsa de 3.5 oz. de palomitas de maíz para microondas.

Toque: **La pantalla muestra:**

1.  popcorn

1. 75 OZ TOUCH 1
3. 0 OZ TOUCH 2
3. 5 OZ TOUCH 3

2.  3

 3.5 OZ

3. El horno comenzará a funcionar automáticamente. Cuenta regresiva.

Ejemplo: Para cocinar 1 papas.

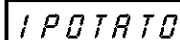
Toque:

La pantalla muestra:

1.  potato

TOUCH 1 TO 4

2.  1

 1 POTATO

3. El horno comenzará a funcionar automáticamente.

Cuenta regresiva.

TABLERO DE COCCIÓN "QUICK TOUCH"

Tecla	Pulsaciones del teclado numérico	Tamaño de una ración	Instrucciones	Envoltura
PALOMITAS DE MAÍZ	Tecla 1 Tecla 2 Tecla 3	1.75 onzas 3.0 onzas 3.5 onzas	* Siga las instrucciones de la envoltura * Use palomitas de maíz para microondas empaquetadas por el fabricante * No trate de reventar los granos de maíz no reventados * Caliente sólo un paquete al mismo tiempo * No deje desatendido el microondas mientras prepare las palomitas	Ninguna
PATATAS	Tecla 1 Tecla 2 Tecla 3 Tecla 4	1 (8 onzas) 2 (16 onzas) 3 (24 onzas) 4 (32 onzas)	* Ponga en el centro del microondas sobre una toalla de papel * Pique varias veces las patatas con un tenedor * Después de cocinarlas, déjelas dentro 5 minutos más * No las cubra	Ninguna
VERDURAS FRESCAS	Tecla 1 Tecla 2 Tecla 3 Tecla 4	1 taza (8 onzas) 2 tazas (16 onzas) 3 tazas (24 onzas) 4 tazas (32 onzas)	* Prepare las verduras (lávelas y píquelas en trozos de ½ pulgadas) * La mayoría de las verduras necesitan permanecer en el microondas 2 ó 3 minutos más después de cocinarlas 1 taza - añade 2 cucharas grandes de agua 2 tazas - añade 2 cucharas grandes de agua 3 tazas - añade 4 cucharas grandes de agua 4 tazas - añade 4 cucharas grandes de agua	Envoltura de plástico
BEBIDAS	Tecla 1 Tecla 2	1 taza (8 onzas) 2 tazas (16 onzas)	* Use vaso con asa o taza especial para microondas * Agite después de recalentar	Ninguna
PIZZA	Tecla 1 Tecla 2 Tecla 3	1 trozo (5 onzas) 2 trozos (10 onzas) 3 trozos (15 onzas)	* Ponga la pizza refrigerada en un plato en el centro del microondas	Ninguna
PLATO CON ALIMENTOS	Tecla 1 Tecla 2	1 (10 onzas) 2 (15 onzas)	* Ponga los alimentos que va a calentar en un plato de comer o una vasija similar * Cubra con una envoltura de plástico y ventile * Después de cocinar los productos se le permite dejarlos dentro por 3 minutos	Envoltura de plástico

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO

Se presentan 3 secuencias de DESCONGELACIÓN RÁPIDA en el horno. La característica le provee el mejor método de descongelación de alimentos congelados. La guía de la cocina le mostrará que secuencia es recomendada para el alimento que está descongelando. Para agregar conveniencias, el Auto Descongelación incluye un mecanismo de pitidos incorporados que le recuerda revisar, girar, separar o reajustar. Se provee tres diferentes niveles de descongelación.

1. CARNE
2. AVES
3. PESCADO

• Peso disponible es de 0,1 ~ 6,0 libras.

Ejemplo : Para descongelar 1.2 lbs. de carne molida.

Toque: La pantalla muestra:



DEF-1 TOUCH 1
DEF-2 TOUCH 2
DEF-3 TOUCH 3



ENTER WEIGHT



1.2 LBS TOUCH START



Cuenta regresiva y DESCONGELAR.

NOTA :

Al tocar el botón de START, la pantalla cambia al tiempo de descongelación en cuenta regresiva. El horno pitará dos veces durante el ciclo de DESCONGELACIÓN. EN cada pitido, abra la puerta y gire, separe, o reajuste el alimento. Saque todas las porciones que se hayan descongelado. Vuelva a poner las porciones congeladas en el horno y toque "START" para continuar el ciclo de descongelación.

LAS PUNTAS OPERADORAS

• Para óptimos resultados: Saque el pescado, mariscos, carne y aves de su envoltura original o paquete de plástico. De lo contrario, la envoltura mantendrá el vapor y los jugos cerca del alimento, lo cual puede causar que la superficie se cocine.

- Para los mejores resultados, acomode su carne entera dentro de la forma de un buñuelo antes de congelar. Al descongelar, raspe la carne derretida cuando suene el pitido y continúe descongelando.
- Ponga los alimentos en recipientes que no son profundos o en una bandeja para asar a microondas para que junte lo que gotea.
- Los alimentos deben estar todavía fríos en el centro cuando los saca del horno.

TABLA DE DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO

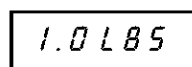
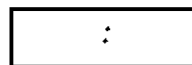
Categoría	Alimento a descongelar
 CARNE	Res Carne molida, filetes, cubos para estofado, asado (distintos cortes), asado de costilla, hamburguesa. Cordero Chuletas (1 pulgada de espesor), asado Cerdo Chuletas (1 /2 pulgada de espesor), hotdog, costillar, asado, chorizos Ternera Chuletas (1 lb, 1 /2 pulgada de espesor)
	 AVES Aves Enteras (menos de 4 lbs.), cortes, pechugas (sin hueso) Gallinita de Cornualles Entera Pavo Pechuga
	 PESCADO Pescado Filetes, rebanadas Mariscos Carne de cangrejo, colas de langosta, camarones, callo de hacha (vieiras).

DESCONGELAMIENTO EXPRESS

Esta función debe ser usado solo cuando descongela 1 libra de carne de vaca.

Ejemplo : Para descongelar 1 libra de carne molida.

Toque: La pantalla muestra:



CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

PRECAUCIÓN: No use papel de aluminio durante el ciclo de cocción.

CONSEJOS PARA COCCIÓN

Carne

1. No se requieren técnicas especiales. La carne debe prepararse en la forma convencional para cocinar. Agregue condimentos si lo desea. Siempre descongele la carne totalmente antes de cocinar.
2. Ponga la carne en una bandeja para asar a microondas o un plato especial para microondas y ponga éste sobre la bandeja giratoria.
3. Cocine de acuerdo a la "Tabla para cocinar carnes" (a continuación). Use el tiempo más largo para carnes grandes y los tiempos más cortos para carnes más pequeñas. Para chuletas gruesas use el tiempo más largo.
4. Dé vuelta la carne una vez en la mitad del tiempo de cocción.
5. **Deje reposar** por 5-10 minutos envuelta en papel de aluminio después de cocinar. El tiempo de reposo es muy importante para que se complete el proceso de cocción.
6. Asegúrese de que la carne, especialmente de cerdo, esté completamente cocinada antes de comerla.

Tabla para cocinar carnes

Corte	Intensidad de microondas	Tiempo de cocción por libra
RES		
Costillas		
– Medio cocida	8	8 a 10 minutos
– Bien cocida	8	10 a 12 minutos
Carne molida (para guisados), hamburguesas, frescas o descongeladas (4 oz c/u)	"HIGH"(100%)	6 a 8 minutos
– 2 hamburguesas	"HIGH"(100%)	2 a 4 minutos
– 4 hamburguesas	"HIGH"(100%)	3 a 5 minutos
CERDO		
Lomo, pata, tocino	8	11 a 14 minutos
– 4 lonjas	"HIGH"(100%)	2 a 3 minutos
– 6 lonjas	"HIGH"(100%)	3 a 4 minutos

NOTA: Los tiempos listados en la tabla son sólo una guía. Considere algunas diferencias de acuerdo al gusto y preferencias individuales. Los tiempos también pueden variar con la forma, corte y composición de los alimentos.

Aves

1. No se requieren técnicas especiales. Las aves deben prepararse en la forma convencional para cocinar. Agregue condimentos si lo desea.
2. Las aves deben estar completamente descongeladas. Saque las menudencias y las abrazaderas de metal.
3. Pique la piel y pase aceite vegetal con un pincel a menos que el ave esté previamente marinada.
4. Todas las carnes de ave deben cocinarse en una bandeja para asar a microondas o en un plato especial para microondas y luego puesto sobre la bandeja giratoria.
5. Cocine de acuerdo a las instrucciones de la "Tabla para cocinar aves" que se muestra a continuación. Dé vuelta cuando está a medio cocinar. Debido a su forma, las aves tienden a cocinarse en forma despareja, especialmente las partes huesudas. Al darlas vuelta durante la cocción estas partes se cocinan en forma más pareja.
6. **Deje reposar** por 5-10 minutos envuelta en papel de aluminio antes de sacar la carne. El tiempo de reposo es muy importante para completar la cocción.
7. Asegúrese de que las aves están bien cocidas antes de comerlas. Las aves enteras están completamente cocidas cuando los jugos salen claros desde adentro del muslo al pincharlo con un cuchillo. Los trozos de ave deben picarse con un cuchillo en la parte más gruesa para asegurar que los jugos son claros y la carne es firme.

Tabla para cocinar aves

Ave	Intensidad de microondas	Tiempo de cocción por libra
POLLO		
Entero	8	9 a 13 minutos
Pechuga (con hueso)	8	9 a 13 minutos
Porciones	8	9 a 15 minutos
PAVO		
Entero	8	10 a 13 minutos

NOTAS:

- Los tiempos listados en la tabla son sólo una guía. Considere algunas diferencias de acuerdo al gusto y preferencias individuales. Los tiempos también pueden variar con la forma, corte y composición de los alimentos.
- Si se rellena un ave entera, el peso del ave rellena se debe considerar para calcular el tiempo de cocción.

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

CONSEJOS PARA COCCIÓN (continuación)

Pescado

1. Ponga el pescado en un plato o fuente grande que no sea de metal ni muy profunda.
2. Cubra con película de plástico perforada o con una tapa.
3. Ponga el plato sobre la bandeja giratoria.
4. Cocine de acuerdo a las instrucciones de la "Tabla para cocinar pescado fresco" que se muestra a continuación. Se pueden agregar trocitos de mantequilla si se desea.
5. Deje reposar como se indica en la "Tabla para cocción" antes de servir.
6. Antes del tiempo de reposo, revise si el pescado está completamente cocido. El pescado debe estar opaco y separarse en escamas fácilmente.

Tabla para cocinar pescado fresco

Pescado	Intensidad	Tiempo de cocción por libra	Mantequilla	Tiempo de reposo
Filetes de pescado	"HIGH"	4 a 7 minutos	Agregar 15 a 30 ml (1 a 2 cucharadas soperas)	2 a 3 minutos
Macarela entera, limpia y preparada	"HIGH"	4 a 7 minutos	–	3 a 4 minutos
Trucha entera, limpia y preparada	"HIGH"	5 a 7 minutos	–	3 a 4 minutos
Filetes de salmón	"HIGH"	5 a 7 minutos	Agregar 15 a 30 ml (1 a 2 cucharadas soperas)	3 a 4 minutos

DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Funcionamiento

Pregunta	Respuesta
¿Por qué la luz del horno no se prende mientras está cocinando?	Puede haber muchas razones para que la luz no se encienda <ul style="list-style-type: none"> • ¿Programó el tiempo de cocción? • ¿Tocó el botón "START"?
¿Por qué sale vapor por la ventilación?	Es normal que se produzca vapor durante la cocción. El horno de microondas ha sido diseñado para que el vapor se libere.
¿Se daña el horno si se usa vacío?	Sí. Nunca use el horno cuando está vacío o sin la bandeja giratoria.
¿La energía a microondas pasa a través del visor de vidrio de la puerta?	No. La malla de metal en la puerta hace que la energía rebote a la cavidad del horno. Los orificios sólo dejan pasar la luz. Estos no dejan que las microondas pasen.
¿Por qué hay un sonido cuando se toca un botón en el panel de controles?	El sonido le avisa cuando Ud. está entrando datos.
¿Se puede dañar el horno si la comida se cocina demasiado?	Como con cualquier electrodoméstico para cocinar, es posible que la comida se recocine al punto de que se forme humo y hasta fuego dentro del horno. Lo mejor es quedarse cerca del horno mientras está cocinando.
Cuando el horno se enchufa por primera vez puede ser que no funcione correctamente. ¿Por qué	La microcomputadora que controla su horno puede fallar temporalmente para funcionar como se programó cuando Ud. lo enchufa por primera vez o cuando vuelve la luz luego de un corte de corriente. Desenchufe el horno del tomacorriente de 120 voltios y vuélvalo a enchufar para volver a programar la computadora.
¿Por qué se ve un reflejo de luz en la cubierta externa?	Esta luz viene de la luz del horno que está ubicada entre la cavidad y la pared externa del horno.
¿Cuáles son los diferentes sonidos que se escuchan mientras el horno esta funcionando?	El chasquido es causado por un interruptor mecánico que enciende y apaga el magnetrón del horno de microondas. El zumbido y el sonido metálico vienen del cambio de intensidad del magnetrón cuando se prende o se apaga con el interruptor mecánico. El cambio en la velocidad del ventilador se produce por el cambio en el voltaje causado por el encendido y apagado del magnetrón.
¿Por qué a veces los alimentos horneados tienen manchas marrones, secas y duras?	Las manchas marrones, secas y duras indican que se recocinó. Acorte el tiempo de cocción o calentamiento.
¿Por qué los huevos explotan a veces?	Quando hornea, fríe o hierva huevos, la yema puede reventar debido a la acumulación de vapor dentro de la membrana de la yema. Para evitar esto, simplemente perfore la yema con un palillo de madera antes de cocinar. PRECAUCIÓN: Nunca cocine huevos con cáscara en el horno de microondas.

DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PREGUNTAS Y RESPUESTAS (continuación)

Alimentos

Pregunta	Respuesta
¿Por qué los huevos revueltos a veces están un poco secos después de cocinar?	Los huevos se secan si están recocidos aunque use siempre la misma receta. El tiempo de cocción puede variar por las siguientes razones: <ul style="list-style-type: none">• Los huevos varían de tamaño.• Los huevos están a temperatura ambiente algunas veces y otras veces están refrigerados.• Los huevos se siguen cocinando durante el tiempo de reposo.
¿Se pueden hacer palomitas de maíz en el horno de microondas?	Sí, si se usa uno de los siguientes métodos: (1) Dispositivos para hacer palomitas específicos para microondas. (2) Bolsas de maíz para palomitas especiales para microondas que están preparadas para tiempos de cocción e intensidad específicos. Siga las instrucciones exactas dadas por cada fabricante para su producto y no deje el horno descuidado mientras el maíz se está cocinando. Si el maíz no explota después del tiempo indicado, deje de cocinar. Si se recocina se puede prender fuego. PRECAUCIÓN: <ul style="list-style-type: none">• Nunca use bolsas de papel de estraza para hacer palomitas de maíz o intente hacer saltar los granos de maíz que han quedado sin reventar.• No ponga el maíz para palomitas pre-empaquetado directamente sobre la bandeja giratoria. Para evitar sobrecalentamiento de la bandeja giratoria, ponga la bolsa sobre un plato.
¿Por qué a veces las manzanas asadas revientan durante la cocción?	La cáscara no se ha quitado de la parte superior de cada manzana para permitir la expansión del interior de la fruta mientras se cocina. Como en los métodos convencionales de cocción, el interior de la manzana se expande durante el proceso de cocción.
¿Por qué a veces las papas asadas se quemán durante la cocción?	Si se cocina por mucho tiempo se pueden incendiar. Al final del tiempo de cocción recomendado, las papas deberían estar relativamente firmes. PRECAUCIÓN: no cocinar en exceso.
¿Por qué se recomienda un tiempo de reposo después de cocinar con microondas?	El tiempo de reposo permite que los alimentos se cocinen en forma pareja por unos minutos después del ciclo de cocción con microondas. El tiempo de reposo depende de la densidad de los alimentos.
¿Por qué se requiere tiempo adicional para cocinar alimentos guardados en el refrigerador?	En cocina convencional, la temperatura inicial de los alimentos afecta el tiempo total de cocción. Ud. necesita más tiempo para cocinar alimentos sacados del refrigerador que para alimentos que están a temperatura ambiente.

DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

ANTES DE LLAMAR PARA SERVICIO

Hay muchos problemas de funcionamiento que Ud. puede corregir solo. Si su horno de microondas no funciona correctamente, localice el problema en la siguiente lista y pruebe las soluciones sugeridas para cada problema. Si el horno de microondas aún no funciona correctamente, contacte el centro de servicio Sears más cercano. Los centros de servicio Sears están totalmente equipados para darle el servicio requerido.

Problema	Causas posibles
El horno no arranca	<ul style="list-style-type: none">• ¿Está enchufado?• ¿La puerta está cerrada?• ¿Programó el tiempo de cocción?
Hay chispas	<ul style="list-style-type: none">• ¿Está usando vajilla aprobada?• ¿El horno está vacío?
Hora incorrecta	<ul style="list-style-type: none">• ¿Ha tratado Ud. de volver a poner el reloj a la hora?
Comidas cocidas en forma despareja	<ul style="list-style-type: none">• ¿Está usando vajilla aprobada?• ¿Está la bandeja giratoria en el horno?• ¿Dio vuelta o revolvió la comida mientras se cocinaba?• ¿Estaban los alimentos completamente descongelados?• ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?
Alimentos recocidos	<ul style="list-style-type: none">• ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?
Alimentos no suficientemente cocidos	<ul style="list-style-type: none">• ¿Está usando vajilla aprobada?• ¿Estaban los alimentos completamente descongelados?• ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?• ¿Los orificios de la ventilación están destapados?
Descongelación incorrecta	<ul style="list-style-type: none">• ¿Está usando vajilla aprobada?• ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?• ¿Dio vuelta o revolvió la comida mientras se descongelaba?

DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

DECLARACIÓN DE INTERFERENCIA DE RADIOFRECUENCIA DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES (Sólo para Estados Unidos)

AVISO:

Este aparato genera y usa energía de frecuencia ISM y si no se instala o usa debidamente, es decir en estricto acuerdo con las instrucciones del fabricante, puede causar interferencia a la recepción de radio y televisión. Se ha analizado el tipo y se ha encontrado que cumple con los límites de aparatos industriales, científicos y médicos (ISM) según la parte 18 de las reglas de la Comisión, las cuales están diseñadas para proveer una protección razonable contra dicha interferencia en la instalación residencial.

Sin embargo, no se garantiza que no habrá interferencia en una instalación específica. Si este aparato causa interferencia a la recepción de la radio o televisión, lo cual se puede determinar prendiendo y apagando el aparato, se recomienda que el usuario trate de corregir la interferencia mediante uno o más de los siguientes pasos:

- Cambie la orientación de la antena de radio o televisión.
- Cambie la posición del horno de microondas con respecto al receptor.
- Mueva el horno de microondas a otro tomacorriente para que el horno y el receptor estén en distintos circuitos eléctricos.
- Enchufe el horno de microondas en otro tomacorriente para que el horno y el receptor estén en distintos circuitos.

El fabricante no es responsable por la interferencia de radio o televisión causada por la modificación **sin autorización** de este horno de microondas. La corrección de la interferencia es responsabilidad del usuario.

Master Protection Agreements

Congratulations on making a smart purchase.

Your new Kenmore® product is designed and manufactured for years of dependable operation.

But like all products, it may require preventive maintenance or repair from time to time.

That's when having a Master Protection Agreement can save you money and aggravation.

Purchase a Master Protection Agreement now and protect yourself from unexpected hassle and expense.

The Master Protection Agreement also helps extend the life of your new product. Here's what's included in the Agreement:

- ✓ **Expert service** by our 12,000 professional repair specialists
- ✓ **Unlimited service and no charge** for parts and labor on all covered repairs
- ✓ **"No-lemon" guarantee** – replacement of your covered product if four or more product failures occur within twelve months
- ✓ **Product replacement** if your covered product can't be fixed
- ✓ **Annual Preventive Maintenance Check** at your request – no extra charge
- ✓ **Fast help by phone** – phone support from a Sears technician on products requiring in-home repair, plus convenient repair scheduling
- ✓ **Power surge protection** against electrical damage due to power fluctuations
- ✓ **Rental reimbursement** if repair of your covered product takes longer than promised

Once you purchase the Agreement, a simple phone call is all that it takes for you to schedule service.

You can call anytime day or night, or schedule a service appointment online.

Sears has over 12,000 professional repair specialists, who have access to over 4.5 million quality parts and accessories. That's the kind of professionalism you can count on to help prolong the life of your new purchase for years to come. Purchase your Master Protection Agreement today!

Some limitations and exclusions apply. For prices and additional information call 1-800-827-6655.

Sears Installation Service

For Sears professional installation of home appliances, garage door openers, water heaters, and other major home items, in the U.S.A. call 1-800-4-MY-HOME®

Acuerdos Maestros de protección

Felicitaciones por haber hecho una compra inteligente

Su nuevo producto Kenmore® está diseñado y fabricado para años de operación segura.

Pero como todo producto, puede necesitar mantenimiento preventivo o reparaciones cada cierto tiempo. Es allí cuando el tener un Acuerdo Maestro de protección le puede ahorrar dinero o evitar que la falla empeore.

Adquiera un Acuerdo Maestro de protección ahora y resguárdese de cualquier molestia o gastos inesperados.

El Contrato de Protección Maestro ayuda también extender la vida de su nuevo producto. Estas son los aspectos incluidos en el Contrato :

- ✓ **Servicio experto**, llevado a cabo por cualquiera de nuestros 12.000 profesionales especialistas en reparaciones.
- ✓ **Servicio ilimitado y sin cargo alguno**, por las piezas o por el trabajo en toda las reparaciones cubiertas por el Acuerdo.
- ✓ **Garantía de "No-Lemon"** - cambio de su producto cubierto si ocurre más de cuatro o más fallas al producto dentro de doce primeros meses.
- ✓ **Reemplazo del producto** si su este asegurado no puede arreglarse.
- ✓ **Control anual de mantenimiento preventivo** a pedido suyo sin cargo extra.
- ✓ **Ayuda rápida vía telefónico** - Soporte telefónico de un técnico de Sears sobre los productos que se requiere de reparación en casa, más la programación conveniente de servicio.
- ✓ **Protección contra sobrecarga eléctrica**, por daños eléctricos causados por fluctuaciones de corriente.
- ✓ **Reembolso de alquiler** si la reparación del producto asegurado toma más tiempo de lo prometido.

Una vez que ha comprado el Acuerdo, una simple llamada telefónica es todo lo que le tomará para agendar un servicio. Puede llamar a cualquier hora del día o de la noche o hacer un compromiso de atención por teléfono.

Sears tiene más de 12,000 profesionales especialistas en reparaciones que tienen acceso a más de 4.5 millones de piezas de calidad y accesorios. Esa es la clase de profesionalismo con la que puede usted contar para ayudar a prolongar la vida de su nueva adquisición en los años por venir. ¡Suscriba ya un Acuerdo Maestro de protección!

Se aplican algunas limitaciones y exclusiones. Por precios e información adicional llame al 1-800-827-6655.

Servicio de instalación Sears

Para la instalación profesional de Sears de los aparatos del hogar, dispositivos de apertura de la puerta del garaje, calentadores de agua, y otros items principales del hogar, llame en los Estados Unidos a 1-800-4-MY-HOME®.

Get it fixed, at your home or ours!

Your Home

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

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

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

1-800-4-MY-HOME® (1-800-469-4663)

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

www.sears.com www.sears.ca

Our Home

For repair of carry-in items like vacuums, lawn equipment, and electronics, call or go on-line for the location of your nearest **Sears Parts & Repair Center.**

1-800-488-1222

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

www.sears.com

To purchase a protection agreement (U.S.A.) or maintenance agreement (Canada) on a product serviced by Sears:

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

1-800-361-6665 (Canada)

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

1-888-SU-HOGARSM

(1-888-784-6427)

Au Canada pour service en français:

1-800-LE-FOYER^{MC}

(1-800-533-6937)

www.sears.ca

SEARS