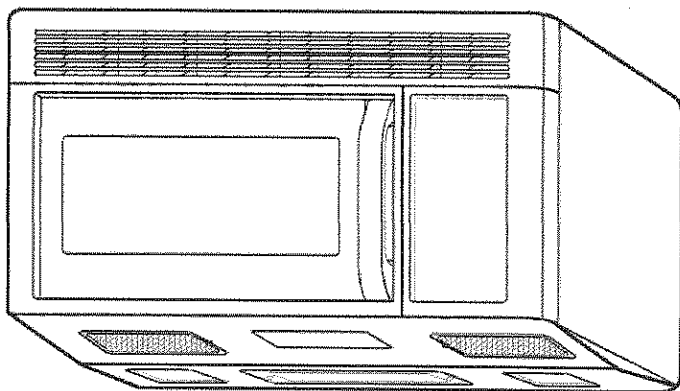


# SEARS Owner's Manual



1.3 Cu. ft / 900W(IEC 705 Rating Standard)  
**MICROWAVE OVEN**

Model No. 721.67600  
721.67601  
721.67602



**CAUTION:** Read and follow all Safety Rules and Operating instructions before First Use of this Product.

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

SAFETY

INFORMATION

OPERATION

COOKING

MAINTENANCE

ESPAÑOL

# TABLE OF CONTENTS

<b>TABLE OF CONTENTS</b> .....	<b>2</b>	Beverage .....	14
<b>WARRANTY</b> .....	<b>2</b>	Potato .....	14
<b>SAFETY</b> .....	<b>3</b>	Bacon .....	14
Important Safety Instructions .....	3	Auto Cook .....	14
Precautions To Avoid Possible Exposure		Cooking Guide for "Auto Cook" .....	15
To Excessive Microwave Energy .....	4	Auto Reheat .....	16
<b>INFORMATION</b> .....	<b>5</b>	Cooking Guide for "Auto Reheat" .....	16
Location of Model Number .....	5	Auto Defrost .....	17
Oven Specifications .....	5	Defrosting Tips .....	17
Electrical Rating .....	5	Auto Defrost Chart .....	18
Electrical Requirements .....	5	Cooking with the Temperature Probe .....	20
Grounding Instructions .....	5	Temperature Guide .....	21
Microwave Oven Features .....	6	Two position Metal Rack .....	21
Oven Control Panel .....	7	<b>COOKING</b> .....	<b>22</b>
<b>OPERATION</b> .....	<b>9</b>	Getting the Best Cooking Results .....	22
<b>LEARN ABOUT YOUR MICROWAVE OVEN</b>	<b>9</b>	<b>FISH &amp; SHELLFISH</b> .....	<b>22</b>
Time of Day .....	9	<b>APPETIZERS/SAUCES/SOUPS</b> .....	<b>23</b>
Kitchen Timer .....	9	<b>MEAT</b> .....	<b>23</b>
Light Timer .....	9	<b>POULTRY</b> .....	<b>25</b>
Fan Hi/Low/Off .....	10	<b>PASTA AND RICE</b> .....	<b>26</b>
Light Hi/Low/Off .....	10	<b>MAINTENANCE</b> .....	<b>27</b>
Turntable On/Off .....	10	<b>CARE AND CLEANING</b> .....	<b>27</b>
Child Lock .....	10	Temperature Probe .....	27
Help .....	10	Metal Rack .....	27
Hold Warm .....	10	Cleaning the Grease Filters .....	27
User Choice .....	11	Charcoal Filter Replacement .....	27
Quick On .....	11	Cooktop/Night Light Replacement .....	28
Plus One Minute .....	11	Oven Light Replacement .....	28
Popcorn .....	12	<b>QUESTIONS AND ANSWERS</b> .....	<b>28</b>
Cooking with More than One Cook Cycle.....	12	<b>MICROWAVE UTENSIL GUIDE</b> .....	<b>29</b>
Cooking at High Cook Power .....	12	<b>BEFORE CALLING FOR SERVICE</b> .....	<b>30</b>
Cooking at Lower Power Levels .....	12		
Cooking Guide for "Lower Power Levels".....	13		

## 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, of 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 IS AVAILABLE BY SIMPLY CONTACTING THE NEAREST SEARS STORE OR SERVICE CENTER IN THE UNITED STATES.**

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 right which vary from state to state.

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

## 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.

- **Read all the instructions before using your oven.**
- **Do not allow children to use this oven without close supervision.**
- Read and follow the specific **“PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY”** found on page 4.
- **Do not use** corrosive chemicals or vapors, such as sulfide and chloride, in this appliance. This type of oven is specifically designed to heat, cook or dry food. It is not designed for industrial or laboratory use.
- **Do not use or store** this appliance outdoors. Do not use this product near water -for example, near a kitchen sink, in a wet basement, or near a swimming pool, and the like.
- **Do not use** the cavity for storage purposes. Do not leave paper products, cooking utensils, or food in the cavity when not in use.
- **Clean the ventilating hood frequently.** Do not allow grease to accumulate on the hood or the filters.
- When flaming foods under the hood, turn the fan off. The fan, if operating, may spread the flame.
- Suitable for use above both gas and electric cooking equipment 36 inches wide or less.
- Use care when cleaning the vent hood filters. Corrosive cleaning agents such as lye-based oven cleaners, may damage the filters.
- **When cleaning the door and the surfaces that touch the door, use only mild, non-abrasive soaps or detergents and a sponge or soft cloth.**
- **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.
- **If your oven is dropped or damaged,** have it thoroughly checked by a qualified service technician before using it again.
- **To avoid a fire hazard:**
  - **Do not severely over-cook food.** Severely overcooked foods can start a fire in the oven. Watch the oven carefully, especially if you have paper, plastic, or other combustibles in the oven.
- **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.
- **Do not use wire twist-ties in the oven.** Be sure to inspect purchased items for wire twist-ties and remove them before placing the item in the oven.
- **If a fire should start:**
  - **Keep the oven door closed.**
  - **Turn the oven off.**
  - **Disconnect the power cord or shut off the power at the fuse or circuit breaker panel.**
- **To avoid electric shock:**
  - **This appliance must be grounded.** Connect it only to a properly grounded outlet. See the electrical grounding instructions on page 5.
  - **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.
  - **Do not immerse the electrical cord or plug in water.**
  - **Keep the cord away from heated surfaces.**
- **To avoid improperly cooking some foods.**
  - **Do not heat any types of baby bottles or baby food.** Uneven heating may occur and possibly cause personal injury.
  - **Do not heat small-necked containers,** such as syrup bottles.
  - **Do not deep-fat fry in your microwave oven.**
  - **Do not attempt home canning in your microwave oven.**
  - **Do not heat the following items in the microwave oven:** whole eggs in the shell; water with oil or fat; sealed containers or closed glass jars. These items may explode.
- **Do not use this oven for commercial purposes.** It is made for household use only.
- Do not cover or block any openings in the oven.
- Use your oven only for the operations described in this manual.
- Do not run the oven empty, without food in it.
- Do not let cord hang over edge of table or counter.
- **Preserve the oven floor:**
  - **Do not heat the oven floor excessively.**

# SAFETY

- **Do not** allow the gray film on special microwave-cooking packages to touch the oven floor. Put the package on a microwavable dish.
- **Do not** cook anything directly on the oven floor. Use a microwavable dish.
- Keep a browning dish at least 3/16 inch above floor. Carefully read and follow the instructions for the browning dish. If you use a browning dish incorrectly, you could damage the oven floor.
- **Preserve the metal rack:**
  - Remove the metal rack from the oven when you are not using it.
  - **Do not** use the oven empty with the metal rack in it.
  - The metal rack may get hot while cooking. Use pot holders to remove it after cooking.
  - **Do not** use foil or metal containers on the metal rack.
- Install or located this appliance only in accordance with the provided installation instructions.
- This appliance should be serviced only by qualified service personnel. Contact nearest authorized service facility for examination, repair or adjustment.

## SAVE THESE INSTRUCTIONS

## 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.

## 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.

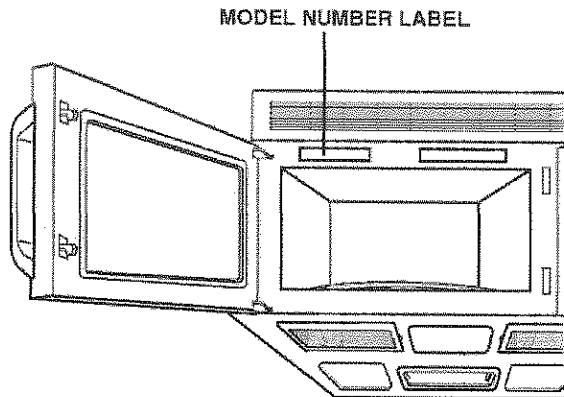
**The manufacturer** is not responsible for any radio or TV interference caused by **unauthorized modification** to this microwave oven. It is the responsibility of the user to correct such interference.

# INFORMATION

Please read this owner's manual. It will tell you how to use all the fine features of this microwave oven.

## LOCATION OF MODEL NUMBER

To request service information or replacement parts, service center will require the complete model number of your microwave oven. The number is on the oven front as shown in the illustration below.



## OVEN SPECIFICATIONS

Output Power 900W (IEC 705 Standard)  
Outer Dimensions 29-15/16" x 16-7/16" x 15-3/8"  
Cavity Volume 1.3 Cu.ft  
Net Weight 58 lbs.

## ELECTRICAL RATING

- \* Electrical Rating of the Oven: 120V AC 60Hz
- \* 11.9 Amps / 1350 Watts (MWO Only)
- \* 12.9 Amps / 1500 Watts (MWO + Cooktop Lamp + Ventilation Fan)

## ELECTRICAL REQUIREMENTS

The oven is designed to operate on a Standard 120V/60Hz household outlet. Be sure the circuit is at least 15A and the microwave oven is the only appliance on the circuit. It is not designed for 50Hz or any circuit other than a 120V/60Hz circuit.

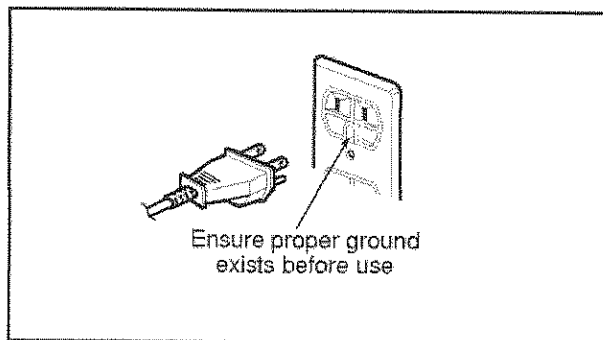
## GROUNDING INSTRUCTIONS

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. The cord for this appliance has 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 if you do not understand the grounding instructions or if you wonder whether the appliance is properly grounded. Because this appliance fits under the cabinet, it has a short power-supply cord. See the separate Installation Instructions for directions on properly placing the cord. Keep the electrical power cord dry and do not pinch or crush it in any way.

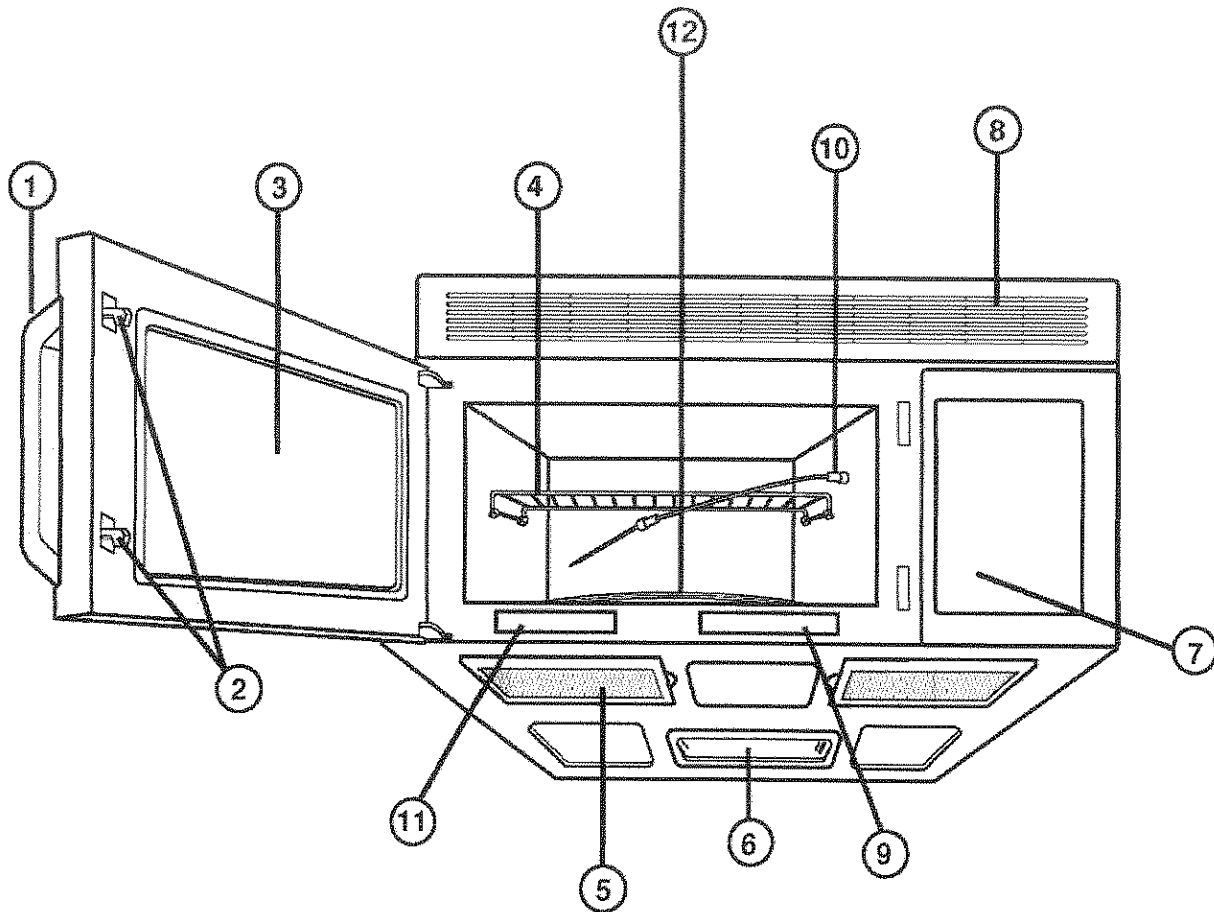
If it is necessary to use an extension cord, use only a 3-wire extension cord that has a 3-blade grounding plug, and a 3-slot receptacle that will accept the plug on the appliance. The marked rating of the extension cord shall be equal to or greater than the electrical rating of the appliance.



For a permanently connected appliance: This appliance must be connected to a grounded, metallic, permanent wiring system, or an equipment grounding conductor should be run with the circuit conductors and connected to the equipment grounding terminal or lead on the appliance.

# INFORMATION

## MICROWAVE OVEN FEATURES



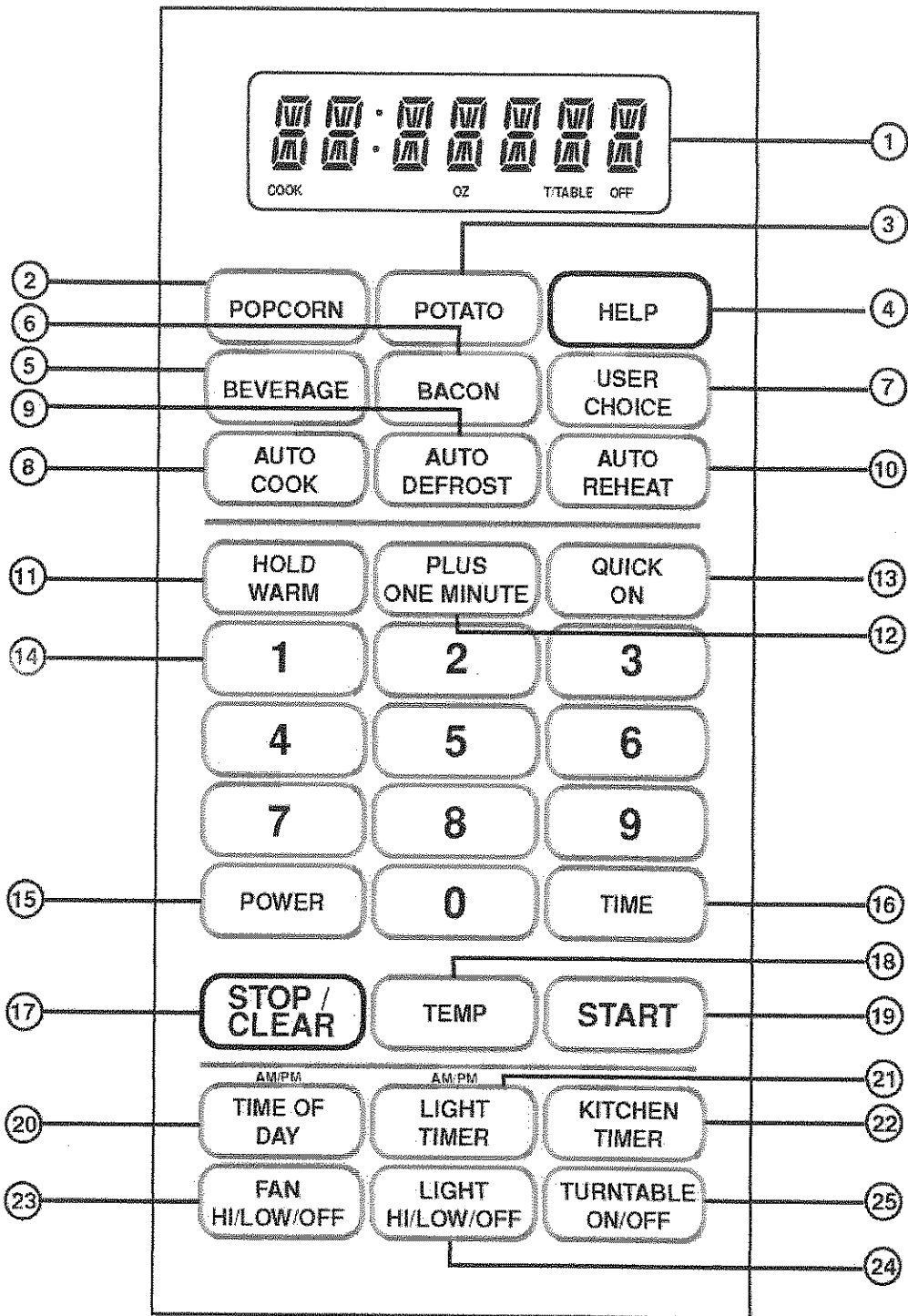
To get you up and running quickly, the following is a list of the oven's basic features:

- 1. Door Handle.** Pull to open door.
- 2. Door Safety Lock System.** The oven will not operate unless the door is securely closed.
- 3. Window with Metal Shield.** Shield prevents microwaves from escaping. It is designed as a screen to allow you to view food as it cooks.
- 4. Two-Position Metal Rack.** Use for extra space when cooking in more than one container at the same time. See page 21 for more information.
- 5. Grease Filter.** See page 27 for cleaning information.
- 6. Cooktop/Countertop Light.** Turn on to light your cooktop or countertop or turn on as a night light. See page 10 for more information.
- 7. Control Panel.** Touch the pads on this panel to perform all functions.
- 8. Vent Grille.** See page 27 for replacing the charcoal filter.
- 9. Cooking Guide.** Use as a quick reference for Auto Reheat, Auto Cook and Auto Defrost.
- 10. Temperature Probe.** Used for reheating or cooking to a specific temperature. See page 20 for more information.  
**NOTE:** Do not store the Temperature Probe in the oven when probe is not being used.
- 11. Model and Serial Number Plate.**
- 12. Glass Turntable.** The turntable turns foods as it cooks for more even cooking. It must be in the oven during operation for best cooking results. When the temperature probe is used, the turntable will be turned off.

# INFORMATION

## OVEN CONTROL PANEL

When you first plug in your oven, "PLEASE TOUCH TIME OF DAY" will appear in the display window.



# INFORMATION

1. **DISPLAY:** The Display includes a clock and indicators to tell you time of day, cooking time settings and cooking functions selected.
2. **POPCORN:** Touch this pad when popping popcorn in your microwave oven. See page 12 for more information.
3. **POTATO:** Touch this pad to cook from 1 to 4 potatoes. See page 14 for more information.
4. **HELP:** Touch this pad to learn how to use each oven function. See page 10 for more information.
5. **BEVERAGE:** Touch this pad to reheat one cup or two cups a beverage. See page 14 for more information.
6. **BACON:** Touch this pad to cook from 2 to 6 slices of bacon. See page 14 for more information.
7. **USER CHOICE:** Touch this pad to change the oven's default settings for sound, clock, display speed, defrost weight, and demo mode operations. See page 11 for more information.
8. **AUTO COOK:** Touch this pad to cook vegetables, rice, or casseroles. See page 14 for more information.
9. **AUTO DEFROST:** Meat, poultry, fish. Touch on pad to select food type and defrost food by weight. See page 17 for more information.
10. **AUTO REHEAT:** Touch this pad to reheat pizza, soups, sauces, casseroles, rolls, and muffins. See page 16 for more information.
11. **HOLD WARM:** Touch this pad to keep hot, cooked foods safety warm in your microwave oven for up to 99 minutes 99 seconds. See page 10 for more information.
12. **PLUS ONE MINUTE:** Touch this pad to cook for one minute, at 100% power level. See page 11 for more information.
13. **QUICK ON:** Touch this pad to cook from 1 to 9 minutes automatically at 100% power. See page 11 for more information.
14. **NUMBER:** Touch number pads to enter cooking time, power level, quantities or weights.
15. **POWER:** Touch this pad to select a cooking power level.
16. **TIME:** Touch this pad to set a cooking time.
17. **STOP/CLEAR:** Touch this pad to stop the oven or clear all entries.
18. **TEMP:** Touch this pad for temperature probe cooking. See page 20 for more information.
19. **START:** Touch this pad to start a function. If you open the door after oven begins to cook, retouch START.
20. **TIME OF DAY:** Touch this pad to enter the time of day. See page 9 for more information.
21. **LIGHT TIMER:** Touch this pad to set the light timer. See page 9 for more information.
22. **KITCHEN TIMER:** Touch this pad to set the kitchen timer. See page 9 for more information.
23. **FAN HI/LOW OFF:** Touch this pad to turn the fan on or off. See page 10 for more information.
24. **LIGHT HI/LOW OFF:** Touch this pad to turn on the cooktop/countertop light. See page 10 for more information.
25. **TURNTABLE ON/OFF:** Touch this pad to turn off the turntable. "T/TABLE OFF" will appear in the display. See page 10 for more information.



# OPERATION

## LEARN ABOUT YOUR MICROWAVE OVEN

This section discusses the concepts behind microwave cooking and introduces you to the basics you need to know to operate your microwave oven. Please read this information before use.

### TIME OF DAY

This oven includes a 24 hour clock. When your microwave oven is first plugged in or after a power failure, the Display will show "PLEASE TOUCH TIME OF DAY". If a time of day is not set, " : " will show in the Display until one is set.

Example: To set 8:00 AM.



1. Touch **STOP/CLEAR**.



2. Touch **TIME OF DAY**.  
(Press once for AM, twice for PM.)



3. Enter the time by using the number key pad.



4. Touch **TIME OF DAY**.

### KITCHEN TIMER

You can use your microwave oven as a timer. Use the Timer for timing up 99 minutes, 99 seconds.

Example: To count 3 minutes.



1. Touch **STOP/CLEAR**.



2. Touch **KITCHEN TIMER**.



3. Enter the time by using the number key pad.



4. Touch **START**.  
When the time is over, you will hear one long beep and "END" will display.

### LIGHT TIMER

You can set the LIGHT to turn on and off automatically at any time you want. The light comes on at the same time every day until reset.

Example: Turn on 2:00 AM, turn off 7:00 AM.



1. Touch **STOP/CLEAR**.



2. Touch **LIGHT TIMER**.  
(Press once for AM, twice for PM.)



3. Enter the time you want the LIGHT to turn on.



4. Touch **LIGHT TIMER** again.  
(Press once for AM, twice for PM.)



5. Enter the time you want the LIGHT to turn off.



6. Touch **START**.

**NOTE:** To reset that time to turn on and off the LIGHT, repeat steps 2 to 6.

Example: To cancel the LIGHT TIMER.



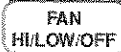
1. Touch **LIGHT TIMER**.



2. Touch **STOP/CLEAR**.

# OPERATION

## FAN HI/LOW/OFF



The FAN moves steam and other vapors from the surface cooking. Touch FAN once for High fan speed, twice for Low fan speed, or a three times to turn the fan off.

**NOTE:** If the temperature gets too hot around the microwave oven, the fan in the vent hood will automatically turn on at the LOW setting to cool the oven. It may stay on up to an hour to cool the oven. When this occurs, **you can not turn the fan off manually.**

## LIGHT HI/LOW/OFF



Touch LIGHT once for bright light, twice for the night light or three times to turn the light off.

## TURNTABLE ON/OFF



For best cooking results, leave the turntable on. It can be turned off for large dishes. Press TURNTABLE ON/OFF to turn the turntable on or off.

**NOTE:**

- Sometimes the turntable can become hot to touch. Be careful touching the turntable during and after cooking.
- The turntable is OFF automatically when the temperature probe is used.

## CHILD LOCK

You may lock the control panel to prevent the microwave from being accidentally started or used by children.

### Example: To set the child lock.



1. Touch STOP/CLEAR.



2. Touch and hold "0" more than 4 seconds. "LOCKED" will appear in the display window with two beeps.

### Example: To cancel the child lock.



1. Touch STOP/CLEAR.



2. Touch and hold "0" more than 4 seconds. "LOCKED" will disappear and you hear two beeps. At this time the oven is ready.

## HELP

The HELP pad display feature information and helpful hints. Press HELP, then select a key pad.

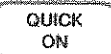
### Example: To learn about QUICK ON.



1. Touch STOP/CLEAR.



2. Touch HELP.



3. Touch QUICK ON.

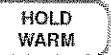
## HOLD WARM

You can safely keep hot, cooked food warm in your microwave oven for up to 99 minutes 99 seconds. You can use HOLD WARM by itself, or to automatically follow a cooking cycle.

### Example: To use the hold warm.



1. Touch STOP/CLEAR.



2. Touch HOLD WARM.

## NOTES:

- HOLD WARM operates for up to 99 minutes 99 seconds.
- Food cooked covered should be covered during HOLD WARM.
- Pastry items (pies, turnovers, etc.) should be uncovered during HOLD WARM.
- Complete meals kept warm on a dinner plate could be covered during HOLD WARM.

## To make HOLD WARM automatically follow another cycle:

- While you are programming the cooking instructions, touch HOLD WARM before touching START.
- When the last cooking cycle is over, you will hear two tones and "WARM" will appear in the oven display.
- You can set HOLD WARM to follow AUTO DEFROST, or multi-cycle cooking.

# OPERATION

## USER CHOICE

You can change the default values for beep sound, clock, display speed, defrost weight, and demo mode operations.

See following chart for more information.

NUMBER	USER CHOICE	NUMBER	RESULT
1	Beep ON/OFF control	1	Sound ON
		2	Sound OFF
2	Clock display control	1	Clock ON
		2	Clock OFF
3	Display	1	Slow speed
		2	Normal speed
		3	Fast speed
4	Defrost weight mode select	1	Lbs
		2	Kg
5	Demo mode select	1	Demo ON
		2	Demo OFF

**Example: To change defrost weight mode.  
(from lbs to kg)**

1. Touch **STOP / CLEAR**.
2. Touch **USER CHOICE**.
3. Touch number **4**.
4. Touch number **2**.

## QUICK ON

Using QUICK ON lets you cook or reheat food for up to 9 minutes at 100% power.

**Example: To cook for 8 minutes.**

1. Touch **STOP / CLEAR**.
2. Touch **QUICK ON**.
3. Enter the cook time.

## PLUS ONE MINUTE

PLUS ONE MINUTE lets you cook or reheat food for one minute at 100% Power or add extra minute to your cooking cycle. You can also use it to extend cooking time in multiples of one minute, up to 99 minutes.

**Example: To cook for 2 minutes.**

1. Touch **STOP / CLEAR**.
2. Touch two times **PLUS ONE MINUTE**.

# OPERATION

## POPCORN

Popcorn lets you pop 1.75, 3.0, and 3.5 ounce bags of commercially packaged microwave popcorn. Pop only one package at a time. If you are using a microwave popcorn popper, follow manufacturer's instructions. To correctly set your microwave oven, follow this chart:

Bag Size-ounces	1.75	3.0	3.5
Touch NUMBER	1	2	3

Example: To pop a 3.0 oz. bag.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

POPCORN

2. Touch POPCORN.

2

3. Touch number 2.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## COOKING WITH MORE THAN ONE COOK CYCLE

For best results, some recipes call for one Power Level for a certain length of time, and another Power Level for another length of time. Your oven can be set to change from one to another automatically, for up to three cycles.

Example: To cook food for 3 minutes at 100% power and then 70% power for 7 minutes 30 seconds.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

TIME

2. Touch TIME.

3 0 0

3. Enter the first cook time.

TIME

4. Touch TIME.

7 3 0

5. Enter the second cook time.

POWER

6. Touch POWER.

7

7. Enter the POWER LEVEL.

START

8. Touch START.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## COOKING AT HIGH COOK POWER

Example: To cook food for 8 minutes 30 seconds.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

TIME

2. Touch TIME.

8 3 0

3. Enter the cook time.

START

4. Touch START.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## COOKING AT LOWER POWER LEVELS

HIGH power cooking does not always give you the best results with foods that need slower cooking, such as roasts, baked goods, or custards. Your oven has 9 power settings in addition to "HIGH".

Example: To cook food for 7 minutes 30 seconds at 70% power.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

TIME

2. Touch TIME.

7 3 0

3. Enter the cook time.

POWER

4. Touch POWER.

7

5. Enter the power level.

START

6. Touch START.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

# OPERATION

## COOKING GUIDE FOR "LOWER POWER LEVELS"

The nine power levels in addition to "HIGH" allow you to choose the best power level for the food you are cooking. Below are listed all the power levels,

examples of foods best cooked at each level, and the amount of microwave power you are using.

POWER LEVEL	MICROWAVE OUTPUT	USE
10 "HIGH"	100%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boil water.</li> <li>• Cook ground beef.</li> <li>• Make candy.</li> <li>• Cook fresh fruits and vegetables.</li> <li>• Cook fish, and poultry.</li> <li>• Preheat browning dish.</li> </ul>
9	90%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reheat meat slices quickly.</li> <li>• Saute onions, celery, and green pepper.</li> </ul>
8	80%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• All reheating.</li> <li>• Cook scrambled eggs.</li> </ul>
7	70%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cook breads and cereal products.</li> <li>• Cook cheese dishes, veal.</li> <li>• Cook cakes, muffins, brownies, cup cakes.</li> </ul>
6	60%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cook pasta.</li> </ul>
5	50%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cook meats, whole poultry.</li> <li>• Cook custard.</li> <li>• Cook whole chicken, turkey, spare ribs, rib roast, sirloin roast.</li> </ul>
4	40%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cook less tender cuts of meat.</li> <li>• Reheat frozen convenience foods.</li> </ul>
3	30%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thawing meat, poultry, and seafood.</li> <li>• Cooking small quantities of food.</li> <li>• Finish cooking casserole, stew, and some sauces.</li> </ul>
2	20%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soften butter and cream cheese.</li> <li>• Heating small amounts of food.</li> </ul>
1	10%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soften ice cream.</li> <li>• Raise yeast dough.</li> </ul>
0		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Standing time.</li> </ul>

# OPERATION

## BEVERAGE

BEVERAGE lets you heat up to 2 beverages.

### NOTE:

- Reheat times based on an 8 ounce cup.
- Beverage heated with the beverage feature may be very hot.
- Remove the container with care.
- Beverage may be very hot, remove from oven with care.

### Example: To reheat one 8 oz. beverage.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

BEVERAGE

2. Touch BEVERAGE.

1

3. Touch number 1.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## POTATO

The POTATO pad lets you cook potatoes with the preset times and cook powers. You can choose from 1 to 4 potatoes.

### NOTE:

- Cooking times based on an average 8 ounce potato.
- Before baking, pierce potato with fork several times.
- After baking, let stand for 5 minutes wrapped in foil.

### Example: To cook 2 Potatoes.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

POTATO

2. Touch POTATO.

2

3. Touch number 2.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## BACON

BACON lets you cook from 2 to 6 slices of bacon. For best results, place bacon on paper towel. Cover loosely with another paper towel to prevent spattering.

### Example: To cook 3 slices of Bacon.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

BACON

2. Touch BACON.

3

3. Touch number 3.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## AUTO COOK

AUTO COOK provides four preset categories for cooking.

### Example: To cook 2 cups of Rice.

STOP / CLEAR

1. Touch STOP/CLEAR.

AUTO COOK

2. Touch AUTO COOK.

3

3. Choose food category.

Category	Touch pad number
Fresh vegetable	1
Frozen vegetable	2
Rice	3
Casserole	4

2

4. Enter quantity/servings.

Category	Number of cups
Fresh vegetable	1 - 4 cups
Frozen vegetable	1 - 4 cups
Rice	1 - 2 cups
Casserole	1 - 4 cups

When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

# OPERATION

## COOKING GUIDE FOR "AUTO COOK"

CODE	CATEGORY	QUANTITY	DIRECTIONS
1	FRESH VEGETABLE	1 cup Vegetables and 2 tbsp water	Place in a microwavable bowl or casserole. Add amount of water according to the quantity. Cover with vented plastic wrap. Let stand 5 minutes.
		2 cups Vegetables and 1/4 cup of water	
		3 cups Vegetables and 1/3 cup of water	
		4 cups Vegetables and 1/2 cup of water	
2	FROZEN VEGETABLE	1 cup	Place in a microwavable bowl or casserole. Cover with vented plastic wrap. Let stand 5 minutes.
		2 cups	
		3 cups	
		4 cups	
3	RICE	1 cup of Long grain rice and 2 1/4 cup of water	In large microwavable casserole, combine water, rice, margarine and salt. Cover with microwavable lid or vented plastic wrap. After cooking, let stand covered for 5 minutes.
		2 cups of Long grain rice and 4 1/4 cup of water	
4	CASSEROLE	1 cup	Place in a microwavable bowl or casserole. Cover with vented plastic wrap.
		2 cups	
		3 cups	
		4 cups	

# OPERATION

## AUTO REHEAT

AUTO REHEAT provides four preset categories for reheating.

Example: To reheat 3 slices of pizza.

STOP / CLEAR

1. Touch **STOP/CLEAR**.

AUTO REHEAT

2. Touch **AUTO REHEAT**.

1

3. Choose food category.

Category	Touch pad number
Pizza	1
Soup/sauce	2
Casserole	3
Roll/Muffin	4

3

4. Enter quantity/servings.

Category	Number of cups/items
Pizza	1 - 3 slices
Soup/sauce	1 - 4 cups
Casserole	1 - 4 cups
Roll/Muffin	1 - 4 servings

When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

## COOKING GUIDE FOR "AUTO REHEAT"

CODE	CATEGORY	SERVING AMOUNT	DIRECTION
1	PIZZA (Refrigerated)	1 slice (5 oz.)	Place on a low plate & paper towel. Do not cover.
		2 slices (10 oz.)	
		3 slices (15 oz.)	
2	SOUP/SAUCE	1 cup	Place in shallow microwavable casserole. Cover with vented plastic wrap.
		2 cups	
		3 cups	
		4 cups	
3	CASSEROLE	1 cup	Place in a microwavable bowl or casserole. Cover with plastic wrap.
		2 cups	
		3 cups	
		4 cups	
4	ROLL/MUFFIN	1 serving (2 oz.)	Place on paper towel. Do not cover.
		2 servings (4 oz.)	
		3 servings (6 oz.)	
		4 servings (8 oz.)	



# OPERATION

## AUTO DEFROST

Your microwave oven is preset with three defrost sequences. Using Auto Defrost is the best way to defrost frozen foods. The Auto Defrost Sequence Table below provides some basic guidelines for using the three defrost sequences.

**Example: To defrost 1.2 lbs of ground beef.**

**STOP / CLEAR**

1. Touch **STOP/CLEAR**.

**AUTO DEFROST**

2. Touch **AUTO DEFROST**.

**1**

3. Choose food category.

Category	Touch pad number
Meat	1
Poultry	2
Fish	3

**1** **2**

4. Enter the weight.

**START**

5. Touch **START**.

6. After 1/3 of the defrost time is over, The display will prompt you to turn over food. Open door, turn over food, and shield any warm portions.

**START**

7. Close the door and restart.

8. After 2/3 of the defrost time is over, the display will prompt you to turn over food. Repeat steps 6 and 7. When the defrost time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

**NOTE:** If you do not open the door within 3 seconds, the display will resume the countdown.

### Weight conversion chart

You are probably used to food weights as being in pounds and ounces that are fractions of a pound (for example 4 ounces equals 1/4 pound).

However, in order to enter food weight in AUTO DEFROST, you must specify pounds and tenths of a pound. If the weight on the food package is in fractions of a pound, you can use the following chart to convert the weight to decimals.

EQUIVALENT OUNCE WEIGHT	NUMBER AFTER DECIMAL
1.6	.10
3.2	.20
4.0	.25
4.8	.30
6.4	.40
8.0	.50
9.6	.60
11.2	.70
12.0	.75
12.8	.80
14.4	.90
16.0	1.00

One-Quarter Pound

One- Half Pound

Three-Quarters Pound

One Pound

### DEFROSTING TIPS

- When using AUTO DEFROST, the weight to be entered is the net weight in pounds and tenths of pounds (the weight of the food minus the container).
- Only use AUTO DEFROST for raw food. AUTO DEFROST gives best results when food to be thawed is a minimum of 0°F (taken directly from a "true" freezer). If food has been stored in a refrigerator-freezer that does not maintain a temperature of 5°F or below, always program a lower food weight (for a shorter defrosting time) to prevent cooking the food.
- If the food is stored outside the freezer for up to 20 minutes, enter a lower food weight.
- The shape of the package alters the defrosting time. Shallow rectangular packets defrost more quickly than a deep block.
- Separate pieces as they begin to defrost. Separated pieces defrost more easily.
- You can use small pieces of aluminum foil to shield foods like chicken wings, leg tips, and fish tails, but the foil must not touch the side of the oven. Foil can damage the oven lining.
- Shield areas of food with small pieces of foil if they start to become warm.
- For better results, a preset standing time is included in the defrosting time.

# OPERATION

## AUTO DEFROST CHART

### Meat setting

FOOD	SETTING	AT BEEP	SPECIAL INSTRUCTIONS
<b>BEEF</b>			Meat of irregular shape and large, fatty cuts of meat should have the narrow or fatty areas shielded with foil at the beginning of a defrost sequence.
Ground beef (bulk)	MEAT	Remove thawed portions with fork. Turn over. Return remainder to oven.	Do not defrost less than 1/4 lb. Freeze in doughnut shape.
Ground beef (patties)	MEAT	Separate and rearrange.	Do not defrost less than two oz. patties. Depress center when freezing.
Round steak	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.
Tenderloin steak	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roast rack.
Stew beef	MEAT	Remove thawed portions with fork. Separate remainder. Return remainder to oven.	Place in a microwavable roast dish.
Pot roast, chuck roast	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.
Rib roast	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.
Rolled rump roast	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.
<b>LAMB</b>			
Cubes for stew	MEAT	Remove thawed portions with fork. Return remainder to oven.	Place in a microwavable baking dish.
Chops (1 inch thick)	MEAT	Separate and rearrange.	Place on a microwavable roasting rack.
<b>PORK</b>			
Chops (1 inch thick)	MEAT	Separate and rearrange.	Place on a microwavable roasting rack.
Hot dogs	MEAT	Separate and rearrange.	Place on a microwavable roasting rack.
Spareribs Country style ribs	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.
Sausage, links	MEAT	Separate and rearrange.	Place on a microwavable roasting rack.
Sausage, bulk	MEAT	Remove thawed portions with fork. Turn over. Return remainder to oven.	Place in a microwavable baking dish.
Loin roast, boneless	MEAT	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack.

# OPERATION

## AUTO DEFROST CHART (continued)

### Poultry setting

FOOD	SETTING	AT BEEP	SPECIAL INSTRUCTIONS
<b>CHICKEN</b> Whole	POULTRY	Turn over (finish defrosting breast-side down). Cover warm areas with aluminum foil.	Place chicken breast-side-up on a microwavable roast rack. Finish defrosting by immersing in cold water. Remove giblets when chicken is partially defrosted.
		Cut-up	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil. Separate pieces and rearrange.
<b>CORNISH HENS</b> Whole	POULTRY	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack. Finish defrosting by immersing in cold water.
<b>TURKEY</b> Breast	POULTRY	Turn over. Cover warm areas with aluminum foil.	Place on a microwavable roasting rack. Finish defrosting by immersing in cold water.

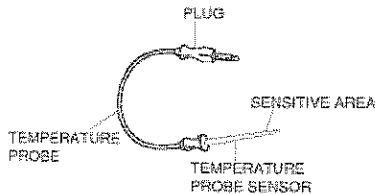
### Fish setting

FOOD	SETTING	AT BEEP	SPECIAL INSTRUCTIONS	
<b>FISH</b> Filletts	FISH	Turn over. Separate fillets when partially thawed if possible.	Place in a microwavable baking dish. Carefully separate fillets under cold water.	
		Steaks	Separate and rearrange.	Place in a microwavable baking dish. Run cold water over to finish defrosting.
		Whole		Place in a microwavable baking dish. Cover head and tail with foil; do not let foil touch sides of microwave. Finish defrosting by immersing in cold water.
<b>SHELLFISH</b> Crabmeat	FISH	Break apart.	Place in a microwavable baking dish.	
Lobster tails	FISH	Rearrange.	Place in a microwavable baking dish.	
Shrimp	FISH	Separate and rearrange.	Place in a microwavable baking dish.	
Scallops	FISH	Separate and rearrange.	Place in a microwavable baking dish.	

# OPERATION

## COOKING WITH THE TEMPERATURE PROBE

The Temperature Probe helps take the guesswork out of cooking roasts and large casseroles. The probe is designed to turn the oven off when the temperature you select (between 90 - 199 °F) has been reached.



### Example: Cook beef to 150 °F

1. Insert probe sensor into food. (Insert at least 1/3 of the Temperature Probe into the food.)
2. Place food in oven and plug probe into socket on oven wall.
3. Close door.
4. Touch **STOP/CLEAR**.
5. Touch **TEMP**.
6. Enter the desired food temperature.
7. Touch **START**.  
When the cook time is over, you will hear three beeps and "END" will display.

STOP / CLEAR

TEMP

1

5

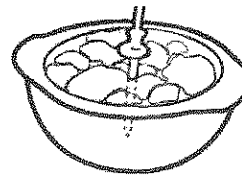
0

START

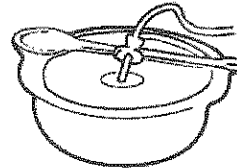
**NOTE: The turntable is off**  
when you use  
temperature probe.

### Temperature probe cooking tips:

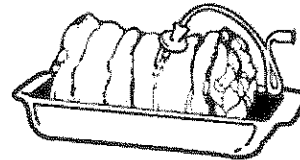
- Stir soups, casseroles, and drinks before serving.
- Cover roast with foil after cooking and **let stand** a few minutes. **Remove** foil if you decide to cook it longer.
- For **casseroles**, the tip of the probe should be in the center of the food. **Stir** foods. **Replace** the probe.
- **Thaw** frozen casseroles and meats in the microwave oven before inserting the probe.



- For **liquids**, **balance** the probe on a wooden spoon or spatula so the tip of the probe is in the center of the liquid.



- For **roasts**, the tip of the probe should be in the center of the largest muscle, but not touching fat or bone.



- **Casseroles** cooked using the Temperature Probe should be made from precooked foods. **Do not use raw meats, raw vegetables, and cream sauces** in casseroles.
- **Dry casseroles** do not work well.
- **Dry meat loaf mixtures** do not work well.
- **Roasts may vary** in size, shape, and composition. **Use** the Temperature Probe as a guide.

### Do not:

- **Let probe or probe cable** touch any part of the oven interior.
- **Let probe touch foil** (if used). You can keep foil away from probe with wooden toothpicks. **Remove** foil if arcing occurs.
- **Use** paper, plastic wrap, or plastic containers. They will be in the oven too long and might distort.
- **Force** probe into frozen food.
- **Use** probe for food that needs to simmer.
- **Plug** the pointed end of the Temperature Probe into the socket.

### Removing and cleaning the Temperature Probe:

1. After oven has shut off, **unplug** the Temperature Probe using an oven mitt or hot pad.
2. **Wipe** probe with a hot, sudsy cloth and **dry** thoroughly. **Use** a plastic scouring pad to remove cooked-on foods.

# OPERATION

## TEMPERATURE GUIDE

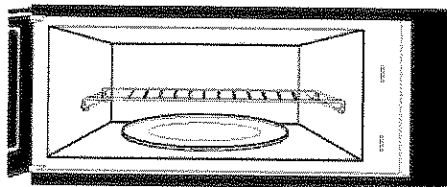
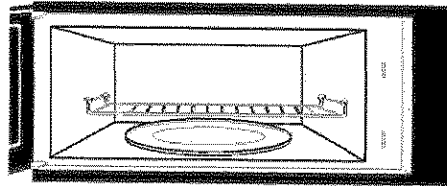
FOOD	TEMPERATURE SETTING	TIPS
Appetizer Dips Beverages	130°F 160°F	Stir before serving.
Frozen & Convenience Frozen Foods	150°F	Defrost foods completely before inserting probe.
Leftover & Canned Foods	150°F	Partially cover dish to speed cooking. Stir before serving.
Main Dishes & Casseroles	150°F	Partially cover dish to speed cooking. Stir before serving.
<b>Meats</b>		Meat must be completely thawed. Place on a microwavable roasting rack in a glass backing dish. During standing time, conduction of heat to the center will increase temperature 5 to 10°F.
Beef	Medium-160°F Well-170°F	
pork	170°F	
Poultry, whole	185°F	Whole poultry has many variables which affect doneness. Always use another conventional doneness test such as cutting near bone to check for pink.
Sauces	150°F	Stir before serving.
Seafood	160°F-170°F	Seafood has variables which affect doneness. Always use another conventional doneness test such as checking to see if seafood is firm.
Soups	150°F-160°F	If soup has additional solid ingredients, increase temperature setting.
Vegetables, canned or pre-cooked	150°F-170°F	Partially cover container to speed cooking.
Whole Meals	As specified for particular foods	

### TWO POSITION METAL RACK

The two position Metal Rack gives you extra space when cooking in more than one container at the same time. The metal rack can be turned upside-down to help fit taller containers on the bottom of the oven.

#### NOTE:

- Rack must be on 4 supports when used.
- Insert the rack securely into the four supports on the side walls of the oven.
- Turn the rack upside-down when using taller containers on the bottom of the oven.



# COOKING

## GETTING THE BEST COOKING RESULTS

To get the best results from your microwave oven, read and follow the guidelines below.

- **Storage Temperature:** Foods taken from the freezer or refrigerator take longer to cook than the same foods at room temperature. The time for recipes in this book is based on the normal storage temperature of the food.
- **Size:** Small pieces of food cook faster than large ones, pieces similar in size and shape cook more evenly. For even cooking, reduce the power when cooking large pieces of food.
- **Natural Moisture:** Very moist foods cook more evenly because microwave energy is attracted to water molecules.
- **Stir** foods such as casseroles and vegetables from the outside to the center to distribute the heat evenly and speed cooking. Constant stirring is not necessary.
- **Turn over** foods like pork chops, baking potatoes, roasts or whole cauliflower halfway through the cooking time to expose all sides equally to microwave energy.
- **Place** delicate areas of foods, such as asparagus tips, toward the center of the dish.
- **Arrange** unevenly shaped foods, such as chicken pieces or salmon steaks, with the thicker, meatier parts toward the outside of the dish.
- **Shield**, with **Small** pieces of aluminum foil, parts of food that may cook quickly, such as wing tips and leg ends of poultry.
- **Let it Stand:** After you remove the food from the microwave, cover food with foil or casserole lid and let it stand to finish cooking in the center and avoid overcooking the outer edges. The length of standing time depends on the density and surface area of the food.
- **Wrapping in waxed paper or paper towel:** Sandwiches and many other foods containing prebaked bread should be wrapped prior to microwaving to prevent drying out.

## Fish & Shellfish

### Cooking Fish and Shellfish: General Directions

- Prepare the fish for cooking.
  - Completely defrost the fish or shellfish.
  - Arrange unevenly shaped pieces with thicker parts toward the outside of the dish. Arrange shellfish in a single layer for even cooking.
  - The type of cover you use depends on how you cook: Poached fish needs a microwavable lid or **vented** plastic wrap.
  - Baked fish, coated fish or fish in sauce needs to be lightly covered with waxed paper to keep the coating crisp and sauce from getting watery.
- Always set the shortest cooking time. Fish is done when it turns opaque and the thickest part begins to flake. Shellfish is done when the shell turns from pink to red and the flesh is opaque and firm.
- The Fish and Shellfish Cooking Table below provides specific directions with Power Level and Cooking Time settings for most types of fish and shellfish.

**Fish And Shellfish Cooking Table**

	POWER LEVEL	COOKING TIME	DIRECTIONS
Fish fillets	HI	4-5 minutes	Arrange fish in a single layer with thickest portion toward outside edge of 1 1/2 quart microwavable baking dish. Brush with melted butter and season, if desired. Cook covered with vented plastic wrap. Let stand covered 2 minutes. If you are cooking more than 1 lb. of fish, turn the fish halfway through cooking
Fish steaks	HI	5-6 minutes	
Whole fish	7	5-6 minutes	
Scallops	HI	4-5 minutes	Arrange in a single layer. Prepare as directed above, except stir instead of turning the shellfish.
Shrimp, shelled	HI	4-5 minutes	

COOKING

# COOKING

## Appetizers / Sauces / Soups Meat

### Cooking Appetizers: Tips and Techniques Recommended

- Crisp crackers, such as melba toast, shredded wheat and crisp rye crackers are best for microwave use. Wait until party time to add the spreads. Place a paper towel under the crackers while they cook in the microwave oven to absorb extra moisture.
- Arrange individual appetizers in a circle for even cooking.
- Stir dips to distribute heat and shorten cooking time.

### Cooking Sauces: Tips and Techniques

- Use a microwavable casserole or glass measuring cup that is at least 2 or 3 times the volume of the sauce.
- Sauces made with cornstarch thicken more rapidly than those made with flour.

### Cooking Soups: Tips and Techniques

- Cook soups in a microwavable dish which holds double the volume of the recipe ingredients to prevent boil-over, especially if you use cream or milk in the soup.
- Generally, cover microwaved soups with VENTED plastic wrap or a microwavable lid.
- Cover foods to retain moisture. Uncover foods to retain crispness.
- Avoid overcooking by using the minimum suggested time. Add more time, if necessary, only after checking the food.

### Not Recommended

- Appetizers with a crisp coating or puff pastry are best done in a conventional oven with dry heat.
- Breaded products can be warmed in the microwave oven but will not come out crisp.
- Cook sauces made with cornstarch or flour uncovered so you may stir them 2 or 3 times during cooking for a smooth consistency.
- To adapt a conventional sauce or gravy recipe, reduce the amount of liquid slightly.
- Stirring occasionally will help blend flavors, distribute heat evenly and may even shorten the cooking time.
- When converting a conventional soup recipe to cook in the microwave, reduce the liquid, salt and strong seasonings.

### Cooking Meat: General Directions

- Prepare the meat for cooking.
  - Defrost completely.
  - Trim off excess fat to avoid splattering.
  - Place the meat, fat side down, on a microwavable rack in a microwavable dish.
  - Use oven cooking bag for less tender cuts of meat.
  - Arrange the meat so that thicker portions are toward the outside of the dish.
  - Cover the meat with waxed paper to prevent splattering.
- Tend the meat as it cooks.
  - Drain juices as they accumulate to reduce splattering and keep from overcooking the bottom of the meat.
  - Shield thin or bony portions with strips of foil to prevent overcooking.

**NOTE:** Keep the foil **at least 1 inch** from the oven walls, and do not cover more than one-third of the meat with foil at any one time.

- Let the meat stand covered with foil 10-15 minutes after you remove it from the oven. The internal temperature of the meat may rise from 5-10 °F during standing time.

The Meat Cooking Table on the next page provides detailed directions, Power Level and Cooking Time settings for most cuts of meat.

# COOKING

## Meat Cooking Table

MEAT	POWER LEVEL	COOKING TIME	DIRECTIONS
Beef Hamburgers, Fresh or defrosted (4 oz. each) 1 patty 2 patties 4 patties	HI	1-1½ minutes 1½-2 minutes 2½-3½ minutes	Form patties with depression in center of each. Place on microwavable roast rack. Brush with browning agent, if desired. Cover with waxed paper. Turn over halfway through cooking. Let stand covered 1 minute.
Sirloin tip roast (3-4 lbs.)	5	9-11 minutes per pound RARE(135 °F) 12-14 minutes per pound MEDIUM(155 °F)	Place roast fat side down on microwavable roast rack. Add desired seasonings and cover with waxed paper. Turn meat over halfway through cooking and shield if necessary. If using probe, insert in roast during last half of cooking. Remove roast from microwave oven when desired temperature is reached. Let stand covered with foil 15 minutes.(Temperature may rise about 10 °F).
Lamb Lamb roast, rolled boneless (3-4 lbs.)	5	12-13 minutes per pound RARE(135 °F) 13-14 minutes per pound MEDIUM(145 °F) 15-16 minutes per pound WELL(155 °F)	Place roast fat side down on microwavable roast rack. Brush lamb with marinade or desired seasonings such as rosemary, thyme or marjoram. Cover with waxed paper. Turn roast over after 15 minutes, and again after 30 minutes. Shield if necessary. If using probe, insert in center of roast for last part of cooking. Remove roast from microwave when desired temperature is reached. Let stand covered with foil 15 minutes (Temperature may rise about 10 °F).
Pork Bacon slices 2 slices 4 slices 6 slices	HI	1½-2 minutes 3-3½ minutes 4-5 minutes	Place bacon slices on microwavable roast rack. Cover with paper towels. After cooking, let stand 1 minute.
Chops (5-7 oz. each) 2 chops 4 chops	3	20-21 minutes per pound 17-18 minutes per pound	Place chops in microwavable baking dish. Add desired seasonings and cover with vented plastic wrap. Cook until no longer pink or until internal temperature reaches 170 °F. Turn chops over halfway through cooking. Let stand covered 5 minutes. (Temperature may rise about 10 °F).
Loin Roast, rolled, boneless (3 ½- 4 ½ lbs.)	3	27-29 minutes per pound (165 °F)	Place roast in cooking bag in microwavable dish. Add seasonings and browning agent if desired. Close bag loosely with microwavable closure or string. After cooking, let stand in bag 15 minutes.(Temperature may rise about 10 °F.) Internal temperature of pork should reach 170 °F before serving.
Sausage links, Fresh or Frozen, defrosted (1-2 oz. each) 2 links 4 links 6 links 10 links (8 oz. pkg.)	HI	45-60 seconds 1-1½ minutes 1½-2 minutes 1¾-2 minutes	Pierce links and place on microwavable roast rack. Cover with waxed paper or paper towel. Turn over halfway through cooking. After cooking, let stand covered 1 minute.



# COOKING

## Poultry

### Cooking Poultry: General Directions

- Prepare the poultry for cooking.
  - Defrost completely.
  - Arrange poultry pieces with thicker pieces at the outside edges of the baking dish. When cooking legs, arrange them like the spokes of a wheel.
  - Cover the baking dish with waxed paper to reduce splattering.
  - Use a browning agent or cook with a sauce to give a browned appearance.
- Tend the poultry as it cooks.
  - Drain and discard juices as they accumulate.
  - Shield thin or bony pieces with small strips of aluminum foil to prevent overcooking. keep foil at **least 1 inch** from the oven walls and other pieces of foil.
- The poultry is done when it is no longer pink and the juices run clear. When done, the temperature in the thigh meat should be 180-185°F.
- Let the poultry stand after cooking covered with foil for 10 minutes.

The Poultry Cooking Table below provides detailed directions, Power Level and Cooking Time settings for most cuts and types of poultry.

**Poultry Cooking Table**

	POWER LEVEL	COOKING TIME	DIRECTIONS
Chicken pieces (2 1/2-3 lbs).	HI	5-6 minutes per pound	Wash and dry poultry. Place pieces in a single layer in a microwavable baking dish with thicker pieces to the outside. Brush with butter or browning agent and seasonings if desired. Cover with waxed paper. Cook until no longer pink and juices run clear. Let stand covered 5 minutes.
Chicken whole (3-3 1/2 lbs)	HI	13-14 minutes per pound	Wash and dry poultry. Place breast side down on a microwavable roast rack. Brush with butter, or browning agent and seasoning if desired. Cover with waxed paper. Cook 1/3 of estimated time. Turn breast side up, brush with butter, or browning agent. Replace waxed paper. Cook 1/3 of estimated time again. Shield if necessary. Cook remaining 1/3 of estimated time or until no longer pink and juices run clear. Let stand covered with foil 10 minutes. (The temperature may rise about 10 °F.) The temperature in thigh should be 180 °F-185 °F when the poultry is done.
Cornish Hens Whole (1-1 1/2 lbs. each)	HI	7-8 minutes per pound	Wash and dry poultry. Tie wings to body of hen and the legs to tail. Place hens breast side down on microwavable rack. Cover with waxed paper. Turn breast side up halfway through cooking. Shield bone ends of drumsticks with foil. Remove and discard drippings. Brush with butter or browning agent and seasonings if desired. Cook until no longer pink and juices run clear. Remove hens from microwave when they reach desired temperature. Let stand covered with foil 5 minutes. (Temperature may rise about 10 °F). Temperature in breast should be 170 °F before serving.

# COOKING

## Pasta And Rice

Microwave cooking and conventional cooking of pasta, rice and cereal require about the same amount of time. But the microwave is a more convenient method because you can cook and serve in the same dish.

There is no stirring needed and leftover pasta tastes just like fresh cooked when reheated in the microwave oven.

### Cooking Pasta and Rice: Tips and Techniques

- If you are planning to use rice or pasta in a casserole, undercook it so it is still firm.
- Allow for standing time with rice, but not for pasta.
- The Pasta and Rice Cooking Tables below provide specific directions, with Power Level and cooking time settings for most common types of pasta and rice.

### Pasta Cooking Table

TYPE OF PASTA	POWER LEVEL	COOKING TIME	DIRECTIONS
Spaghetti 4 cups water Add 8 oz. spaghetti	HI 5	10 to 11 minutes 8 to 9 minutes	Combine hot tap water and salt, if desired. Use a 2-quart microwavable baking dish and cover with vented plastic wrap for spaghetti and lasagna noodles. Use microwavable lid or vented plastic wrap for macaroni and egg noodles. Cook at Power Level HI as directed in chart or until water boils. Stir in pasta; cook covered at Power Level 5 as directed in chart or until tender. Drain in a colander.
Macaroni 3 cups water Add 2 cups macaroni	HI 5	7 to 8 minutes 6 to 7 minutes	
Lasagna noodles 4 cups water Add 8 oz. lasagna noodles	HI 5	8 to 9 minutes 12 to 13 minutes	
Egg noodles 6 cups water Add 4 cups noodles	HI 5	9 to 11 minutes 6 to 7 minutes	

### Rice Cooking Table

TYPE OF RICE	POWER LEVEL	COOKING TIME	DIRECTIONS
Long grain 2 1/4 cups water Add 1 cup rice	HI 5	5 to 6 minutes 15 minutes	Combine hot tap water and salt, if desired, in 2-quart microwavable casserole. Cover with microwavable lid or vented plastic wrap. Cook as directed in chart at Power Level HI or until water boils. Stir in rice and any seasonings. Cook covered as directed in chart at Power Level 5 or until water is absorbed and rice is tender. Let stand covered 5 to 10 minutes. Fluff with fork.
Brown 2 1/2 cups water Add 1 cup rice	HI 5	5 to 6 minutes 30 minutes	
Long grain and wild rice mix 2 1/3 cups water Add 6 oz. pkg.	HI 5	4 1/2 to 5 1/2 minutes 25 minutes	
Quick cooking 1 cup water Add 1 cup rice	HI	2 to 3 minutes	Cook water until it boils. Stir rice into boiling water and let stand, covered 5 to 10 minutes or until water is absorbed and rice is tender. Fluff with fork.

# MAINTENANCE

## CARE AND CLEANING

For best performance and safety, keep the oven clean inside and outside. Take special care to keep the inner door panel and the oven front frame free of food or grease build-up.

**Never use rough powder or pads.** Wipe the microwave oven inside and out, including the hood bottom cover, with a soft cloth and a warm (not hot) mild detergent solution. Then rinse and wipe dry. Use a chrome cleaner and polish on chrome, metal and aluminum surfaces. Wipe spatters immediately with a wet paper towel, especially after cooking chicken or bacon. Clean your oven weekly or more often, if needed.

## TEMPERATURE PROBE

Remove the temperature probe from the socket after each use. Clean the probe with a mild detergent solution. Clean the sensor with a soft, damp cloth. **Use a pot holder because the wire, plug, and sensor sections may be hot.**

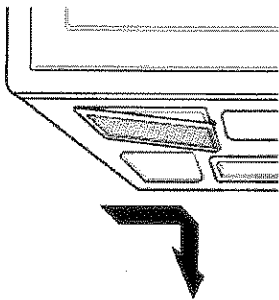
## METAL RACK

Wash the metal rack with a mild soap and a soft or nylon scrub brush. Dry completely. Do not use abrasive scrubbers or cleaners to clean rack.

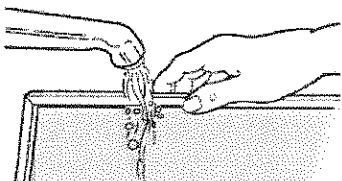
## CLEANING THE GREASE FILTERS

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

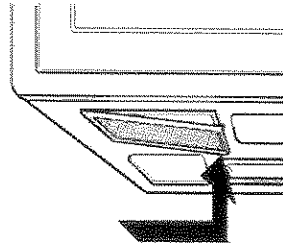
1. To remove grease filters, slide each filter to the side. Pull filters downward and push to the other side. The filter will drop out.



2. Soak grease filters in hot water and a mild detergent. Rinse well and shake to dry. **Do not use ammonia or place in a dishwasher. The aluminum will darken.**



3. To reinstall the filters, slide it into the side slot, then push up and toward oven center to lock.

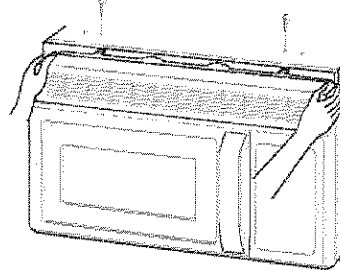


**NOTE: Do not operate the hood without the filters in place.**

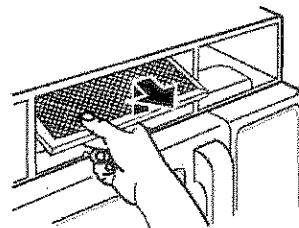
## CHARCOAL FILTER REPLACEMENT

If your oven is vented inside, the charcoal filter (part #507269) should be replaced every 6 to 12 months, and more often if necessary. The charcoal filter cannot be cleaned. To order a new charcoal filter, contact the Parts Department at your nearest Sears Store or Service Center.

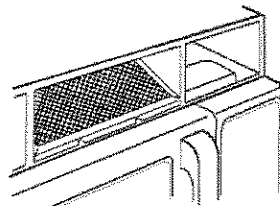
1. Remove the two vent grille mounting screws. (2 middle screws)



2. Tip the grille forward, then lift it out
3. Remove old filter.



4. Slide a new charcoal filter into place. The filter should rest at the angle shown.



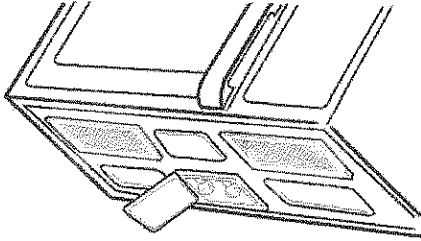
5. Slide the top of the vent cover into place. Push the bottom until it snaps into place. Replace the mounting screws. Turn the power back on at the main power supply.

MAINTENANCE

# MAINTENANCE

## COOKTOP/NIGHT LIGHT REPLACEMENT

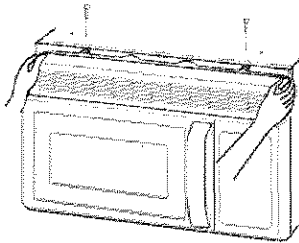
1. Unplug oven or turn off power at the main power supply.
2. Remove the bulb cover mounting screws.



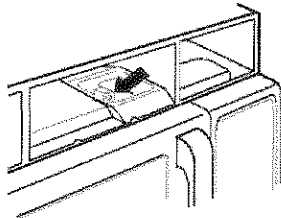
3. Replace bulb(s) with 30 watt appliance bulb(s).
4. Replace bulb cover.
5. Turn the power back on at the main power supply.

## OVEN LIGHT REPLACEMENT

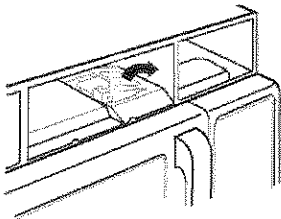
1. Unplug oven or turn off power at the main power supply.
2. Remove the vent cover mounting screws. (2 middle screws)
3. Tip the cover forward, then lift out to remove.



4. Remove bulb holder mounting screw.



5. Lift up the bulb holder.



6. Replace bulb with a 30 watt appliance bulb.
7. Replace the bulb holder and mounting screw.
8. Slide the top of the vent cover into place. Push the bottom until it snaps into place. Replace the mounting screws. Turn the power back on at the main power supply.

## QUESTIONS AND ANSWERS

**Q. Can I use a rack in my microwave oven so that I may reheat or cook in two levels at a time?**

A. Only use the rack that is supplied with your microwave oven. Use of any other rack can result in poor cooking performance and/or arcing and may damage your oven.

**Q. Can I use either metal or aluminum pans in my microwave oven?**

A. Usable metal includes aluminum foil for shielding (use small, flat pieces), and shallow foil trays (if tray is 3/4 inch deep and filled with food to absorb microwave energy). Never allow metal to touch walls or door.

**Q. Sometimes the door of my microwave oven appears wavy. Is this normal?**

A. This appearance is normal and does not affect the operation of your oven.

**Q. What are the humming noises that I hear when my microwave oven is operating?**

A. You hear the sound of the transformer when the magnetron tube cycles on and off.

**Q. Why does the dish become hot when I microwave food in it? I thought that this should not happen.**

A. As the food becomes hot it will conduct the heat to the dish. Use hot pads to remove food after cooking.

**Q. What does "standing time" mean?**

A. "Standing time" means that food should be taken out of the oven and covered for additional time after cooking. This process allows the cooking to finish, saves energy and frees the oven for other purpose.

**Q. Can I pop popcorn in my microwave oven? How do I get the best results?**

A. Yes. Pop packaged microwave popcorn following manufacturer's guidelines or use the preprogrammed Popcorn pad.

Do not use regular paper bags. Use the "listening test" by stopping the oven as soon as the popping slows to a "pop" every one or two seconds. Do not try to repop unpopped kernels. You can also use special microwave poppers. When using a popper, be sure to follow manufacturer's directions. Do not pop popcorn in glass utensils.

**Q. Why does steam come out of the air exhaust vent?**

A. Steam is normally produced during cooking. The microwave oven has been designed to vent this steam out the top vent.

# MAINTENANCE

## MICROWAVE UTENSIL GUIDE

USE	DO NOT USE
<p><b>OVENPROOF GLASS</b> (treated for high intensity heat): utility dishes, loaf dishes, pie plates, cake plates, liquid measuring cups, casseroles and bowls without metallic trim.</p> <p><b>CHINA:</b> bowls, cups, serving plates and platters without metallic trim.</p> <p><b>PLASTIC:</b> Plastic wrap (as a cover)-- lay the plastic wrap loosely over the dish and press it to the sides. Vent plastic wrap by turning back one edge slightly to allow excess steam to escape. The dish should be deep enough so that the plastic wrap will not touch the food. As the food heats it may melt the plastic wrap wherever the wrap touches the food. Use plastic dishes, cups, semirigid freezer containers and plastic bags <b>only for short cooking time. Use these with care because the plastic may soften from the heat of the food.</b></p> <p><b>PAPER:</b> Paper towels, waxed paper, paper napkins and paper plates with no metallic trim or design. Look for the manufacturer's label for use in the microwave oven.</p>	<p><b>METAL UTENSILS:</b> Metal shields the food from microwave energy and produces uneven cooking. Also avoid metal skewers, thermometers or foil trays. Metal utensils can cause arcing, which can damage your microwave oven.</p> <p><b>METAL DECORATION:</b> Metal-trimmed or metal-banded dinnerware, casserole dishes, etc. The metal trim interferes with normal cooking and may damage the oven.</p> <p><b>ALUMINUM FOIL:</b> Avoid large sheets of aluminum foil because they hinder cooking and may cause harmful arcing. Use small pieces of foil to shield poultry legs and wings. Keep ALL aluminum foil at least 1 inch from the side walls and door of the oven.</p> <p><b>WOOD:</b> Wooden bowls and boards will dry out and may split or crack when you use them in the microwave oven. Baskets react in the same way.</p> <p><b>TIGHTLY COVERED UTENSILS:</b> Be sure to leave openings for steam to escape from covered utensils. Pierce plastic pouches of vegetables or other food items before cooking. Tightly closed pouches could explode.</p> <p><b>BROWN PAPER:</b> Avoid using brown paper bags. They absorb too much heat and could burn.</p> <p><b>FLAWED OR CHIPPED UTENSILS:</b> Any utensil that is cracked, flawed or chipped may break in the oven.</p> <p><b>METAL TWIST TIES:</b> Remove metal twist ties from plastic or paper bags. They become hot and could cause a fire.</p>

# TROUBLE SHOOTING

## BEFORE CALLING FOR SERVICE

Check the following list to be sure a service call is really necessary. A quick reference of this manual as well as reviewing additional information on items to check, may prevent an unneeded service call.

### If nothing on the oven operates:

- check for a blown circuit fuse or a tripped main circuit breaker.
- check if oven is properly connected to electric circuit in house.
- check that controls are set properly.

### If the oven interior light does not work:

- the light bulb is loose or defective.

### If oven will not cook:

- check that control panel was programmed correctly.
- check that door is firmly closed.
- check that Start Pad was touched.
- check that probe was inserted correctly into receptacle.
- check that timer wasn't started instead of a cook function.

### If oven takes longer than normal to cook or cooks too rapidly:

- be sure the Power Level is programmed properly.

### If the time of day clock does not always keep correct time:

- check that the power cord is fully inserted into the outlet receptacle.
- be sure the oven is the only appliance on the electrical circuit.

### If food cooks unevenly:

- be sure food is evenly shaped.
- be sure food is completely defrosted before cooking.
- check placement of aluminum strips used to prevent overcooking.

### If food is undercooked:

- check recipe to be sure all directions (amount, time, & power levels) were correctly followed.
- be sure microwave oven is on a separate circuit.
- be sure food is completely defrosted before cooking.

### If food is overcooked:

- check recipe to be sure all directions (amount, power level, time, size of dish) were followed.

### If arcing (sparks) occur:

- be sure microwavable dishes were used.
- be sure wire twist ties weren't used.
- be sure oven wasn't operated when empty.
- make sure metal rack (if used) is properly installed on 4 supports.

### If the Display shows a time counting down but the oven is not cooking:

- check that door is firmly closed.
- check that Timer wasn't started instead of a cooking function.

# ÍNDICE

<b>ÍNDICE</b> .....	<b>31</b>	Bloqueo De Seguridad Para Niños (Child Lock)..	39
<b>GARANTÍA</b> .....	<b>31</b>	Ayuda (Help).....	39
<b>SEGURIDAD</b> .....	<b>32</b>	Mantener Caliente (Hold Warm).....	40
Importantes Instrucciones De Seguridad.....	32	Un Minuto Más (Plus One Minute).....	40
Precauciones Para Evitar La Posible Exposición		Encendido Rápido (Quick On).....	40
Excesiva a La Energía De Microondas.....	33	Selección Del Usuario (User Choice).....	40
<b>INFORMACIÓN</b> .....	<b>34</b>	Palomitas De Maíz (Popcorn).....	41
Ubicación Del Número Dé Modelo .....	34	Cocinar a Alta Potencia.....	41
Especificaciones Del Horno.....	34	Cocinar a Niveles Más Bajos De Potencia.....	41
Régimen Eléctrico.....	34	Guía De Cocción Para "Lower Power Levels"....	42
Requerimientos Eléctricos.....	34	Cocinar Con Más De Un Ciclo De Cocción.....	43
Instrucciones Para La Puesta a Tierra.....	34	Tocino (Bacon).....	43
Características Del Horno De Microondas.....	35	Patatas (Potato).....	43
Panel De Control Del Horno.....	36	Bebidas (Beverage).....	43
<b>OPERACIÓN</b> .....	<b>38</b>	Recalentar Automáticamente (Auto Reheat).....	44
<b>CONOZCA SU HORNO DE MICROONDAS</b> .....	<b>38</b>	Guía De Cocción Para "Auto Reheat"	
Hora Del Día (Time of Day).....	38	(Recalentar Automáticamente).....	44
Reloj De Cocina (Kitchen Timer).....	38	Cocción Automática (Auto Cook).....	45
Reloj De La Luz (Light Timer).....	38	Guía De Cocción Para "Auto Cook" (Cocción	
Ventilador a Velocidad Alta/Baja/Apagado (Hi/		Automática).....	45
Low/Off).....	39	Auto Defrost (Descongelación Automática).....	46
Luz Brillante/Tenue/Apagada (LIGHT HI/LOW/		Sugerencias Para La Descongelación.....	46
Off).....	39	Cuadro de Descongelación Automática .....	47
Plataforma Giratoria Activada/Desactivada		Concinar Con La Sonda De Temperatura.....	49
(TURNABLE ON/OFF).....	39	Parrilla Metálica De Dos Posiciones.....	50
		Guía De Temperaturas.....	51

## GARANTÍA

### GARANTÍA COMPLETA DE UN AÑO PARA EL HORNO DE MICROONDAS

Durante un año a partir de la fecha de compra, Sears reparará gratuitamente este horno de microondas marca Kenmore si éste llegase a fallar debido a un defecto en materiales o fabricación.

### GARANTÍA COMPLETA DE CINCO AÑOS PARA EL MAGNETRÓN

Durante cinco años a partir de la fecha de compra, Sears reparará gratuitamente el magnetrón que viene en este horno de microondas marca Kenmore si ese magnetrón llegase a fallar debido a un defecto en materiales o fabricación.

**EL SERVICIO DE REPARACIÓN DE GARANTÍA ESTÁ A SU DISPOSICIÓN CON SÓLO PONERSE EN CONTACTO CON LA TIENDA SEARS O EL CENTRO DE SERVICIOS SEARS MÁS CERCANO A SU DOMICILIO EN LOS ESTADOS UNIDOS.**

Esta garantía sólo es válida mientras el producto se esté usando en los Estados Unidos. Esta garantía le otorga derechos legales específicos y usted puede tener también otros derechos que varían de estado en estado.

Sears, Roebuck and Co., D/ 817WA, Hoffman States, IL 60179

# SEGURIDAD

## IMPORTANTES INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Las instrucciones de seguridad que se presentan a continuación le indicarán cómo usar su horno para evitar daños para usted mismo u otras personas o daños a su horno.

**ADVERTENCIA:** Para reducir el riesgo de quemaduras, descargas eléctricas, incendios, lesiones a personas o la exposición excesiva a la energía de microondas:

- **Lea todas las instrucciones antes de usar su horno.**
- **No permita que los niños usen este horno sin ser vigilados de cerca por un adulto.**
- **Lea y siga las "PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICIÓN EXCESIVA A LA ENERGÍA DE MICROONDAS" que hallará en la página 33.**
- **No use agentes químicos o vapores corrosivos como, por ejemplo, sulfuros y cloruros, en este electrodoméstico.** Este tipo de horno está específicamente diseñado para calentar, cocinar o secar alimentos. No está diseñado para uso industrial o de laboratorio.
- **No use ni guarde este electrodoméstico al aire libre.** No use este producto cerca del agua, por ejemplo, cerca de un fregadero de cocina, en un sótano húmedo o cerca de una piscina y lugares afines.
- **No use la cavidad del horno para guardar cosas.** No deje productos de papel, utensilios de cocina o alimentos en la cavidad del horno cuando no lo esté usando.
- **Limpie frecuentemente la campana de ventilación.** No permita que la grasa se acumule en la campana o en los filtros.
- **Cuando use llamas para cocinar alimentos bajo la campana, apague el ventilador, puesto que, si está funcionando, puede propagar la llama.**
- **Este electrodoméstico es adecuado para usarlo sobre equipos de cocina eléctricos o a gas que tengan 36 pulgadas o menos de ancho.**
- **Tenga cuidado al limpiar los filtros de ventilación de la campana.** Agentes corrosivos de limpieza como, por ejemplo, los limpiadores de horno a base de lejía, puede dañar los filtros.
- **Cuando limpie la puerta y las superficies que tocan la puerta, use sólo jabones o detergentes suaves, no abrasivos, y una esponja o pañito suave.**
- **No manipule indebidamente los interruptores incorporados de seguridad en la puerta del horno.** El horno tiene varios interruptores de seguridad que garanticeb el apague automático al abrirse la puerta.
- **Si su horno se cae o se daña, haga que un técnico calificado de servicio lo revise a fondo antes de usarlo otra vez.**
- **Para evitar peligros de incendio:**
  - **No cocine excesivamente los alimentos.** Los alimentos sobrecocinados pueden causar un incendio dentro del horno. Vigile el horno cuidadosamente, en particular si usted tiene papel, plástico u otros materiales combustibles en el horno.
  - **No guarde artículos combustibles (pan, galletas, etc.) en el horno,** porque si un rayo cae sobre los cables de electricidad, esa descarga podría hacer que el horno se encienda.
  - **No use tiritas plásticas o metálicas de cierre en el horno.** Asegúrese de revisar bien los artículos que compre para detectar estas tiritas metálicas que se usan para cerrar bolsas y envoltorios y sáquelas antes de colocar un artículo en el horno.
- **Si se produce un incendio:**
  - **Mantenga cerrada la puerta del horno.**
  - **Apague el horno.**
  - **Desconecte el cordón de suministro eléctrico o corte la energía eléctrica en el fusible o el panel de interruptores de circuito.**
- **Para evitar descargas eléctricas:**
  - **Este electrodoméstico debe tener una conexión a tierra.** Enchúfelo solamente a una toma con puesta adecuada a tierra. En la página 34 hallará las instrucciones para la puesta a tierra de este electrodoméstico.
  - **No ponga este electrodoméstico a funcionar si tiene un cable o un enchufe dañado, si no está funcionando correctamente o si se ha dañado o se ha caído.**
  - **No sumerja el cordón de suministro eléctrico o el enchufe en agua.**
  - **Mantenga el cordón de suministro eléctrico lejos de superficies calientes.**
- **Para evitar cocinar incorrectamente algunos alimentos.**
  - **No use el horno de microondas para calentar biberones o alimentos para bebés.** Podría ocurrir un calentamiento disparado y causar posiblemente lesiones personales.
  - **No caliente envases de cuello angosto como, por ejemplo, botellas de almíbar.**
  - **No haga frituras en grasa en su horno de microondas.**
  - **No intente preparar conservas en su horno de microondas.**
  - **No caliente los siguientes artículos en el horno de microondas:** huevos enteros en su cáscara, agua con aceite o grasa; envases herméticos o envases cerrados de vidrio. Esos artículos pueden explotar.



# SEGURIDAD

- **No use este horno para fines comerciales.** Está hecho únicamente para uso doméstico
- **No cubra ni bloquee las aberturas del horno.**
- **Use su horno únicamente para las operaciones descritas en este manual.**
- **No ponga el horno a funcionar si está vacío, es decir, sin comida en su interior.**
- **Conserve el piso del horno:**
  - **No caliente excesivamente el piso del horno.**
  - **No permita que la película gris que viene en paquetes especiales para cocinar en microondas toque el piso del horno.** Ponga el paquete en un plato especial para microondas.
  - **No cocine nada directamente sobre el piso del horno.** Use un plato especial para microondas.
- Mantenga un plato de dorar a al menos 3/16 de pulgada por sobre el piso. Lea y siga cuidadosamente las instrucciones para el plato de dorar. Si usa un plato de dorar incorrectamente, podría dañar el piso del horno.
- **Preserve la parrilla metálica:**
  - Saque la parrilla metálica del horno cuando no lo esté usando.
  - **No use el horno vacío con la parrilla metálica en él.**
  - La parrilla metálica puede ponerse caliente mientras cocina. Use guantes o paños protectores de cocina para sacarla después de cocinar.
  - **No use papel aluminio o recipientes metálicos sobre la parrilla metálica.**

## CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

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

- **No intente poner este horno a funcionar con la puerta abierta,** puesto que la operación con la puerta abierta puede ocasionar la nociva exposición a la energía de microondas. Es importante no anular ni manipular el dispositivo de enclavamiento o bloqueo de seguridad.
- **No ponga el horno a funcionar si está dañado.** Es particularmente importante que la puerta del horno se cierre adecuadamente y que no ocurran daños en:
  - la puerta (que esté doblada)
  - las bisagras y seguros (que estén rotos o flojos)
  - las juntas herméticas y las superficies de cierre hermético de la puerta.
- **No coloque objetos entre la parte frontal y la puerta del horno** ni permita que el sucio o los residuos de los agentes limpiadores se acumulen sobre las superficies de cierre hermético.
- **El horno sólo debe ser ajustado o reparado** por el personal de servicio apropiadamente calificado para llevar a cabo esas tareas.

## DECLARACIÓN DE INTERFERENCIAS DE RADIOFRECUENCIAS DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES (VÁLIDA PARA LOS ESTADOS UNIDOS SOLAMENTE) ADVERTENCIA:

Este equipo genera y usa energía de frecuencia ISM y si no está instalado y se usa correctamente en estricta conformidad con las instrucciones del fabricante pueden ocurrir interferencias en la recepción de señales de radio y televisión. Este electrodoméstico ha sido sometido a pruebas en cuanto a su tipo y se ha determinado que cumple con los límites para Equipos ISM según el apartado 18 de las Reglas de la FCC, que están concebidas para brindar una protección razonable contra tales interferencias en una instalación residencial. Sin embargo, no se puede garantizar que no ocurran interferencias en una instalación particular. Si este equipo causa interferencia a la recepción de señales de radio y televisión, lo cual puede determinarse encendiendo y apagando el equipo, invitamos al

usuario a intentar corregir la interferencia tomando una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar la antena receptora del aparato de radio o televisión.
- Reubicar el horno respecto al aparato receptor en cuestión.
- Alejar el horno de microondas del aparato receptor.
- Enchufar el horno de microondas en una toma diferente de tal modo que el horno de microondas y el aparato receptor se localicen en diferentes secciones del circuito eléctrico.

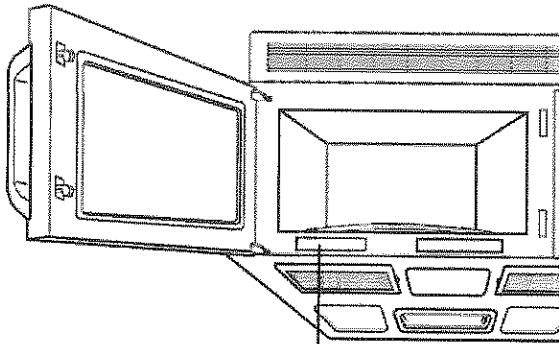
**El fabricante no es responsable por interferencias a las señales de radio o televisión causadas por la modificación no autorizada de este horno de microondas.** Es responsabilidad del usuario corregir tales interferencias.

# INFORMACIÓN

Disfrute la nueva experiencia de cocina que le brinda Sears. Lea por favor este manual del usuario. En él hallará información sobre cómo usar todas las excepcionales características de este horno de microondas.

## UBICACIÓN DEL NÚMERO DE MODELO

Para solicitar servicio de reparación, información o piezas de repuesto, Sears le exigirá el número completo de modelo de su horno de microondas. Este número está en la parte frontal del horno como se muestra en la siguiente ilustración.



ETIQUETA CON EL NÚMERO DE MODELO

## ETIQUETA CON EL NÚMERO DE MODELO ESPECIFICACIONES DEL HORNO

Potencia de Salida:

900W (Norma de Régimen IEC 705)

Dimensiones Exteriores:

29-15/16" x 16-7/16" x 15-3/8"

Volumen de la Cavity: 1.3 pies cúbicos

Peso Neto: 58 libras

## RÉGIMEN ELÉCTRICO

- Régimen Eléctrico del Horno: 120 voltios de corriente alterna, 60 HZ
- 1350 Vatios 11.9 Amperios (el Horno de Microondas solamente)
- 1500 Vatios 12.9 Amperios (Horno de Microondas + Lámpara Frontal + Ventilador)

## REQUERIMIENTOS ELÉCTRICOS

El horno está diseñado para funcionar en una toma doméstica estándar de 120 voltios/60 Hz. Asegúrese de que el circuito tenga una capacidad de al menos 15 amperios y de que el horno de microondas sea el único aparato en ese circuito. Tampoco está diseñado para 50 Hz o para cualquier otro circuito que no sea un circuito de 120 voltios/60 Hz.

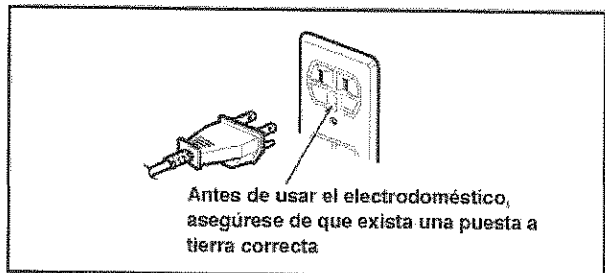
## INSTRUCCIONES PARA LA PUESTA A TIERRA

Este electrodoméstico debe tener una conexión a tierra. Si llegase a ocurrir un cortocircuito eléctrico, la puesta a tierra reduce el riesgo de descargas eléctricas proporcionando un hilo de escape para la corriente eléctrica. El cordón para este electrodoméstico tiene un hilo de puesta a tierra con un enchufe con conexión a tierra. Conecte el enchufe en una toma que esté correctamente instalada y puesta a tierra.

**ADVERTENCIA:** Si usted usa incorrectamente el enchufe con conexión a tierra, correrá el riesgo de sufrir descargas eléctricas.

Pregúntele a un electricista calificado si no entiende las instrucciones para la puesta a tierra o si tiene dudas acerca de si el electrodoméstico tiene una conexión correcta a tierra. Dado que este electrodoméstico entra debajo del gabinete, tiene un cordón corto de suministro eléctrico. Vea las instrucciones separadas de instalación donde hallará indicaciones sobre la colocación correcta de ese cordón. Mantenga el cordón seco y no lo oprima o lo aplaste de modo alguno.

Si se requiere el uso de un cordón de extensión, use sólo un cordón de extensión de tres hilos que tenga un enchufe de tres puntas con puesta a tierra y una toma con tres ranuras en la que se pueda conectar el enchufe del electrodoméstico. El calibre marcado del cordón de extensión deberá ser igual o mayor que la capacidad eléctrica nominal del aparato electrodoméstico. Antes de usar el electrodoméstico, asegúrese de que exista una puesta a tierra correcta.

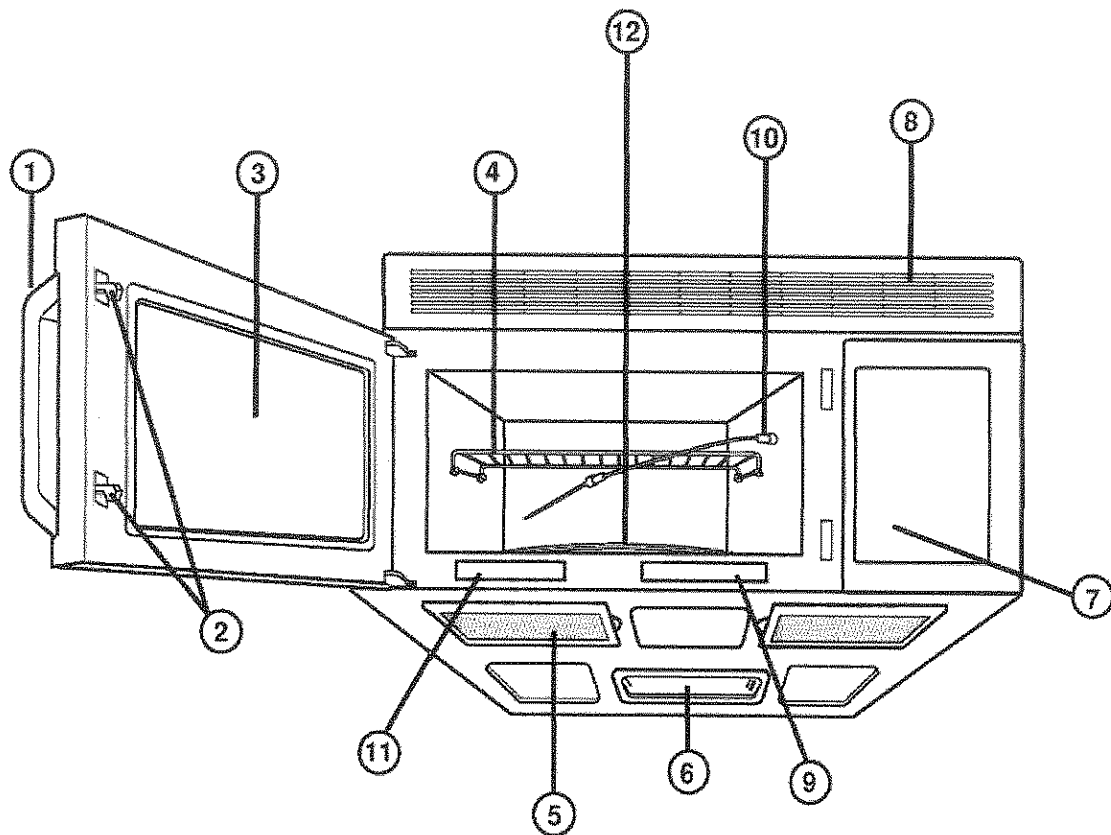


Para un electrodoméstico conectado permanentemente:

Este electrodoméstico debe conectarse a un sistema de cableado metálico permanente y con puesta a tierra o se debe tender un conductor de puesta a tierra para equipos eléctricos con los conductores de circuito y conectarse al terminal o cable de puesta a tierra en el electrodoméstico.

# INFORMACIÓN

## CARACTERÍSTICAS DEL HORNO DE MICROONDAS



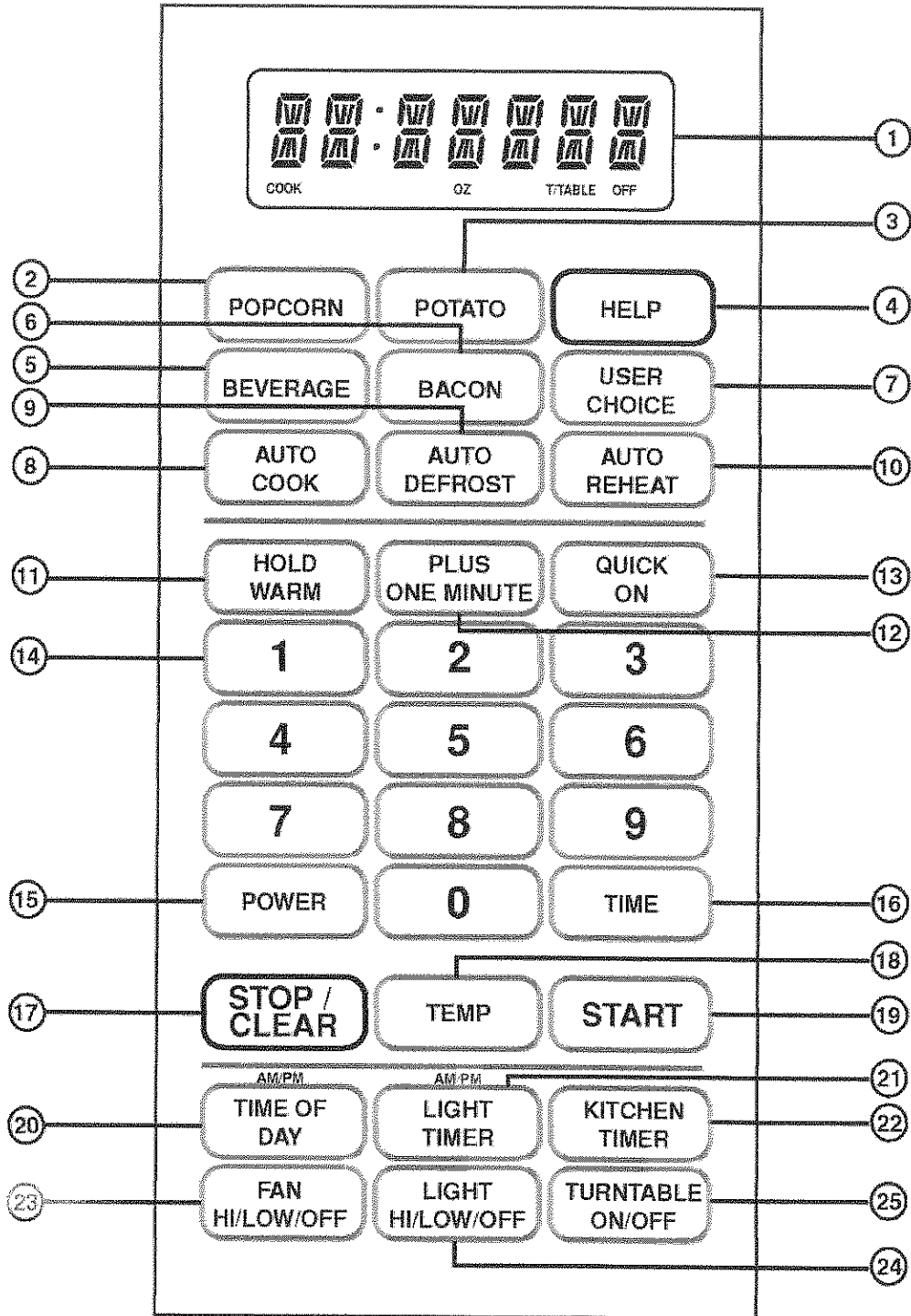
Para que usted comprenda rápidamente el funcionamiento de su horno de microondas, a continuación le presentamos una lista de todas las características básicas del horno.

- 1. Mango de la Puerta.** Tire del mango para abrir la puerta.
- 2. Sistema de Bloqueo de Seguridad de la Puerta.** El horno no funcionará a menos que la puerta esté firmemente cerrada.
- 3. Ventana con Blindaje Metálico.** El blindaje impide que las microondas se escapen hacia el exterior. Está diseñado como una pantalla protectora que le permite ver la comida mientras cocina.
- 4. Parrilla Metálica de Dos Posiciones.** Úsela para tener espacio extra mientras cocina en más de un recipiente al mismo tiempo. En la página 50 se presenta mayor información.
- 5. Filtro de Grasa.**
- 6. Luz indicadora.** Enciéndala para iluminar el horno o para usarla como luz nocturna. En la página 39 se presenta mayor información.
- 7. Panel de Control.** Toque las teclas en este panel para realizar todas las funciones.
- 8. Rejilla de Ventilación.**
- 9. Guía de Cocción.** Úsela como una rápida referencia para Recalentar Automáticamente (Auto Reheat), la Cocción Automática (Auto Cook) y la Descongelación Automática (Auto Defrost).
- 10. Sonda de Temperatura.** Úsela para recalentar o cocinar a una temperatura específica. En la página 49 se presenta más información sobre esta sonda.  
**NOTA:** No guarde la Sonda de Temperatura en el horno cuando no la esté usando. Consérvela en un lugar práctico.
- 11. Placa con el Número de Modelo y de Serie.**
- 12. Plataforma Giratoria de Vidrio.** La plataforma giratoria gira los alimentos a medida que se van cocinando para lograr una cocción más pareja. La plataforma debe estar en el horno durante la operación para obtener mejores resultados de cocción. Cuando se usa la sonda de temperatura, la plataforma giratoria estará desactivada.

# INFORMACIÓN

## PANEL DE CONTROL DEL HORNO

Cuando usted enchufa el horno por vez primera, el mensaje "PLEASE TOUCH TIME OF DAY" (MARQUE POR FAVOR LA HORA DEL DÍA) aparecerá en la ventanilla de presentación.



# INFORMACIÓN

- 1. PANTALLITA:** La Pantallita incluye un reloj e indicadores que señalan la hora del día, los ajustes del tiempo de cocción y las funciones seleccionadas de cocción.
- 2. PALOMITAS (POPCORN):** Toque esta tecla cuando desee reventar palomitas de maíz en su horno de microondas. En la página 41 hallará mayor información.
- 3. PATATA (POTATO):** Toque esta tecla para cocinar de 1 a 4 patatas. En la página 43 hallará mayor información.
- 4. AYUDA (HELP):** Toque esta tecla para saber cómo usar cada función del horno. En la página 39 hallará mayor información.
- 5. BEBIDA (BEVERAGE):** Toque esta tecla para recalentar una o dos tazas de una bebida. En la página 43 hallará mayor información.
- 6. TOCINO (BACON):** Toque esta tecla para cocinar de 2 a 6 rebanadas de tocino. En la página 43 hallará mayor información.
- 7. SELECCIÓN DEL USUARIO (USER CHOICE):**  
Toque esta tecla para cambiar los ajustes por defecto del horno para los tonos de alerta, el reloj, la velocidad de desplazamiento de los mensajes en pantalla, la unidad de peso para la descongelación y la operación en modo de demostración. En la página 40 hallará mayor información.
- 8. COCCIÓN AUTOMÁTICA (AUTO COOK):** Toque esta tecla para cocinar vegetales, arroz o cazuelas. En la página 45 hallará mayor información.
- 9. DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA (AUTO DEFROST):** Carne, aves, pescado. Toque esta tecla para seleccionar el tipo de alimento y descongelarlo por peso. En la página 46 hallará mayor información.
- 10. RECALENTAR AUTOMÁTICAMENTE (AUTO REHEAT):** Toque esta tecla para recalentar pizzas, sopas, salsas, cazuelas, panecillos y bollos (muffins). En la página 44 hallará mayor información.
- 11. MANTENER CALIENTE (HOLD WARM):** Toque esta tecla para mantener calientes con seguridad las comidas cocinadas en su horno de microondas durante hasta 99 minutos 99 segundos. En la página 40 hallará mayor información.
- 12. UN MINUTO MÁS (PLUS ONE MINUTE):** Toque esta tecla para cocinar durante un minuto al 100% del nivel de potencia. En la página 40 hallará mayor información.
- 13. ENCENDIDO RÁPIDO (QUICK ON):** Toque esta tecla para cocinar de 1 a 9 minutos automáticamente al 100% de potencia. En la página 40 hallará mayor información.
- 14. TECLAS NUMÉRICAS:** Toque las teclas numéricas para marcar el tiempo de cocción, el nivel de potencia, cantidades o pesos.
- 15. POTENCIA (POWER):** Toque esta tecla para seleccionar un nivel de potencia de cocción.
- 16. TIEMPO (TIME):** Toque esta tecla para marcar un tiempo de cocción.
- 17. STOP/CLEAR:** Toque esta tecla para detener el horno o eliminar (borrar) todas las selecciones y ajustes que se marquen.
- 18. TEMPERATURA (TEMP):** Toque esta tecla para cocinar con la sonda de temperatura. En la página 49 hallará mayor información.
- 19. INICIO (START):** Toque esta tecla para iniciar una función. Si usted abre la puerta una vez que el horno ha comenzado a cocinar, vuelva a tocar START.
- 20. HORA DEL DÍA (TIME OF DAY):** Toque esta tecla para marcar la hora del día. En la página 38 hallará mayor información.
- 21. RELOJ DE LA LUZ (LIGHT TIMER):** Toque esta tecla para ajustar el reloj de la luz. En la página 38 hallará mayor información.
- 22. RELOJ DE LA COCINA (KITCHEN TIMER):** Toque esta tecla para ajustar el reloj de la cocina. En la página 38 hallará mayor información.
- 23. VENTILADOR A VELOCIDAD ALTA/BAJA/APAGADO (FAN HI/LOW/OFF):**  
Toque esta tecla para encender o apagar el ventilador. En la página 39 hallará mayor información.
- 24. LUZ BRILLANTE/TENUE /APAGADA (LIGHT HI/LOW/OFF):** Toque esta tecla para encender la luz frontal/superior del horno. En la página 39 hallará mayor información.
- 25. PLATAFORMA GIRATORIA ACTIVADA/DESACTIVADA (TURNTABLE ON/OFF):** Toque esta tecla para desactivar la plataforma giratoria. El mensaje "T/TABLE OFF" aparecerá en la pantallita. En la página 39 hallará mayor información.

# OPERACIÓN

## CONOZCA SU COMBINACIÓN DE CAMPANA DE MICROONDAS

En esta sección se describen los conceptos de la cocción en microondas y se presentan los aspectos básicos que usted necesita saber para operar su horno de microondas. Lea por favor esta información antes de usar el horno.

### HORA DEL DÍA (TIME OF DAY)

Este es un reloj de 24 horas. Cuando su horno de microondas se enchufa por vez primera o después de una interrupción en el suministro eléctrico, en la pantallita aparecerá el mensaje "PLEASE TOUCH TIME OF DAY" (MARQUE POR FAVOR LA HORA DEL DÍA). Si no se marca una hora del día, " : " aparecerá en la pantallita hasta que usted marque la HORA DEL DÍA.

**Ejemplo: Para marcar las 8:00 a.m.**

1. Toque **STOP/CLEAR**.
2. Touqe **TIME OF DAY**.  
(Oprima una vez para AM; dos veces para PM.)
3. Marque la hora usando las teclas de número.
4. Toque **TIME OF DAY (HORA DEL DÍA)**.

### RELOJ DE COCINA

Usted puede usar su horno microondas como un reloj o cronómetro. Use el Reloj para cronometrar hasta 99 minutos, 99 segundos.

**Ejemplo: Para contar 3 minutos.**

1. Toque **STOP/CLEAR**.
2. Toque **KITCHEN TIMER**.
3. Marque el tiempo usando las teclas de número.
4. Toque **START**.  
Al agorarse el tiempo, usted escuchará un largo tono de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

### RELOJ DE LA LUZ (LIGHT TIMER)

Usted puede ajustar la LUZ para que se encienda y se apague automáticamente a la hora que usted quiera. La luz se ilumina a la misma hora cada día hasta que se le reajuste para que se ilumine a otra hora.

**Ejemplo: Para que se encienda a las 2:00 a.m. y se apague a las 7:00 p.m.**

1. Toque **STOP/CLEAR**.
2. Toque **LIGHT TIMER**.  
(Oprima una vez para AM; dos veces para PM.)
3. Marque la hora a la que usted quiere que se encienda la LUZ.
4. Toque **LIGHT TIMER** de nuevo.  
(Oprima una vez para AM; dos veces para PM.)
5. Marque la hora a la que usted quiere que se apague la LUZ.
6. Toque **START**.

**NOTA:** Para reajustar la hora a la que usted desea que se encienda y se spague la LUZ, repita los pasos 2 al 6.

**Ejemplo: Para cancela el RELOJ DE LA LUZ**

1. Toque **LIGHT TIMER**.
2. Toque **STOP/CLEAR**.

# OPERACIÓN

## VENTILADOR A VELOCIDAD ALTA/BAJA/APAGADA (HI/LOW/OFF)



El ventilador (FAN) mueve el vapor alejándolo de la superficie de cocción. Toque FAN una vez para que el ventilador funcione a alta velocidad, dos veces para que funcione a baja velocidad o tres veces para apagar el ventilador.

**NOTA:** Si la temperatura se pone demasiado caliente alrededor del horno de microondas, el ventilador en la campana de ventilación se activará automáticamente a baja velocidad para proteger el horno. Puede seguir funcionando durante un máximo de una hora para enfriar el horno. Cuando esto ocurre, **usted no puede apagar manualmente el ventilador.**

## LUZ BRILLANTE/TENUE/APAGADA (LIGHT HI/LOW/OFF)



Toque LIGHT una vez para tener una luz brillante; dos veces para la luz nocturna o tres veces para apagar la luz.

## PLATAFORMA GIRATORIA ACTIVADA/DESACTIVADA (TURNTABLE ON/OFF)



Para obtener los mejores resultados al cocinar, deje la plataforma giratoria activada. Usted puede desactivarla para platos grandes. Oprima TURNTABLE ON/OFF para activar o desactivar la plataforma.

**NOTA:** ¶**En ocasiones la plataforma giratoria se pondrá demasiado caliente para tocarla.** Tenga cuidado al tocar la plataforma giratoria mientras cocina y después de cocinar.

¶**La plataforma giratoria se apaga automáticamente cuando se usa la sonda de temperatura.**

## BLOQUEO DE SEGURIDAD PARA NIÑOS(CHILD LOCK)

Usted puede bloquear el panel de control para impedir que un niño encienda accidentalmente el horno de microondas.

### Ejemplo: Para ajustar el Bloqueo de Seguridad para Niños (Child Lock):



1. Toque STOP/CLEAR.



2. Toque y mantenga oprimida la tecla "0" durante más de 4 segundos. La palabra "LOCKED" (BLOQUEADO) aparecerá en la ventanilla indicadora acompañada de dos tonos de alerta.

### Ejemplo: Para cancelar el Bloqueo de Seguridad para Niños:



1. Toque STOP/CLEAR.



2. Toque y mantenga oprimida la tecla "0" durante más de 4 segundos. La palabra "LOCKED" (BLOQUEADO) desaparecerá y usted escuchará dos tonos de alerta. En ese momento el horno estará listo para funcionar.

## AYUDA (HELP)

La tecla de AYUDA (HELP) muestra información sobre las características y útiles sugerencias. Oprima HELP y seleccione seguidamente una tecla de característica.

### Ejemplo: Para saber cómo se usa QUICK ON



1. Toque STOP/CLEAR.



2. Toque HELP.



3. Toque QUICK ON.

# OPERACIÓN

## MANTENER CALIENTE (HOLD WARM)

Usted puede mantener con seguridad la temperatura de las comidas calientes en su horno de microondas durante un máximo de 99 minutos, 99 segundos. Usted puede usar HOLD WARM (MANTENER CALIENTE) únicamente o hacer que a HOLD WARM (MANTENER CALIENTE) le siga automáticamente un ciclo de cocción.

### Ejemplo: Para usar la característica HOLD WARM

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

HOLD WARM

2. Toque HOLD WARM.

### NOTAS:

- HOLD WARM (MANTENER CALIENTE) funciona hasta 99 minutos, 99 segundos.
- La comida que se cocina con tapa debe mantenerse también cubierta durante esta función.
- Los artículos de pastelería (pasteles, tortas, sobras, etc.,) deben mantenerse descubiertos (sin tapa) durante esta función.
- Las comidas completas que se mantienen calientes en una bandeja de servir podrían cubrirse durante HOLD WARM.

### Para hacer que HOLD WARM siga automáticamente a otro ciclo:

- Mientras está marcando instrucciones de cocción, toque HOLD WARM antes de tocar START (INICIO).
- Al terminar el último ciclo de cocción, usted escuchará dos tonos de alerta. La palabra "HOLD" aparecerá y se mantendrá en la ventanilla mientras el horno sigue trabajando.
- Usted puede ajustar HOLD WARM para que siga a DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA (AUTO DEFROST) o a un programa de cocción de múltiples ciclos.

## UN MINUTO MÁS (PLUS ONE MINUTE)

PLUS ONE MINUTE (UN MINUTO MÁS) le permite cocinar la comida durante un minuto al 100% de potencia de cocción o añadir un minuto extra a su ciclo de cocción. Usted puede usar esta función para prolongar el tiempo de cocción un minuto más las veces que desee, hasta un máximo de 88 minutos.

### Ejemplo: Para cocinar durante 2 minutos

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

PLUS ONE MINUTE

2. Toque dos veces PLUS ONE MINUTE.

## ENCENDIDO RÁPIDO (QUICK ON)

Al usar la característica de ENCENDIDO RÁPIDO (QUICK ON) usted puede cocinar o recalentar comidas hasta un máximo de 9 minutos al 100% de potencia.

### Ejemplo: Para cocinar durante 8 minutos

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

QUICK ON

2. Toque QUICK ON.

8

3. Marque el tiempo que usted quiere cocinar.

## SELECCIÓN DEL USUARIO (USER CHOICE)

Usted puede cambiar los valores por defecto para las operaciones del tono de alerta, el reloj, la velocidad de desplazamiento de lo que aparece en la pantallita, la unidad de peso para la descongelación y le modo de demostración. En el siguiente cuadro se presenta más información.

NÚMERO	SELECCIÓN DEL USUARIO	NÚMERO	CONDICIÓN
1	Control para activar/desactivar el tono de alerta.	1	Sonido Activado
		2	Sonido Desactivado
2	Control de la presentación del reloj	1	Reloj Activado
		2	Reloj Desactivado
3	Control de velocidad de desplazamiento	1	Baja velocidad
		2	Velocidad normal
		3	Alta velocidad
4	Selección de unidad de peso para descongelar	1	Libras
		2	Kilogramos
5	Selección del modo de demostración	1	Demo Activada
		2	Demo Desactivada



# OPERACIÓN

**Ejemplo: Para cambiar el modo de peso de descongelación (de libras a kilogramos)**

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

USER CHOICE

2. Touqe USER CHOICE.

4

3. Touqe el número 4.

2

4. Toque el número 2.

## PALOMITAS DE MAÍZ (POPCORN)

Las palomitas de maíz le permiten reventar bolsas de palomitas de maíz de 1.75, 3.0 y 3.5 onzas especialmente empacadas para hornos de microondas. Reviente sólo un paquete cada vez. Si está usando un "popper" de palomitas de maíz en microondas, siga las instrucciones del fabricante. Para ajustar correctamente su horno de microondas, siga este cuadro:

Tamaño de la bolsa - onzas	1.75	3.0	3.5
Toque NÚMERO	1	2	3

**Ejemplo: Para preparar una bolsa de 3 onzas**

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

POPCORN

2. Toque POPCORN.

2

3. Toque el número 2.  
Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

## COCINAR A ALTA POTENCIA

**Ejemplo: Para cocinar alimentos durante 8 minutos 30 segundos.**

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

TIME

2. Toque TIME.

8 3 0

3. Marque el tiempo deseado para la cocción.

START

4. Toque START.  
Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

## COCINAR A NIVELES MÁS BAJOS DE POTENCIA

Cocinar a alta potencia no siempre le da los mejores resultados con los alimentos que necesitan una cocción lenta como, por ejemplo, carnes para asado, alimentos horneados o natillas. Su horno tiene 9 niveles de potencia, además del nivel "HIGH" de alta potencia.

**Ejemplo: Para cocinar alimentos a un 70% de potencia durante 7 minutos 30 segundos**

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

TIME

2. Toque TIME (TIEMPO).

7 3 0

3. Marque el tiempo deseado para la cocción.

POWER

4. Toque POWER.

7

5. Marque la potencia a la cual quiere cocinar.

START

6. Toque START.  
Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

# OPERACIÓN

## GUÍA DE COCCIÓN PARA "LOWER POWER LEVELS"

Los nueve niveles de potencia además del nivel "HIGH" (ALTA POTENCIA) le permiten elegir el mejor nivel de potencia para la comida que desee cocinar. A continuación presentamos una lista de los niveles de

potencia con ejemplos de los alimentos que se cocinan mejor a cada nivel y la cantidad de potencia de microondas que está usando.

POWER LEVEL	MICROWAVE OUTPUT	USE
10 "HIGH" (ALTA)	100%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Hervir agua</li> <li>¶U Cocinar carne molida</li> <li>¶U Hacer caramelo</li> <li>¶U Cocinar frutas y vegetales frescos</li> <li>¶U Cocinar pescado y aves de corral</li> <li>¶U Precalentar la bandeja para dorar</li> </ul>
9	90%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Recalentar rápidamente rebanadas de carne</li> <li>¶U Sofreír cebollas, apio y pimientos verdes.</li> </ul>
8	80%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Todo tipo de recalentamiento</li> <li>¶U Cocinar huevos revueltos</li> </ul>
7	70%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Cocinar rápidamente panes y cereales</li> <li>¶U Cocinar platos con queso, carne de ternera</li> <li>¶U Cocinar pasteles, panecillos, galletas, tortas</li> </ul>
6	60%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Cocinar pastas</li> </ul>
5	50%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Cocinar carnes, aves enteras.</li> <li>¶U Cocinar natillas</li> <li>¶U Cocinar pollo o pavo entero, costillas, carne de asado, solomillo</li> </ul>
4	40%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Cocinar piezas menos blandas de carne</li> <li>¶U Recalentar alimentos congelados de preparación rápida</li> </ul>
3	30%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Descongelar carne, aves y mariscos</li> <li>¶U Cocinar pequeñas cantidades de comida</li> <li>¶U Terminar de cocinar cazuelas, guisos y algunas salsas</li> </ul>
2	20%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Ablandar mantequilla y queso crema</li> <li>¶U Calentar pequeñas cantidades de comida</li> </ul>
1	10%	<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Ablandar helados</li> <li>¶U Hacer crecer la masa de levadura</li> </ul>
0		<ul style="list-style-type: none"> <li>¶U Tiempo de reposo</li> </ul>

# OPERACIÓN

## COCINAR CON MÁS DE UN CICLO DE COCCIÓN

Para obtener los mejores resultados, algunas recetas requieren un Nivel de Potencia durante un cierto período de tiempo y otro Nivel de Potencia durante otro período. Su horno de microondas puede ajustarse para que se pase automáticamente de un nivel a otro para 3 ciclos como máximo.

**Ejemplo: Para cocinar una comida durante 3 minutos a 100% de potencia y durante 7 minutos 30 segundos a 70% de potencia.**

<b>STOP / CLEAR</b>	1. Toque <b>STOP/CLEAR</b> .
<b>TIME</b>	2. Toque <b>TIME</b> .
3 0 0	3. Marque el tiempo deseado de cocción.
<b>TIME</b>	4. Toque <b>TIME</b> .
7 3 0	5. Marque el tiempo deseado de cocción.
<b>POWER</b>	6. Toque <b>POWER</b> .
7	7. Marque la potencia a la cual quiere cocinar.
<b>START</b>	8. Toque <b>START</b> . Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN)

## TOCINO (BACON)

El control "BACON" (TOCINO) le permite cocinar de 2 a 6 rebanadas de tocino. Para obtener los mejores resultados, coloque el tocino sobre una toallita de papel. Cúbralas con soltura con otra toallita de papel para impedir salpicaduras.

**Ejemplo: Para cocinar 3 rebanadas de tocino**

<b>STOP / CLEAR</b>	1. Toque <b>STOP/CLEAR</b> .
<b>BACON</b>	2. Toque <b>BACON (TOCINO)</b> .
3	3. Toque número 3. Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantalla.

## PATATAS(POTATO)

El control "POTATO" (PATATA) le permite cocinar patatas con los tiempos y las potencias preajustadas. Usted puede elegir entre 1 a 4 patatas.

### NOTA:

- Los tiempos de cocción se basan en una patata promedio de 8 onzas de peso.
- Antes de hornearlas, pinche las patatas con un tenedor varias veces.
- Después de hornearlas, déjelas reposar durante 5 minutos envueltas en papel aluminio.

**Ejemplo: Para cocinar 2 patatas**

<b>STOP / CLEAR</b>	1. Toque <b>STOP/CLEAR</b> .
<b>POTATO</b>	2. Toque <b>POTATO(PATATA)</b> .
2	3. Toque el número 2. Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantalla.

## BEBIDAS (BEVERAGE)

El control "BEVERAGE" (BEBIDA) le permite calentar hasta 7 bebidas.

### NOTA:

- Los tiempos de calentamiento se basan en una taza de 8 onzas.
- La bebida calentada con la característica "BEVERAGE" puede estar sumamente caliente.
- Saque el envase con cuidado.
- La bebida puede estar muy caliente, sáquela del horno con cuidado.

**Ejemplo: Para recalentar una taza de 8 onzas de una bebida**

<b>STOP / CLEAR</b>	1. Toque <b>STOP/CLEAR</b> .
<b>BEVERAGE</b>	2. Toque <b>BEVERAGE</b> .
1	3. Toque número 1. Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantalla.

# OPERACIÓN

## RECALENTAR AUTOMÁTICAMENTE (AUTO REHEAT)

El control AUTO COOK (COCCIÓN AUTOMÁTICA) brinda cuatro categorías preajustadas para recalentar.

Ejemplo: Para recalentar 3 rebanadas de pizza

STOP / CLEAR

1. Toque STOP/CLEAR.

AUTO REHEAT

2. Toque AUTO REHEAT.

1

3. Elija una categoría de comida.

Categoría	Toque la tecla número
Pizza	1
Sopa/Salsa	2
Cazuela	3
Bolillo/Mollete	4

3

4. Marca la cantidad/porciones.

Categoría	Número de piezas/tazas
Pizza	1- 3 rebanadas
Sopa / Salsa	1- 4 tazas
Cazuela	1- 4 tazas
Bolillo / Mollete	1- 4 porciones

Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

## GUÍA DE COCCIÓN PARA "AUTO REHEAT" (RECALENTAR AUTOMÁTICAMENTE)

CÓDIGO	CATEGORÍA	CANTIDAD DE PORCIÓN	INSTRUCCIONES
1	PIZZA (Refrigerada)	1 rebanada (5 oz.)	Colóquela en un plato bajo y una toallita de papel. Sin cubierta.
		2 rebanadas (10 oz.)	
		3 rebanadas (15 oz.)	
2	SOPA / SALSA	1 taza	Colóquela en una cacerola de poco fondo especial para microondas. Cúbrala con una película de plástico.
		2 tazas	
		3 tazas	
		4 tazas	
3	CAZUELA	1 taza	Colóquelo en un tazón o cacerola especial para microondas. Cúbrala con una película de plástico.
		2 tazas	
		3 tazas	
		4 tazas	
4	BOLILLO / MOLLETE	1 porción (2 oz.)	Colóquelos sobre de papel. Sin cubierta.
		2 porciones (4 oz.)	
		3 porciones (6 oz.)	
		4 porciones (8 oz.)	

# OPERACIÓN

## COCCIÓN AUTOMÁTICA (AUTO COOK)

El control AUTO COOK (COCCIÓN AUTOMÁTICA) brinda cuatro categorías preajustadas para cocinar.

**Ejemplo: Para cocinar 2 tazas de arroz**

**STOP / CLEAR**

**AUTO COOK**

**3**

1. Toque **STOP/CLEAR**.
2. Toque **AUTO COOK**.
3. Elija una categoría de comida.

Categoría	Toque tecla número
Vegetales frescos	1
Vegetales congelados	2
Arroz	3
Cazuela	4

**2**

4. Marque la cantidad/porciones

Categoría	Número de tazas
Vegetales frescos	1 - 4 tazas
Vegetales congelados	1 - 4 tazas
Arroz	1 - 2 tazas
Cazuela	1 - 4 tazas

Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantallita.

## GUÍA DE COCCIÓN PARA "AUTO COOK" (COCCIÓN AUTOMÁTICA)

CÓDIGO	CATEGORÍA	CANTIDAD	INSTRUCCIONES
1	VEGETALES FRESCOS	1 taza de vegetales y 2 cucharadas de agua	Colóquelos en un tazón o cacerola para microondas. Añada la cantidad necesaria de agua. Cúbralos con una película de plástico. Déjelos reposar durante 5 minutos.
		2 tazas de vegetales y 1/4 de taza de agua	
		3 tazas de vegetales y 1/3 de taza de agua	
		4 tazas de vegetales y 1/2 taza de agua	
2	VEGETALES CONGELADOS	1 taza	Colóquelos en un tazón o cacerola para microondas. Cúbralos con una película de plástico. Déjelos reposar durante 5 minutos.
		2 tazas	
		3 tazas	
		4 tazas	
3	ARROZ	1 taza de arroz de granos largos y 2 1/4 tazas de agua	En una cacerola grande, combine agua, arroz, margarina y sal. Cúbralo. Después de cocinar, déjelo reposar cubierto durante 5 minutos.
		2 tazas de arroz de granos largos y 4 1/4 tazas de agua	
4	CAZUELA	1 taza	Colóquela en un tazón o cacerola especial para microondas. Cúbrala con una película de plástico.
		2 tazas	
		3 tazas	
		4 tazas	

# OPERACIÓN

## AUTO DEFROST (DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA)

Su horno de microondas viene preajustado con tres secuencias de descongelación. El método de Descongelación Automática (Auto Defrost) es la mejor manera de descongelar alimentos congelados. En la Tabla de Secuencias de Descongelación Automática se indican las normas básicas para usar las tres secuencias de descongelación. El recetario de cocina le indicará la secuencia recomendada específica de descongelación para el alimento que usted desea descongelar.

**Ejemplo: Para descongelar 1.2 libras de carne molida**

**STOP / CLEAR**

1. Toque **STOP/CLEAR**.

**AUTO DEFROST**

2. Toque **AUTO DEFROST**.

**1**

3. Elija una categoría de alimento.

Categoría	Toque tecla número
Carne	1
Ave de corral	2
Pescado	3

**1**

**2**

4. Marque el peso.

**START**

5. Marque el peso.

6. Una vez que ha transcurrido la tercera parte del tiempo de cocción. En la pantalla aparecerá un mensaje pidiéndole que le dé vuelta a la comida. Abra la puerta del horno, déle vuelta a la comida y cubra con papel aluminio las partes calientes.

**START**

7. Cierre la puerta y reinicie la cocción.

8. Una vez que hayan transcurrido dos terceras partes del tiempo de cocción; En la pantallita aparecerá un mensaje pidiéndole que le dé vuelta a la comida. Repita los pasos 6 y 7.

NOTA: Si usted no abre la puerta en tres segundos, se reanudará la cuenta regresiva que aparece en la pantallita.

Sin embargo, para marcar el peso de los alimentos en AUTO DEFROST (DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA), usted debe especificar libras y décimas de libra. Si el peso indicado en el paquete se expresa en fracciones de libra, puede usar el siguiente cuadro para convertir el peso en decimales.

PESO EQUIVALENTE EN ONZAS DECIMAL	NUMERO DESPUÉS DEL PUNTO
1.6	.10
3.2	.20
4.0	.25
4.8	.30
6.4	.40
8.0	.50
9.6	.60
11.2	.70
12.0	.75
12.8	.80
14.4	.90
16.0	

Un cuarto de libra  
Media libra  
Tres cuartos de libra  
Una libra

### SUGERENCIAS PARA EL PROCESO DE DESCONGELACIÓN

- Cuando use AUTO DEFROST (DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA), el peso a marcar es el peso neto (es decir, el peso del alimento menos el peso del envase) en libras y décimas de libra.
- Use AUTO DEFROST para alimentos crudos. AUTO DEFROST le da los mejores resultados cuando el alimento a descongelar está a un mínimo de 0°F (sacado directamente de un congelador "verdadero"). Si el alimento ha sido almacenado en un refrigerador-congelador que no mantenga una temperatura de 0°F o menos, programe siempre un menor peso (de tal manera que el tiempo de descongelación sea más corto) para impedir la cocción del alimento durante la descongelación.
- Si el alimento ha estado fuera del congelador durante hasta 20 minutos, marque un peso más bajo.
- La forma del paquete altera el tiempo de descongelación. Los paquetes rectangulares de poco espesor se descongelan más rápidamente que los bloques gruesos.
- Separe las piezas cuando comiencen a descongelarse. Las piezas separadas se descongelan más fácilmente.
- Usted puede usar pequeños trozos de papel aluminio para cubrir alimentos como alas de pollo, puntas de patas y colas de pescado, pero recuerde que el papel aluminio no debe tocar los lados del horno. El papel aluminio puede dañar el revestimiento del horno.
- Si comienzan a ponerse calientes, cubra esas áreas de los alimentos con pedazos pequeños de papel aluminio.
- Para obtener los mejores resultados, se incluye un tiempo preajustado de descongelación en el tiempo de descongelación.

### Tabla para la conversión de pesos

Probablemente usted está acostumbrado a manejar los pesos de los alimentos en libras y onzas ;ps que son fracciones de una libra (por ejemplo: 4 onzas es igual a un cuarto de libra).

# OPERACIÓN

## CUADRO DE DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

### Ajustes para la carne

ALIMENTO	AJUSTE	AL SONAR EL TONO	INSTRUCCIONES ESPECIALES
<b>RES</b>			La carne de forma irregular y los trozos grandes y grasos de carne deben tener las áreas estrechas o grasas cubiertas con papel aluminio al principio de una secuencia de descongelación.
Carne molida (a granel)	MEAT (CARNE)	Remueva las partes descongeladas con un tenedor. Déle vuelta. Vuelva a poner el resto en el horno.	No descongele menos de 1/4 de libra. Congele en forma de rosca.
Carne molida (hamburguesa)	MEAT (CARNE)	Separe y colóquela de otro modo.	No descongele hamburguesas de menos de 2 onzas. Oprima el centro cuando las congele.
Bistec de rueda	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquelo en una parrilla de asado en microondas.
Biftec de solomo	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquelo en una parrilla de asado en microondas.
Carne de guisado	MEAT (CARNE)	Saque las porciones descongeladas con tenedor. Separe el resto. Vuelva a poner el resto en el horno.	Colóquela en una parrilla de asado en microondas.
Carne para estofar, biftec de lomo	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquela en una parrilla de asado en microondas.
Carne de res junto a las costillas (rib roast)	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquela en una parrilla de asado en microondas.
Biftec de cuadril en rueda	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquelo en una parrilla de asado en microondas.
<b>CORDERO</b>			
En cubos para guisar	MEAT (CARNE)	Saque las partes descongeladas con tenedor. Vuelva a poner el resto en el horno.	Colóquelo en un plato de hornear para microondas.
Chuletas (1 pulgada de espesor)	MEAT (CARNE)	Separe y coloque las piezas de otro modo.	Colóquelas en una parrilla de asado en microondas.

# OPERACIÓN

ALIMENTO	AJUSTE	AL SONAR EL TONO	INSTRUCCIONES ESPECIALES
<b>CERDO</b>			
Chuletas (media pulgada de espesor)	MEAT (CARNE)	Sepárelas y coloque las piezas de otro modo.	Colóquelas en una parrilla de asado en microondas.
Hot Dogs	MEAT (CARNE)	Sepárelas y coloque las piezas de otro modo.	Colóquelas en una parrilla de asado en microondas.
Costillitas estilo Country	MEAT (CARNE)	Déles vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquelas en una parrilla de asado en microondas.
Salchichas, chorizos	MEAT (CARNE)	Sepárelas y coloque las piezas de otro modo.	Colóquelas en una plato para hornear en microondas.
Salchichas, a granel	MEAT (CARNE)	Saque las partes descongeladas con tenedor. Déles vuelta. Vuelva a poner el resto en el horno.	Colóquelas en una plato para hornear en microondas.
Carne de lomo deshuesada	MEAT (CARNE)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquela en una parrilla de asado en microondas.

## Ajustes para el pollo

ALIMENTO	AJUSTE	AL SONAR EL TONO	INSTRUCCIONES ESPECIALES
<b>POLLO</b>			
Entero (menos de 4 libras)	POULTRY (AVES)	Déle vuelta. Termine descongelando con el lado de la pechuga hacia abajo. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Coloque el pollo con el lado de la pechuga hacia arriba en una parrilla de asado en microondas. Termine la descongelación sumergiendo el pollo en agua fría. Saque los menudillos cuando el pollo esté parcialmente descongelado.
Cortado en piezas		Déle vuelta. Cubra las áreas caliente con papel aluminio. Separe las piezas y colóquelas de otro modo.	Colóquelo en una parrilla de asado en microondas. Termine la descongelación sumergiendo las piezas en agua fría.
<b>GALLINAS CORNISH (Entera)</b>	POULTRY (AVES)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquela en una parrilla de asado en microondas. Termine la descongelación sumergiendo en agua fría.
<b>PAVO</b> Pechuga (menos de 6 libras)	POULTRY (AVES)	Déle vuelta. Cubra las áreas calientes con papel aluminio.	Colóquelo en una parrilla de asado en microondas. Termine la descongelación sumergiendo en agua fría.



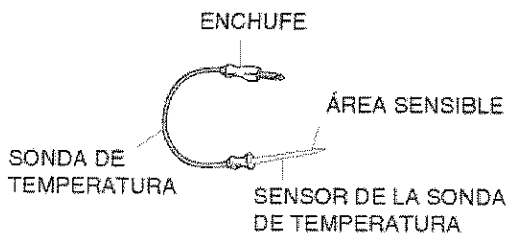
# OPERACIÓN

## Ajustes para el pescado

ALIMENTO	AJUSTE	AL SONAR EL TONO	INSTRUCCIONES ESPECIALES
<b>PESCADO</b> Filetes	FISH (PESCADO)	Déles vuelta. Separe los filetes cuando estén parcialmente descongelados, de ser posible.	Colóquelos en una bandeja para hornear en microondas. Separe cuidadosamente los filetes bajo el agua fría.
Rodajas	FISH (PESCADO)	Sepárelas y colóquelas de otro modo.	Colóquelas en una bandeja para hornear en microondas. Páselas por agua fría para terminar la descongelación.
Entero	FISH (PESCADO)	Déle vuelta.	Colóquelo en una bandeja para hornear en microondas. Cubra la cabeza y la cola con papel aluminio. No permita que el papel aluminio toque los lados del horno. Termine la descongelación sumergiéndolo en agua fría.
<b>MOLUSCOS</b> Carne de cangrejo	FISH (PESCADO)	Sepárela y déle vuelta.	Colóquela en una bandeja para hornear en microondas.
Colas de langosta	FISH	Déle vuelta y colóquela de otro modo.	Colóquelas en una bandeja para hornear en microondas.
Camarones	FISH	Sepárelos y colóquelos de otro modo.	Colóquelos en una bandeja para hornear en microondas.
Ostiones	FISH	Sepárelos y colóquelos de otro modo.	Colóquelos en una bandeja para hornear en microondas.

## COCINAR CON LA SONDA DE TEMPERATURA

La sonda de temperatura ayuda a eliminar la necesidad de adivinar la temperatura al cocinar asados y cazuelas grandes. La sonda está diseñada para apagar el horno a la temperatura que usted elija (entre 90 - 199°F).



### Ejemplo: Para asar carne de res a 150°F

1. Inserte la sonda en la comida. (Inserte al menos 1/3 de la Sonda de Temperatura en la comida.)

2. Coloque la comida en el horno y enchufe la sonda en la toma en la pared del horno.
3. Cierre la puerta.

STOP / CLEAR

4. Toque STOP/CLEAR.

TEMP

5. Toque TEMP.

1 5 0

6. Marque la temperatura deseada para la comida.

START

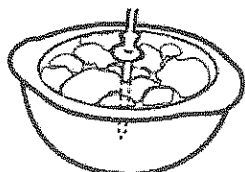
7. Toque START.  
Al finalizar el tiempo de la preparación, usted escuchará tres tonos de alerta y la palabra "END" (FIN) aparecerá en la pantalla.

**NOTA:** La plataforma giratoria está apagada cuando usted usa la sonda de temperatura.

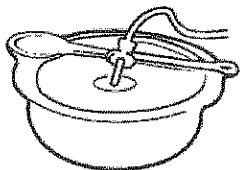
# OPERACIÓN

## Sugerencias para cocinar con la sonda de temperatura:

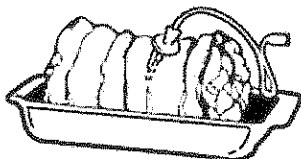
- **Revuelva** sopas, cazuelas y bebidas antes de servir las.
- **Cubra** la carne con papel aluminio después de cocinar y **déjela reposar** unos cuantos minutos. **Saque** el papel aluminio si decide cocinarla por más tiempo.



- **Para cazuelas**, la punta de la sonda debe estar en el centro de la comida. Revuelva la comida cuando le recomienden hacerlo. **Vuelva a colocar** la sonda.



- **Para líquidos**, fije la sonda con una cuchara o espátula de madera de tal modo que la punta de la sonda quede en el centro del líquido.



- **Para asados**, la punta de la sonda debe ir en el centro del músculo más grande, pero sin tocar partes grasas o huesos.
- **Las cazuelas** que se cocinen usando la Sonda de Temperatura deben consistir en alimentos precocidos. No use **carnes crudas, vegetales crudos** y salsas tipo crema en cazuelas.
- **Las cazuelas secas** no dan buenos resultados.
- Descongele las cazuelas y carnes congeladas en el horno de microondas antes de insertar la sonda.
- **Las mezclas de rodajas secas de carne** no dan buenos resultados.
- Compruebe la temperatura de la carne de cerdo o aves de corral con un termómetro en 2 ó 3 puntos para asegurar que estén hechas al término deseado.
- **Los asados pueden variar** en tamaño, forma y composición. Use la Sonda de Temperatura como una guía.

## UNOS CUANTOS "NO"

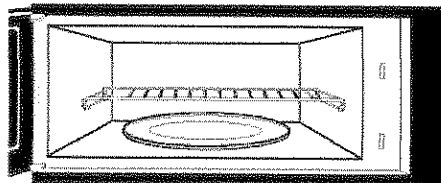
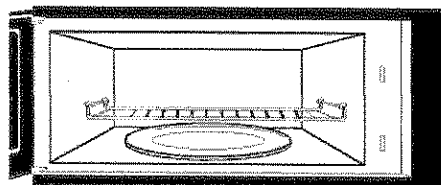
- **No permita que la sonda o el cable de la sonda** toque alguna parte del interior del horno.
- **No permita que la sonda toque el papel aluminio** (si se usa papel aluminio). Usted puede mantener el papel aluminio alejado de la sonda fijándolo con mondadientes o palillos de madera. Saque el papel aluminio si se forman arcos de chispas.
- **No use** papel, película plástica o envases plásticos. Estarán en el horno demasiado tiempo y podrían deformarse.
- **No introduzca a la fuerza la sonda** en los alimentos congelados.
- **No use** la sonda para alimentos que precisen hervir a fuego lento.
- **No enchufe el extremo puntiagudo** de la Sonda de Temperatura en la toma del horno.

## Cómo sacar y limpiar la Sonda de Temperatura:

1. Una vez que haya apagado el horno, **desenchufe** la Sonda de Temperatura usando un guante para horno o paño para asir cosas calientes.
2. Limpie la sonda frotándola con una esponja con jabón y séquela a fondo. Use una esponja plástica de fregar para remover los restos de comida adheridos a la sonda.

## PARRILLA METÁLICA DE DOS POSICIONES

La Parrilla Metálica de dos posiciones le brinda espacio extra cuando cocine en más de un recipiente al mismo tiempo. La parrilla metálica puede ponerse al revés para dejar espacio para otros recipientes de más altura colocados en el piso del horno.



## NOTA:

- **La parrilla debe estar sobre sus cuatro soportes** cuando la use.
- Inserte la parrilla firmemente en los cuatro soportes en las paredes laterales del horno.
- Ponga la parrilla al revés cuando use recipientes de más altura colocados en el piso del horno.

# OPERACIÓN

## GUÍA DE TEMPERATURAS

COMIDAS	AJUSTE DE TEMPERATURA	SUGERENCIAS
Salsas para Aperitivos	130° F	Revuelva antes de servir.
Bebidas	160° F	
Alimentos Congelados y Alimentos Preparados Congelados	150° F	Descongele completamente los alimentos antes de insertar la sonda.
Sobras y Alimentos Enlatados	150° F	Descongele completamente los alimentos antes de insertar la sonda.
Platos Principales y Cazuelas	150° F	Cubra parcialmente el plato para acelerar la cocción. Revuelva antes de servir.
<b>Carnes</b>		
Carne de res	Media - 150° F Bien hecha - 170° F	La carne debe estar completamente descongelada. Colóquela en la parrilla de asado del horno de microondas en una bandeja de cristal para hornear. Durante el tiempo de reposo, la conducción de calor en el centro aumentará la temperatura de 5 a 10° F.
Carne de cerdo	170° F	
Aves de corral, enteras	185° F	La carne de aves de corral completa tiene muchas variables que afectan el grado de hechura. Aplique siempre otra prueba convencional del grado de hechura como, por ejemplo, hacer un corte cerca del hueso para ver si la carne está rosada.
Salsas	150° F	Revuelva antes de servir.
Mariscos	160° F - 170° F	La carne de aves de corral completa tiene muchas variables que afectan el grado de hechura.
Sopas	150° F - 160° F	Si la sopa tiene ingredientes sólidos adicionales, aumente el ajuste de temperatura.
Vegetales enlatados o precocidos	150° F - 170° F	Cubra parcialmente el contenido para acelerar la cocción.
Comidas completas	Según se especifique para cada comida	

# SEARS

## Owner's Manual

**Model No.**  
**721. 67600**  
**721. 67601**  
**721. 67602**

The model number of your microwave oven is found on the front face of the cavity.

When requesting service, always provide the following information:

- Product Type
- Model Number
- Serial Number
- Problem Description



## MICROWAVE OVEN

For in-house major brand repair service

Call 24 hours a day, 7 days a week

**1-800-4-REPAIR**

(1-800-473-7247)

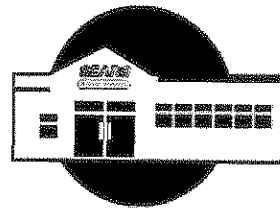
Para pedir servicio de reparación a domicilio-1-800-676-5811



For the location a  
Sears Parts and Repair Center in your area

Call 24 hours a day, 7 days a week

**1-800-488-1222**



For information on purchasing a Sears  
Maintenance Agreement or to inquire  
about an existing Agreement

Call 9 am-5 pm, Monday-Saturday

**1-800-827-6655**



**SEARS**  
**REPAIR SERVICES**

*America's Repair Specialists*

P/NO.: 3828W5A0358

03/'97 Printed in Korea

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