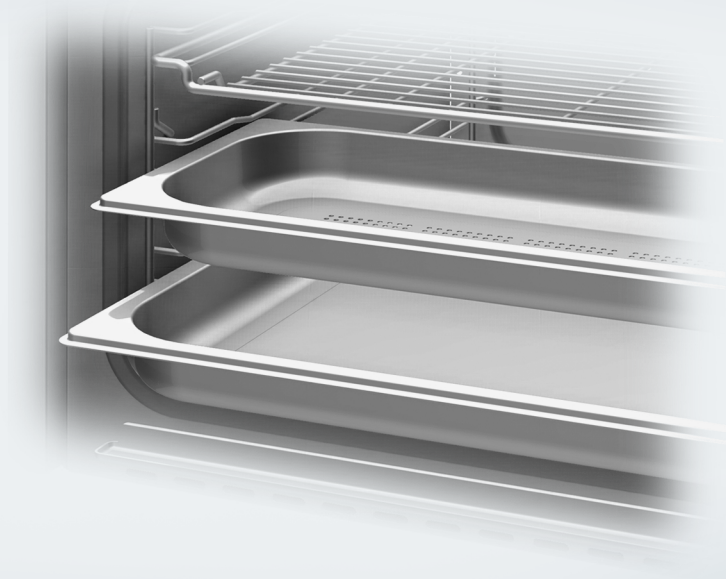


操作和安装说明 微蒸一体机



为避免发生事故或损坏电器，请**务必**在安装和首次使用前仔细阅读这些说明。Miele奉行“不断超越”的理念，故将保留对说明书作出修改的权利。

内容

警告和安全说明.....	5	设置正确的水沸点.....	29
可持续性和环境保护.....	12	系统设置.....	30
熟悉设备.....	13	设置概述.....	30
蒸炉.....	13	打开“系统设置”菜单.....	33
铭牌.....	14	语言.....	33
提供的附件.....	14	时间.....	33
可选配件.....	15	日期.....	34
控制键.....	16	照明.....	34
On/Off（开启/关闭）感应控制		启动画面.....	34
键.....	17	显示屏.....	34
动作传感器.....	17	音量.....	35
感应控制键.....	18	单位.....	35
触摸显示屏.....	19	快速微波.....	35
符号.....	20	爆米花.....	35
使用电器.....	21	保温功能.....	35
选择菜单选项.....	21	蒸汽减少功能.....	36
滚动.....	21	建议温度.....	36
退出菜单.....	21	建议设置.....	36
更改数值或设置.....	21	水质硬度.....	37
输入字母.....	21	感应操控.....	38
显示内容菜单.....	22	安全性.....	38
移动条目.....	22	橱柜面板识别.....	39
显示下拉菜单.....	22	Miele@home.....	39
显示帮助.....	22	扫码联网.....	39
激活 MobileStart.....	22	远程控制.....	40
蒸汽烹饪模式.....	22	激活 MobileStart.....	40
水箱.....	22	SuperVision.....	40
温度.....	22	远程更新.....	40
烹饪程序时间.....	22	软件版本.....	41
噪音.....	23	法律信息.....	41
加热阶段.....	23	演示模式.....	41
烹饪阶段.....	23	出厂设置.....	41
蒸汽减少功能.....	23	总运行时间.....	41
微波.....	23	主菜单和子菜单.....	42
运行方式.....	23	操作.....	43
选择餐具.....	23	简单操作.....	43
玻璃托盘.....	26	更改烹饪程序的数值和设置.....	44
蒸炉内部照明.....	26	更改温度.....	44
调试.....	27	更改微波功率级别.....	44
联网.....	27	设置烹饪持续时间.....	45
基本设置.....	27	更改设定的烹饪持续时间.....	45
对网络的要求.....	27	删除设定的烹饪持续时间.....	45
首次清洁.....	29	中断使用微波功能的烹饪过程.....	45

中断使用蒸汽的功能的烹饪过程	46	装瓶	89
取消烹饪程序	46	发酵面团	91
更改功能	46	物品消毒	91
快速微波 和 爆米花	47	菜单式烹调 – 自动	91
微波解冻和翻热	48	加热潮湿的法兰绒毛巾	92
解冻	49	溶解食用明胶	92
翻热	52	蜂蜜去结晶	92
闹铃和分钟提示器	55	融化巧克力	92
使用 闹钟 功能	55	制作酸奶	92
使用 分钟提示器 功能	56	烹饪烟熏肉	93
蒸汽烹饪的一般注意事项	57	蒸洋葱	93
使用蒸汽烹饪的优势	57	用蒸汽榨出汁	93
适当的容器	57	蔬菜和水果去皮	94
玻璃盘	57	保存苹果	94
搁架层	57	制作蛋花	94
冷冻食物	57	快速烹调	95
温度	57	烹饪新马铃薯（蜡质）	96
烹饪程序时间	58	煮饭	97
烹饪含汤汁饭菜	58	自动程序	98
您的个人菜谱	58	类别	98
蒸汽烹饪	59	使用自动程序	98
节能蒸汽烹调	59	使用说明	98
烹饪表格注意事项	59	搜索	98
蔬菜	60	MyMiele	99
鱼	63	用户偏好程序	100
肉	65	清洁和护理	102
稻米类	67	清洁和保养的重要信息	102
谷物	68	不合适的清洁剂	102
意大利面	69	清洁前面板	102
面团类	70	清洁蒸炉内腔	103
干豆类	71	清洁水箱	103
鸡蛋	73	清洁配件	103
水果类	74	清洁侧滑轨	103
香肠类	74	清洁维护	104
贝类	75	除垢	104
贻贝	76	浸泡	104
饭菜烹饪（烹饪一餐的全部饭菜） – 手动	77	检修	105
真空低温烹饪	78	显示屏中的消息	105
特殊应用	84	意外行为	105
蒸汽翻热	84	噪音	107
蒸汽解冻	86	效果不佳	107
热烫	89	一般问题或技术故障	108

内容

服务	109
若发生故障, 请联系我们.....	109
保修.....	109
安装	110
安装安全说明	110
嵌入式安装尺寸	111
安装在高柜中.....	111
侧视图	112
接线和通风.....	113
安装蒸炉	114
电气连接	115
技术参数	116
通信模块的版权与许可	116
版权与许可证	116
产品标准	117
有害物质	118

嵌入式微波蒸炉在以下说明中称为蒸炉。

该蒸炉符合所有适用的安全要求。然而，使用不当会导致人身伤害和电器受损。

使用此蒸炉前，请仔细阅读操作和安装说明。这些说明书中包含有关产品安全、安装、使用及维护的重要信息。这可防止人身伤害以及对蒸炉的损坏。

美诺 Miele 明确且强烈建议您阅读并遵循有关蒸炉安装章节中的说明以及安全说明和警告。

对于因不遵守这些说明而导致的伤害或损坏，美诺 Miele 不承担任何责任。

请妥善保存说明书，并将它们交给任何会使用该电器的使用者。

正确的应用

- ▶ 此蒸炉专门用于家庭住户和类似的工作和居住环境。
 - ▶ 此蒸炉不适于室外使用。
 - ▶ 此蒸炉仅供家庭使用，用于蒸汽烹饪、解冻、重新加热和烹饪食物。
- 不允许用于所有其他类型用途。

- ▶ 易燃材料造成火灾隐患。

如果用微波烘干易燃物品，物品中的水分可能会蒸发。这可能会导致材料变干，进而发生自燃。

请勿将易燃物品放在蒸炉中储存或烘干。

- ▶ 如果身体、感官精神障碍、或缺乏经验和常识的人士使用此蒸炉，必须在使用过程中受到监督看管，或者已经向他们展示讲解如何安全使用抽油烟机，并使其充分了解和认识到不当操作可能造成的后果。

- ▶ 此烤箱内腔配有特殊灯泡，可应对特殊条件（例如温度、湿度、耐化学性、耐磨性和振动）。这些特殊灯泡只能用于其本来目的。不适用于室内照明。灯泡的更换只能由德国美诺 Miele 授权的技术人员或德国美诺 Miele 客户服务部门执行。

- ▶ 根据能耗效率等级 E，蒸炉将包含 2 个光源。

儿童安全注意事项

- ▶ 启用系统锁，以确保儿童不会意外打开蒸炉。
- ▶ 8 岁以下儿童必须远离蒸炉，除非时刻监督其使用。
- ▶ 如果已向 8 岁及以上的儿童展示如何以安全的方式使用，则可以在没有监督的情况下使用蒸炉。儿童必须能够理解并认识到不正确操作可能带来的危险。

警告和安全说明

- ▶ 儿童不得在无人看管的情况下清洁蒸炉。
- ▶ 请看管好在蒸炉附近的儿童，不要让他们摆弄蒸炉。
- ▶ 包装材料可能导致窒息。在玩耍时，儿童可能会被包装材料（如塑料包装）缠住，或者将包装套在头上，导致窒息风险。将包装材料放在儿童接触不到的地方。
- ▶ 高温表面和蒸汽具有伤人风险。儿童的皮肤对高温的敏感性远远高于成人。运行期间，蒸汽将通过通风出口逸散。蒸炉的机门玻璃和控制面板会加热。蒸炉运行时，切勿让儿童触碰。让孩子远离蒸炉，直到它冷却下来，没有受伤的危险。
- ▶ 打开机门的情况下存在受伤风险。烤箱机门最大可承受 8 千克的重量。儿童可能会因打开的机门而弄伤自己。切勿让儿童坐在、靠在打开的机门上，或在机门上摇摆。

技术安全

- ▶ 未经授权的安装、维护和维修可能会对用户构成相当大的风险。安装、维护和维修只能由 Miele 授权的技术人员进行。
- ▶ 微波辐射：
需要拆卸任何套管的服务或维修只能由经过适当培训的维修技师进行。
- ▶ 切勿使用损坏的蒸炉。这可能很危险。使用前，检查它是否有可见的损坏迹象。
- ▶ 检查机门和机门密封条是否存在损坏迹象。如果发现任何损坏，在维修服务技术人员纠正故障之前，不得再次使用蒸炉的微波模式。
- ▶ 操作损坏的蒸炉可能会导致微波泄漏并对使用者造成危害。如果出现以下情况，请勿使用蒸炉：
 - 机门发生扭曲
 - 蒸炉内腔正面凹陷或弯曲
 - 机门铰链松动
 - 外壳、机门或蒸炉内腔壁上存在可见的孔洞或裂缝
 - 机门嵌板间有水汽

► 可以在自主供电系统或与主电源不同步的供电系统（例如岛上网络、备用系统）上临时或永久运行。操作的先决条件是电源系统符合相关国家电源质量标准。

家用电气装置和本 Miele 产品中提供的保护措施的功能和操作也必须保持在隔离运行或与主电源不同步的运行中，或者这些措施必须由装置中的同等措施代替。例如，如当前版本的 BS OHSAS 18001-2 ISO 45001 所述。

► 只有在正确接地的情况下，才能保证此电器的电气安全。务必满足此项安全标准。如有疑问，请让具有资质的电工进行电气连接检查。

► 将设备连接电源之前，请确保铭牌上的连接数据（电压和功率）与主电源匹配。

该数据必须一致，以免设备损坏。如有疑问，请咨询具有资质的电工。

► 不要通过多功能插座适配器或延长电线将蒸炉连接至主电源。这些做法无法保证规定的电器安全（存在火灾隐患）。

► 出于安全考虑，此蒸炉只能在完成嵌入式安装之后使用。这很重要，以确保所有电气组件都被遮蔽。

► 保持至少 850 毫米的安装高度。

► 此蒸炉不得在非平稳位置（例如在船上）使用。

► 因电击导致的受伤风险。任何与带电连接的接触或篡改蒸炉的电气或机械组件都会危及您的安全，并可能导致蒸炉故障。

请勿在任何情况下打开蒸炉外壳。

► 在电器保修期内，应由美诺 Miele 授权的维修技术人员进行维修。否则保修失效。

► 只有使用正版原装 Miele 替换零件时，Miele 才能保证电器的安全性。只能使用 Miele 配件替换出现故障的组件。

► 若电源连接线上的插头已被移除或无插头，则必须由具有资质的电工将蒸炉连接到电源。

► 如果电源连接线损坏，则必须更换专用连接线。

► 在安装、维护和维修工作期间，电器必须断开主电源。

► 如果蒸炉安装在橱柜前面板（如门）的后面，则勿在使用蒸炉时关闭橱柜门。橱柜前面板关闭时，在它的后面会积聚热量和水分。这可能导致蒸炉、外壳和底板损坏。将橱柜门打开，直到蒸炉完全冷却。

► 在可能会出现蟑螂或其他害虫的区域，应特别注意始终保持电器及其周围环境的清洁。由蟑螂或其他害虫造成的损坏将不在保修范围内。

警告和安全说明

正确使用

► 高温表面和蒸汽具有伤人风险。在操作过程中，蒸炉会变热。您可能会因蒸炉内腔、侧滑轨、配件、食物或蒸汽烧伤自己。将热的食物放入蒸炉或从蒸炉中取出时，以及调整蒸炉架（例如，在热蒸炉内腔中）时，请戴上隔热手套。

► 高温食物具有伤人风险。
将食物放进蒸炉或取出蒸炉时，可能会洒出或飞溅。食物可能导致烧伤。

将蒸盘放入蒸炉或取出蒸炉时，确保热食物不会洒出。

► 热水具有伤人风险。
烹饪程序结束时，蒸汽发生器中残留的热水会泵回至水箱。注意在将水箱从设备中取出时不要弄翻水箱。

► 不要使用蒸炉加热在密封罐或听中的食物，或将此类食物装瓶。罐或听中将积聚压力，并可能爆炸，损坏设备，并有伤人或烫伤风险。

► 不耐热或不耐蒸汽的塑料盘子会在高温中熔化，可能损坏设备。仅使用耐热（至 100°C）和耐蒸汽的塑料盘进行蒸汽烹饪。请遵循餐具制造商说明书中的说明。

► 存放在蒸炉内腔中的食物可能变干，释放出的水分可能导致蒸炉腐蚀损坏。不要将食物留在蒸炉中，不要使用任何可能腐蚀蒸炉的蒸盘。

► 打开机门的情况下存在受伤风险。您可能会撞到打开的机门，或被它绊倒。避免不必要地打开机门。

► 机门最大可承受 8 千克的重量。不要坐在或倚靠在打开的机门上，不要在机门上放置重物。此外，确保机门和蒸炉内腔之间没有卡住任何物品。蒸炉可能损坏。

► 在蒸炉附近使用小型电器（如手持式食物搅拌器）时，请小心电器的电线不会卡住蒸炉机门。电线上的隔热材料可能损坏，发生触电危险。

微波功能

► 请注意，使用微波进行烹饪、翻热和解冻的所需时间通常比不使用微波的功能要短得多。过长的烹饪时间可能会导致食物变干并燃烧，甚至可能会导致食物着火。

► 微波功能  用于翻热食物和饮料。不要使用微波功能  烘干鲜花、草药、面包或其他可能起火并造成烧伤的易燃材料。

► 重要的是，烹饪食物的温度要均匀分布并且足够高。这可通过搅拌或转动食物并遵守足够长的静置时间（参见图表）来实现，此时间应加入翻热、解冻或烹饪所需的时间之中。在静置时间内，温度会在食物中均匀分布。

► 热的食物具有伤人风险。在加热食物时，热量直接在食物中产生。因此，餐具的温度会比食物低（使用耐热粗陶器的情况除外）。餐具仅限由食物的热量加热。

在上菜前，始终需要在将食物从烤箱中取出之后检查它的实际温度。容器的温度不代表其中的食物或液体的温度。**在为婴儿、儿童、年长者或病弱者准备食物时，这一点特别重要。**在翻热食物（特别是婴儿和小孩子的食物）后，应搅拌食物或摇晃容器，检查并确认食物的温度不会造成任何烫伤危险。在静置之后需要再次检查。

► 微波功能  不适用于清洁或消毒物品，因为可能涉及高温。从蒸炉中取出物品时，存在烫伤风险。

► 密闭容器或瓶子内升高的压力具有伤人风险。在翻热期间，压力可能会在密闭容器或瓶子中积聚，从而导致爆炸。切勿在密闭容器或瓶子中烹饪或翻热食物或液体。请预先打开容器。如果使用婴儿奶瓶，则必须取下螺旋盖和奶嘴。

► 在使用微波  功能加热食物（特别是液体）时，可能会出现达到沸点而不产生气泡的情况。液体不能均匀地煮沸。这种沸腾延迟可能会导致液体爆炸性沸溢。从烤箱中取出容器时应小心，因为高温液体可能会造成严重烫伤。在某些情况下，压力可能会变得很高，导致机门自动打开。

在加热之前，应充分搅拌液体。加热后，应至少等待 20 秒后才可将容器从烤箱内腔中取出。此外，在加热过程中，容器内可放置玻璃棒或类似物品（如有）。

► 只有当蛋黄膜先被刺穿几次时，才能用微波能量来煮不带壳的鸡蛋。否则，压力可能导致蛋黄爆炸。

► 如果使用微波烹饪带壳鸡蛋，鸡蛋会爆炸，即使在从蒸炉中取出后也有可能。

鸡蛋只可以使用蒸汽烹饪功能  或适当的自动程序才能带壳烹饪。也切勿使用微波翻热煮得过老的鸡蛋，因为它们也会爆炸。

► 在加热或烹制带有厚壁或厚皮的食物（如番茄、香肠、土豆和茄子）时，它们可能会发生爆裂。

多次刺穿或划刻此类食物的外皮，以便蒸汽逸出。

► 不要使用微波功能  加热以樱桃核、麦粒、薰衣草或凝胶等填充的靠垫或垫子（如在芳香疗法中使用的垫子）。即使在从蒸炉中取出它们后，垫子也会在加热时燃烧。

警告和安全说明

► 为避免燃烧起来，如果蒸炉内有烟雾，请勿打开蒸炉门。关闭蒸炉并断开电源插头，从而中断程序。烟雾散去前不要打开机门。

► 带有空心手柄或把手的容器和盖子可能会在空腔内积聚水分。当水分蒸发时，压力可能会积聚，物品可能会爆炸。如果中空凹槽可以充分通风，则可以使用该物品。

使用微波  功能时，请勿使用带有空心把手或手柄的餐具。

► 如果在微波  功能或用到微波能量的功能下使用不适用微波的塑料餐具，塑料餐具可能会发生损坏或损坏蒸炉。

请勿使用任何由金属制成或含有金属的餐具或刀具、铝箔、铅水晶玻璃器皿、热敏塑料制品、木质厨具或餐具、金属夹或者塑料或纸包扎线带。请勿使用带有磨边的碗，或取下部分箔盖的塑料锅具（参见微波操作章节中有关餐具的要求）。

► 由易燃材料制成的容器造成火灾隐患。一次性塑料容器必须符合微波操作章节中有关餐具的要求。

在使用由塑料、纸或其他易燃材料制成的一次性容器加热或烹饪食物时，请勿让蒸炉处于无人看管的状态。

► 保温袋通常含有一层薄薄的铝箔，它可以反射微波。这些反射能量转而又会导致外层纸覆盖物变热从而燃烧。

通过使用微波功率的功能为食物保温时，请勿使用保温包装（如烤鸡的袋子）。

► 如果使用时蒸烤一体机中没有食物，或者使用微波  操作模式时未正确放入食物，可能损坏蒸烤一体机。

使用微波  操作模式时，始终使用玻璃托盘，包括作为放置小型容器的表面。

请勿使用微波  操作模式预热餐具或烘干香草。

清洁和保养

► 因电击导致的受伤风险。来自蒸汽清洁装置的蒸汽可能会进入通电的电气组件中，从而导致短路。请勿使用蒸汽清洁装置来清洁本电器。

► 机门玻璃上的划痕会导致玻璃破裂。请勿使用擦洗剂、硬海绵、刷子或锋利的金属工具清洁机门玻璃。

► 侧滑轨可以拆除。正确重新安装侧滑轨。

► 侧滑轨滑入塑料衬套。仔细检查衬套是否损坏。如果衬套损坏，在更换衬套前不要使用任何微波功能。

► 尽量避免内壁溅上含盐食物或液体。如果不慎溅上，请彻底擦拭干净，以免腐蚀内腔的不锈钢表面。

配件

- ▶ 此电器只能使用 Miele 正版原装配件。使用其他制造商提供的配件将使保修失效，Miele 不承担任何责任。
- ▶ Miele 将保证在您的蒸炉停产后至少继续供应 10 年到 15 年的功能性备件。

可持续性和环境保护

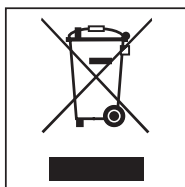
包装材料的处理

此包装材料用于搬运和保护电器免受运输损坏。所用的包装材料选用在处理时对环境无害的材料，因而通常可被回收利用。

回收利用包装材料可减少原材料的使用。使用特定材料收集点收集有价值的材料，并利用退货选项。您的 Miele 经销商将带走包装材料。

废旧电器的处理

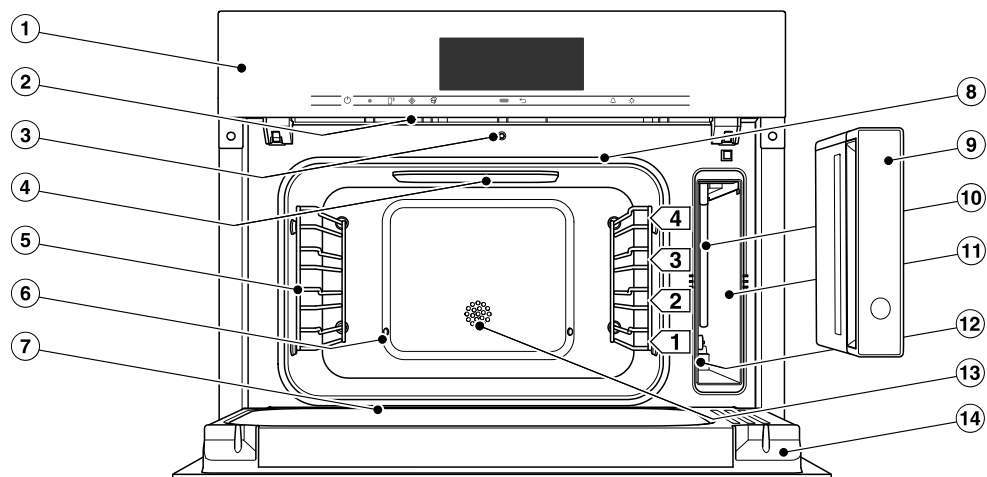
电器和电子设备通常含有某些有用材料。同时也含有某些如处置不当或随意丢弃便会对人体健康和环境造成潜在危害的材料。但是，这些材料对于确保电器正常运作又至关重要。因此，请勿将这些材料与您的家庭垃圾一起丢弃。



请将其丢弃到当地社区垃圾收集/回收中心，或联系Miele服务部获取建议。

在存储待处理废旧电器时请确保它们不会对儿童造成伤害。

蒸炉



- ① 控制元件
- ② 通风出口
- ③ 减少蒸汽的自动门闭
- ④ LED 蒸炉内腔照明
- ⑤ 带 4 搁架层的侧滑轨
- ⑥ 蒸汽入口
- ⑦ 滴水槽
- ⑧ 机门密封件
- ⑨ 带可移动防溅保护装置的水箱
- ⑩ 吸尘管
- ⑪ 水箱内腔
- ⑫ 铭牌
- ⑬ 温度传感器
- ⑭ 机门

熟悉设备

可以在背页找到这些操作和安装说明中描述的型号列表。

铭牌

铭牌位于水箱隔间内。

铭牌上会注明型号标识符、序列号以及连接数据（电源电压、频率和最大额定负载）。

您也可以在机门打开后前框架上的小型铭牌上找到型号标识符和序列号（SN）。

如果您有任何疑问或问题，需要与 Miele 联系，请随身携带此信息。

提供的附件

您可以从德国美诺 Miele 订购随电器提供的附件以及一系列可选附件（请参阅“可选附件”）。

根据国家/地区和相关型号的不同，可能包含更多配件。

DMGS 100-30 玻璃托盘



1 只玻璃托盘

玻璃托盘适用于所有操作模式。

蒸汽烹饪时，您可以使用玻璃托盘收集多余的水分。使用微波  操作模式时，

始终使用玻璃托盘，包括作为放置小型容器的表面。

375 x 394 x 30 毫米（宽 x 深 x 高）

玻璃托盘的最大装载量为 8 千克。

较大的温度波动可能会损坏玻璃托盘。

请勿将热的玻璃托盘放在冷表面上，例如瓷砖或花岗岩操作台面。使用适当的衬垫或锅架。

在微波  操作模式下使用金属制的烤架和炊具可能会产生火花。这可能会损坏蒸炉。

请勿在微波  操作模式下使用烤架或蒸盘。

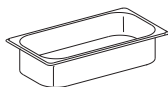
您可以在快速烹调  操作模式和所有使用蒸汽的操作模式下使用烤架和蒸盘。

烤架



1 只烤架，用于放置个人餐具

DGG 50-80 蒸盘



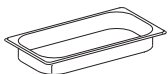
1 只实底不锈钢蒸盘

总容量 4.2 升/

可用容量 3.6 升

375 x 197 x 80 毫米 (宽 x 深 x 高)

DGG 50-40 蒸盘



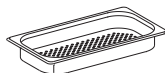
1 只实底不锈钢蒸盘

总容量 2.2 升/

可用容量 1.6 升

375 x 197 x 40 毫米 (宽 x 深 x 高)

DGGL 50-40 蒸盘



2 个多孔不锈钢蒸盘

总容量 2.2 升/

可用容量 1.6 升

375 x 197 x 40 毫米 (宽 x 深 x 高)

除垢片

用于电器除垢

可选配件

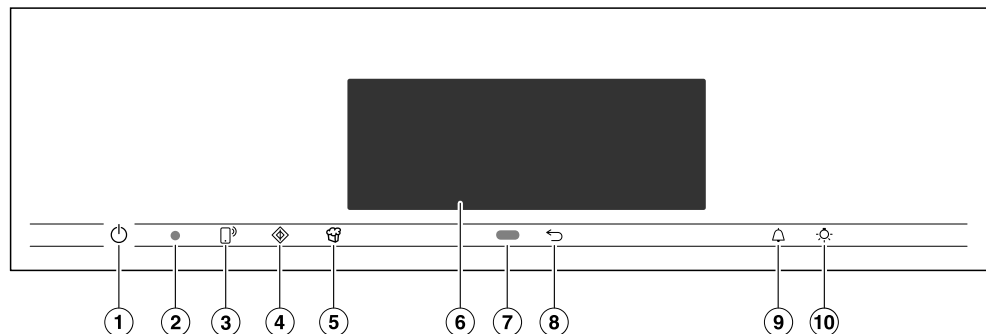
您可以从 Miele 网上商店、Miele 客户服务部或您的 Miele 专业经销商处购买专为您的蒸炉定制的产品，如护理产品和配件。

您可以通过以下二维码访问 Miele 网上商店：



熟悉设备

控制键



- ① 下陷的 On/Off (开启/关闭) 感应控制键
用于开启和关闭蒸炉
- ② 光学接口
(仅德国美诺 Miele 服务人员可用)
- ③ 感应控制键
用于通过移动设备控制蒸炉
- ④ 感应控制键
用于启动 快速微波 功能
- ⑤ 感应控制键
用于启动爆米花功能
- ⑥ 触摸显示屏
用于显示信息 and 进行操作
- ⑦ 动作传感器
用于打开烤箱内部照明和显示屏，并在检测到动作时告知蜂鸣器
- ⑧ 感应控制键
返回上一步
- ⑨ 感应控制键
用于设置分钟提示器或报警
- ⑩ 感应控制键
用于开关烤箱内部照明

On/Off（开启/关闭）感应控制键

⬇ On/Off（开启/关闭）感应控制键为下陷式，对触摸有反应。

使用该感应控制键开启和关闭蒸炉。

动作传感器

动作传感器位于触控显示屏下方，↩ 感应控制键旁边。例如，当您用手或身体接近触控显示屏时，动作传感器会检测到。

如果已启用相应的设置，则可以开启蒸炉内部照明，打开蒸炉或关闭蜂鸣器（参见“系统设置－感应操控”）。

熟悉设备

感应控制键

感应控制键可对触摸做出反应。每次触摸感应控制键都会发出确认音。选择 **音量 | 按键音 | 关闭** 设置可以关闭确认音。

如果您希望感应控制键在蒸炉关闭时也能够响应，请选择 **显示屏 | QuickTouch | 开启** 设置。

感应控制键	功能
	如果您想从移动设备上控制蒸炉，您必须具备 Miele@home 系统，打开 远程控制 设置并触摸此感应控制键。然后感应控制键亮起橙色灯光，MobileStart 功能可用。 只要此感应控制键亮起，您即可通过移动设备控制蒸炉（参见“系统设置 – Miele@home”）。
	使用此感应控制键启动 快速微波 功能。烹饪过程将以 600 瓦的预设微波功率级别和 1 分钟的烹饪持续时间运行（参见“快速微波”）。反复触摸此感应控制键递增烹饪持续时间。 仅在没有使用其他烹饪过程时可使用此功能。
	使用此感应控制键启动 爆米花 功能。烹饪程序将以 850 瓦和 2:50 分钟的烹饪持续时间运行（参见“爆米花”）。 仅在没有使用其他烹饪程序时可使用此功能。
	根据您所在的菜单的不同，这将带您返回上一级或返回主菜单。
	如果在显示屏上出现菜单，或者如果烹饪程序正在进行，您可以随时使用此感应控制键设置分钟提示器（如在煮鸡蛋时）或报警（特定时间）（请参见“报警和分钟提示器”）。
	选择此感应控制键开关烤箱内部照明。 根据所选的设置，烤箱内部照明会在 15 秒后关闭或保持持续打开或关闭状态。

触摸显示屏

触摸显示屏的敏感表面容易被笔等尖锐或锋利的物体划伤。
只能用手指触摸显示屏。
确保水不会进入触摸显示屏的后面。

触摸显示屏分为多个区域。



在页眉的左侧会显示菜单路径。各个菜单选项以垂直线隔开。...I表示有更多选项可选，由于显示屏空间不足，这些选项不可见。

如果您触摸页眉中的菜单名称，显示屏将切换至该菜单。如要切换状态显示屏，请触摸 □。

在页眉的右侧会显示时间。触摸显示屏可以设置时间。
也可能出现其他符号；例如 SuperVision .

您可以通过页眉顶部的橙色线条向下拖动下拉菜单。便于您在烹饪程序期间打开或关闭设置。

当前菜单和菜单选项会在**中央**显示。您可以用手指在显示屏上向左或向右滑动，让屏幕向左或向右滚动。触摸菜单选项进行选择（参见“操作”）。

根据选定菜单的不同，在**页脚**显示的操作字段也各不相同；例如：定时器、保存 或 OK。

熟悉设备

符号

显示屏可能会显示下列符号：

符号	含义
	该符号说明有关于使用该设备的其他信息和建议。请按 <i>OK</i> 感应控制键，确认信息。
	报警
	分钟提示器
	利用条形图可以选择某些设置，如显示屏亮度和蜂鸣器音量。
	这表示有更多选项可选，由于显示屏空间不足，这些选项不可见。
	系统锁或感应键锁已开启（参见“系统设置 – 安全性”）。控制键已锁定。
	远程控制（仅限在您已使用 Miele@home 系统且已选择 远程控制 开启 设置时出现）
	SuperVision（仅限在您已使用 Miele@home 系统且已选择 SuperVision SuperVision 显示 开启 设置时出现）

使用电器

通过触摸所需的菜单选项，您可以利用触摸显示屏操作蒸炉。

每当您触摸可用的选项时，相关字符（文字和/或符号）就会亮起**橙色**灯。

确认操作步骤的字段会以**绿色**突出显示（如**确定**）。

选择菜单选项

- 在显示屏中，触摸您所需的字段或数值。

滚动

您可以向左或向右滚动。

- 滑动屏幕。如要执行此操作，请将手指放在触摸显示屏上，然后朝着您需要的方向滑动。

底部的栏会显示您在当前菜单中的位置。

退出菜单

- 触摸  感应控制键或触摸菜单路径中的 ...I 符号。
- 触摸  符号，切换至状态显示屏。

系统不会保存在此之前输入的未经触摸**确定**进行确认的内容。

更改数值或设置

更改列表中的设置

当前设置以橙色突出显示。

- 触摸所需的设置。

现已保存此设置。这将带您返回上一级菜单。

使用滚动条输入数字

- 您可以上下滑动滚动条，直到所需的数值在屏幕中央显示。
- 按**确定**进行确认。

现已保存更改的数字。

使用数字键盘输入数字

- 轻点位于数字键盘中央的数值。

即可显示数字键盘。

- 触摸所需的数字。

当您输入一个有效数值后，OK 将变成绿色。

使用箭头删除最后输入的数字。

- 按 OK 进行确认。

现已保存更改的数字。

使用分段条更改设置

某些设置以带有七个分段的条形  表示。如果所有分段均已亮起，那么，您已选择最大数值。

如果没有分段亮起，或者如果仅有一个分段亮起，那么，您已选择最小数值或者您已完全关闭设置（如蜂鸣器）。

- 触摸分段条中相应的分段，即可更改设置。
- 选择 **开启** 或 **关闭**，可打开或关闭设置。
- 按 OK 确认您的选择。

现已保存此设置。这将带您返回上一级菜单。

输入字母

使用显示屏键盘可以输入字母。最好选择简短的名称。

- 触摸所需的字母或字符。

提示：您可以使用「」符号为较长的程序名称添加一个换行符。

- 触摸 **保存**。

现已保存此名称。

熟悉设备

显示内容菜单

在某些菜单中，您可以显示内容菜单，例如，为用户程序重命名或移动 MyMiele 下的条目。

- 例如，触摸某一用户程序并保持长按，直到内容菜单打开。
- 触摸菜单窗口外的显示屏区域即可关闭内容菜单。

移动条目

您可以更改 MyMiele 下用户程序或条目的顺序。

- 例如，触摸某一用户程序并保持长按，直到内容菜单打开。
- 选择 推迟。
- 将手指放在突出显示的字段上，然后将其拖动到所需的位置。

显示下拉菜单

在烹饪程序运行期间，您可以开关 WiFi 功能。

- 通过页眉下方的橙色线条向下拖动下拉菜单。
- 触摸 WiFi 功能符号 以开启或关闭该功能。
启动设置以橙色突出显示。根据所选的色调搭配，未激活的设置将以黑色或变色突出显示（参见“系统设置 – 显示屏”）。
- 如要关闭下拉菜单，请将其拖回顶部或触摸菜单窗口外的显示屏区域。

显示帮助

某些功能具有内容上下文相关帮助。在这种情况下，底部会显示 帮助。

- 触摸 帮助，以文本和图片形式显示信息。
- 触摸 关闭，返回至上一级菜单。

激活 MobileStart

- 选择 感应控制键激活 MobileStart。

感应控制键亮起。您可以通过 Miele 应用程序远程操作您的蒸炉。

直接操作蒸炉要优先于通过应用程序上的远程控制功能来操作蒸炉。

只要 感应控制键亮起，您便可以使用 MobileStart。

蒸汽烹饪模式

水箱

最大注水量为 1.5 升，最小注水量为 1.0 升。水箱上有标识。切勿超出最上方标识。

水消耗量取决于事务类型和烹饪程序时间。在烹饪期间可能需要补充水。如果烹饪期间机门打开，则耗水量将增加。

水箱通过推/拉系统拆卸：轻推水箱并拆卸。

烹饪程序结束时，蒸汽发生器中残留的热水会泵回至水箱。每次使用蒸汽烹饪后，必须清空水箱。

温度

部分功能有预设建议温度。该温度可以为单一程序、特定程序阶段或在程序内的给定范围内更改。您可以按每 5°C 为增量更改建议温度，或者在低温慢煮中按每 1°C 为增量更改（见“设置 – 建议温度”）。

烹饪程序时间

您可以设置烹饪程序时间，从 1 分钟 (00:01) 到 10 小时 (10:00)。如果烹饪程序时间超过 59 分钟，则您必须按小时数和分钟数进行输入。举例：烹饪程序时间 80 分钟 = 1:20。

蒸汽烹饪期间，只有在达到设定的温度后，才会开始烹饪计时。

噪音

当电器打开、使用期间和关闭电器后，您会听到抽水声。这是水通过系统泵送的声音，是很正常的。

在蒸炉运行期间，您将听到风扇噪音。

加热阶段

当蒸炉加热到设定温度时，显示屏将显示 **加热阶段** 和上升的蒸炉内腔温度。

使用蒸汽烹饪时，加热阶段持续时间将取决于食物的数量和温度。一般而言，加热阶段将持续约 5 分钟。如果您烹饪的是冷藏或冷冻食物，持续时间会更长。如果烹饪温度较低，或您使用 **Sous-vide**  烹饪功能时，持续时间也可能会更长。

烹饪阶段

在达到设定的温度后，烹饪阶段会开始。在烹饪阶段，剩余持续时间将在显示屏上显示。

蒸汽减少功能

在烹饪温度约为 80°C 或更高温度时，蒸炉门会在烹饪时间临近结束前自动打开，以便散出部分蒸汽。**蒸汽减少** 将显示在显示屏中。机门会再次自动关闭。

可以关闭蒸汽减少功能（见“设置—蒸汽减少功能”）。随着蒸汽减少功能关闭，机门打开时将有大量蒸汽逸散。

微波

运行方式

蒸炉带有一根磁控管，可将电能转换为电磁波（微波）。这些微波均匀分布在蒸炉内腔中，并从金属电器壁上反射。

微波可以从各个角度穿透食物。食物由大量分子组成。在承受微波能量时，这些分子（特别是水分子）开始振荡。从而由外至内加热食物。食物所含的水分越多，其重新加热或烹饪的速度就越快。

微波炉的优势

- 通常无需添加任何/很多额外的液体或油脂即可烹饪食物。
- 解冻、翻热或烹饪的时间较炉灶或蒸炉更短。

如果使用时蒸炉中没有食物，或者使用 **微波**  操作模式时未正确放入食物，则可能损坏蒸炉。

始终在使用 **微波**  操作模式时使用玻璃托盘，即便您将其用作较小餐具的容器。

选择餐具

为了接触到食物，微波必须能够穿透正在使用的餐具。微波可以穿透瓷器、玻璃器皿、纸板和塑料制品，但无法穿透金属。因此，请勿使用金属容器或含有金属的餐具。金属会反射微波，从而会产生火花，而金属不会吸收这些微波。

 **密封容器或瓶子内升高的压力具有伤人风险。**

在翻热期间，压力可能会在密闭容器或瓶子中积聚，从而导致爆炸。

切勿在密闭容器或瓶子中烹饪或翻热固体或液体食物。

请预先打开容器。如果使用婴儿奶瓶，则必须取下螺旋盖和奶嘴。

熟悉设备

 **微波**  功能下使用不合适的餐具具有造成火灾的危险。

不适用微波的盘子可能遭受损坏，或损坏蒸炉。

在 **微波**  功能下只能使用适用微波的餐具。

所用餐具的材质和形状会影响翻热和烹饪程序时间。

圆形和椭圆形浅容器的热量分布更为均匀。相较于方形容器，食物在此类容器中的翻热更为均匀。

合适的餐具

 **易燃材料造成火灾隐患。**

由塑料、纸或其他易燃材料制成的一次性容器可能会点燃，造成蒸炉损坏。

在使用由塑料、纸或其他易燃材料制成的一次性容器翻热或烹饪食物时，请勿让蒸炉处于无人看管的状态。

您可以使用以下餐具和材料：

- 耐热玻璃和微晶玻璃制品
例外：含铅的水晶玻璃可能会破裂。
- 瓷器
 - 不带金属装饰
金属装饰（如金色或钴蓝色边）可能会引起火花。
 - 不带空心旋钮和手柄
水分可能会积聚在空心旋钮和手柄处。当水分蒸发时，压力可能会积聚，物品可能会爆炸。
- 不带涂层的粗陶器和带釉下彩涂层的粗陶器

 **加热后的餐具具有烫伤风险。**

粗陶器可能会变热。

使用粗陶器时，请戴上隔热手套。

- 带有 **微波**  操作模式的塑料容器和一次性塑料容器

提示：为了保护环境，请避免使用一次性容器。

不耐热的塑料盘子和袋子可能会变形，并与里面的食物融合。

仅限使用耐热的塑料容器或袋子。塑料容器和袋子必须能够承受至少 110°C 的温度。

- 微波炉适用的塑料容器
您可以从零售店购买可用于微波炉的特殊塑料容器。
- 泡沫聚苯乙烯容器
用于简单加热食物
- 塑料可煮袋
用于烹饪和重新加热。使用前应将其刺破。孔洞可便于蒸汽逸出。这样可以防止积聚压力，避免袋子爆裂。也有一些蒸汽烹饪专用袋，不需要刺破。请按照包装上的说明进行操作。
- 烤袋和烤管
请遵循制造商的说明。

 **金属部件造成火灾隐患。**

金属部件（如金属夹或者中央穿有金属丝的塑料带和纸带）可能会加热易燃材料，直至它们燃烧。

请勿使用金属夹或者含有金属丝的塑料带和纸带。

- **烤架和提供的蒸盘**仅适用于使用快速烹调  功能烹饪，以及不使用微波能量的功能烹饪。
- 不带盖的铝箔托盘用于解冻和翻热即食餐点
仅从顶部加热食物。如果从铝箔容器中取出食物，然后将其转移到适用于微波炉的餐具中，热量的分布通常将更加均匀。

使用铝箔托盘和铝箔可能会导致爆裂和产生火花。

将铝箔托盘放在玻璃托盘上。

铝箔和铝箔托盘不得接触蒸炉壁，并且必须始终与蒸炉内腔壁保持至少 2 厘米的距离。

- 金属钎子或夹钳
肉块的大小必须大于金属钎子或夹钳。

不合适的餐具

带有空心手柄或把手的餐具和盖子可能会在空腔内积聚水分。当水分蒸发时，压力可能会积聚，物品可能会爆炸。如果中空凹槽可以充分通风，则可以使用该物品。

请勿使用带有空心把手或手柄的餐具。

请勿使用以下餐具和材料：

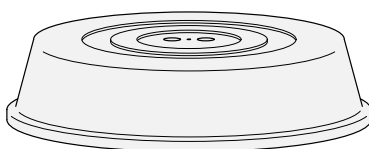
- 金属烤架（包括自带的烤架）**不适用于**微波  功能。
- 金属和不锈钢制成的容器（包括提供的蒸盘）**不适用于**微波  功能。
- 铝箔
例外：用于均匀解冻、翻热或烹饪形状不均匀的肉块，如家禽，在程序的最后几分钟内，可用小块铝箔覆盖较薄部分。
- 金属夹、塑料或者含有金属丝的纸带
- 未完全取下铝箔盖的塑料容器
- 水晶玻璃
- 带有金属装饰（如金色边、钴蓝色边）的餐具
- 带有中空手柄的餐具
- 三聚氰胺塑料制品
三聚氰胺会吸收微波能量并变热。购买塑料制品时，请确保其适用于微波炉。

- 不耐热的塑料容器和袋子
- 木盘子
木头中的水分会在烹饪程序期间蒸发。这会导致木质变干并开裂。

将盘子放到蒸炉内腔中

- 将玻璃托盘放在第 1 层搁架上。
- 盛有食物的盘子应放到玻璃托盘中部。

盖板



提示：盖板可从零售店购买。

- 盖板可以防止过多的蒸汽逸出，特别是在较长时间翻热食物时。
- 盖板加速食物的加热过程。
- 防止食物变干。
- 保持蒸炉内腔清洁。
- 在带有微波  功能的烹饪程序中，使用适用微波的玻璃或塑料盖板。

或者，使用适用于微波炉的保鲜膜。热量会导致正常的保鲜膜变形并与食物粘在一起。

盖子不得与容器形成密封。如果容器直径较窄，蒸汽可能无法逸散。盖板可能会变得很热并开始融化。
请使用直径足够大的容器。

- 请勿使用盖板翻热以下类型的食物：
- 涂有面包屑的食物
- 需要加热或使用快速烹调  功能烹饪的食物。

熟悉设备

玻璃托盘

蒸汽相关操作模式/应用程序：
使用带孔蒸盘时，将玻璃托盘放在搁架第 1 层。
这样将收集任何过多水分，并可以轻松去除水分。

如果玻璃托盘在蒸炉底板上，冷凝水不能够适当蒸发。
将玻璃托盘放在第 1 层搁架上。

微波  操作模式：
始终在第 1 层搁架上使用玻璃托盘，包括作为放置小型容器的表面。

蒸炉内部照明

出于节能原因，蒸炉内部照明已在出厂时设置为在程序开始后熄灭。

如果您希望在蒸炉开启状态下让内部照明保持常亮，则需要更改默认设置（参见“设置 – 照明”）。

如果烹饪程序结束时机门处于打开状态，则蒸炉内部照明将在 5 分钟后自动关闭。

触摸控制面板上的  按钮可以开启照明 15 秒。

联网

您的蒸炉配有一个内置的 WiFi 模块。通过 WiFi 模块可以连接到您的家庭网络，并在移动设备上使用 Miele APP。

蒸炉通过 WiFi 建立连接后，每次开机都会自动重新连接。

确保您的 WiFi 网络信号在您想要安装蒸炉的地方足够强。

将您的蒸炉连接到 WiFi 网络会增加能耗，即便在关机的情况下亦会如此。

通过 Miele APP* 实现 Smart Extras

通过 Miele APP 进行网络连接，您可以访问众多 Smart Extras，包括：

- 访问状态信息。
- 使用其他有用的功能。
- 通过软件更新使您的蒸炉始终与最新的 Miele 开发成果保持同步。

您可以在 Miele 网站、Apple App Store® 或 Google Play Store™ 中找到有关 Smart Extras 的更多详细信息。

*它是 Miele & Cie. KG 提供的独立数字产品。功能范围会因型号和国家/地区而异。需接受 Miele APP 中有关 Miele 数字产品和服务的条款和条件以及隐私政策。Miele 保留随时更改或终止数字服务的权利。

基本设置

在首次启动之前，您必须执行以下设置。稍后，您可以再次更改这些设置（请参见“设置”）。

⚠ 发热表面具有伤人风险。
在操作过程中，蒸炉会变热。
出于安全考虑，此蒸炉只能在完全安装之后使用。

在接通电源之后，蒸炉将自动启动。

设置语言

- 选择所需的语言。

如果您错误地选择了不正确的语言，请按照“设置 – 语言”中所描述的内容继续操作。

设置地点

- 选择所需地点。

对网络的要求

请注意以下网络要求：

1. 安装位置被家庭网络覆盖。
准备好 WiFi 密码。
2. Miele APP 可在移动终端设备上使用。
3. 您在 Miele APP 中拥有用户账户。

调试

Miele应用程序

Miele应用程序可以从Apple App Store®, Google Play Store™或安卓应用商城免费下载。



*Miele应用程序平台上架时间与产品使用所在国家相关，具体请咨询Miele客户关爱热线。

设置 Miele@home

设置Miele@home? 将显示在显示屏中。

- 如需现在设置 Miele@home，请选择 **继续**。
- 如需稍后设置，请选择 **跳过**。
参见“系统设置 – Miele@home”，了解有关稍后设置的信息。
- 如需现在设置 Miele@home，请选择所需的连接方式。

然后您将通过显示屏和 Miele 应用程序获得指导。

设置日期

- 设置日期，再设置月份，最后设置年份。
- 按**确定**进行确认。

设置时间

- 以小时和分钟为单位设置时间。
- 按**确定**进行确认。

设置水质硬度等级

联系您当地的供水方，了解所在区域水质硬度。

您可在“设置 – 水质硬度”中找到更多信息。

- 在电器上选择您的当地水质硬度。
- 按**确定**进行确认。

完成调试过程

- 请按照显示屏上的任何进一步说明进行操作。

烤箱现已准备就绪。

打开橱柜前面板探测功能

如果蒸炉嵌入安装在橱柜前面板（如门）后面，则必须打开橱柜前面板探测功能。

- 选择 **系统设置** | **橱柜面板识别** | **开启**。

首次清洁

- 取下蒸炉和配件上的任何保护包装和贴纸。

电器已在工厂中经过功能测试。在运输过程中，此测试产生的残留水可能流入内腔。

清洁水箱

- 拆下水箱。
- 拆下防溅保护装置。
- 手洗水箱。

清洁配件/蒸炉内腔

- 从蒸炉中取出所有配件。
- 用温和的洗涤液和热水溶液或洗碗机清洁配件。

蒸炉的内部已在工厂用调理剂处理。

- 为去除，使用干净的海绵摘取温和的洗涤液和热水清洁蒸炉内腔。

设置正确的水沸点

在第一次烹饪食物之前，您必须调整蒸炉的水沸点温度，这取决于蒸炉所处的海拔高度。此过程还会冲洗出携带水的电器部件。

必须执行此程序，以确保电器有效运行。

蒸馏水、碳酸水或其他液体可能会损坏蒸炉。

仅可使用冷的新鲜饮用水（20°C 以下）。

- 拆下水箱，并将其注水到最高标记处。
- 将水箱推入电器中。
- 然后，使用 **蒸汽烹调**  操作模式（100 °C）运行蒸炉 15 分钟。按照“操作”中所述的步骤继续。

搬家后设置正确的水沸点

如果您搬家后新的海拔高度与之前的海拔高度相差 300 米或更多，则需要重新设置蒸炉的水沸点。为此，要对电器除垢（参见“清洁和保养”章节中的“保养”）。

系统设置

设置概述

菜单选项	可用设置
语言	... deutsch english ... 地点
时间	时间显示 开启 关闭* 夜间模式 时钟类型 模拟时钟* 数字时钟 时间制式 24小时制式* 12小时(am/pm) 定时设置
日期	
照明	开启 “持续”15秒* 关闭
启动画面	主菜单* 功能类别 自动程序 特殊程序 用户偏好程序 MyMiele
显示屏	显示屏亮度 ■■■■■■■■ 颜色方案 亮 暗* QuickTouch 开启 关闭*
音量	提示音 ■■■■■■■■ 按键音 ■■■■■■■■ 开机欢迎曲 开启* 关闭
单位	重量 克* 磅 磅/盎司 温度 °C* °F

* 出厂默认设置

菜单选项	可用设置
快速微波	功率等级 分钟烹调时间
爆米花	分钟烹调时间
保温	蒸汽烹调 开启 关闭* 微波 开启 关闭*
蒸汽减少	开启* 关闭
建议温度	
建议设置	
水质硬度	1 °dH 21 °dH* 70 °dH
感应操控	靠近时照明 开启 烹饪进程中* 一直开启 关闭 靠近时显示屏 开启 开启 关闭* 靠近时关闭 提示音 开启* 关闭
安全性	系统锁  开启 关闭* 感应锁 开启 关闭*
橱柜面板识别	开启 关闭*
Miele@home	激活 关闭 连接状态 新设置 重置 设置
远程控制	开启* 关闭
SuperVision	SuperVision 显示 开启 关闭* 显示屏待机 状态 开启 仅出现错误时* 电器列表 显示本机 提示音

* 出厂默认设置

系统设置

菜单选项	可用设置
远程更新	开启* 关闭
软件版本	
法律信息	开源许可证
演示模式	演示模式提示 开启 关闭*
出厂设置	机器设置 用户偏好程序 MyMiele 建议设置 建议温度
总运行时间	

* 出厂默认设置

打开“系统设置”菜单

在  系统设置菜单中，您可以通过调整出厂默认设置来个性化设置您的蒸炉，以满足需求。

您位于主菜单中。

- 选择  系统设置。
- 选择所需设置。

您可以查看或更改设置。

在烹饪程序执行过程中，您无法更改设置。

语言

您可以设置您自己的语言和地点。

在选好并确认您的选择后，显示屏中将会显示您已选定的语言。

提示: 如果您错误地选择了不正确的语言，请在主菜单中选择 。按照  符号返回至 语言  子菜单。

时间

时间显示

选择您希望在关闭蒸炉时如何在显示屏上显示时间：

- 开启
显示屏上始终会显示时间。更改此设置会增加能耗。
如果您同时选择 显示屏 | QuickTouch | 开启 设置，那么所有感应控制键均可对触摸立即做出正常反应，并且当您接近显示屏时，近距离传感器会自动检测到。
- 关闭
如果您同时选择 显示屏 | QuickTouch | 关闭 设置，那么在蒸炉打开时才能使用。
- 夜间模式
为了节能，显示屏不会亮起。在蒸炉打开时才能使用。
仅在早上 5:00 至晚上 11:00 期间在显示屏上显示时间。其余时间显示屏一直黑屏。更改此设置会增加能耗。

系统设置

时钟类型

时间可以显示为 **模拟时钟**（带有钟面）或 **数字时钟**（小时:分钟）格式。

通过数字显示屏，也会显示日期。

时间制式

时间可为 24 小时制或 12 小时制显示（24小时制式 或 12小时(am/pm)）。

定时设置

设置小时和分钟。

提示: 如果此时没有进行任何烹饪程序，可触摸页眉上的时间进行更改。

如果发生断电，则在恢复供电后会重新显示当前时间。时间会保存约 150 小时。

如果蒸炉已连接至 WiFi 网络并已登录到 Miele 应用程序中，那么时间将根据 Miele 应用程序中的地点设置进行同步。

日期

设置日期。

当蒸炉关闭后，如果已选择 **时间 | 时钟类型 | 数字时钟**，在显示屏上仅会显示日期。

照明

- **开启**
整个烹饪过程中，烤箱内部照明保持开启。
- **“持续”15秒**
烹饪程序开始 15 秒后，烤箱内部照明关闭。按  感应控制键将烤箱内部照明再次打开 15 秒。
- **关闭**
烤箱内部照明关闭。按  感应控制键将烤箱内部照明打开 15 秒。

启动画面

按照出厂设置，蒸炉在开启后会显示主菜单。您可以更改此出厂设置，以便诸如蒸炉功能或 MyMiele 设置等会在状态显示屏中立即出现（请参见“**MyMiele**”）。

然后，当蒸炉再次开启时，将会出现此全新的状态显示屏。

选择  感应控制键或者按照页面中的路径进入主菜单。

显示屏

显示屏亮度

显示屏亮度以带有七个分段的条形表示。

-  最大亮度
-  最小亮度

颜色方案

为显示屏选择浅色或深色色调搭配。

- **亮**
显示屏采用浅色背景和深色字符。
- **暗**
显示屏采用深色背景和白色字符。

QuickTouch

选择当蒸炉关闭时，感应控制键和近距离传感器应如何响应：

- **开启**
如果您还选择了 **时间 | 时间显示 | 开启** 或 **夜间模式** 设置，那么感应控制键和近距离传感器在蒸炉关闭时也能够响应。更改此设置会增加能耗。
- **关闭**
无论 **时间 | 时间显示** 是否设置，感应控制键和近距离传感器仅在蒸炉打开时以及关闭后的一定时间内做出响应。

音量

提示音

如果蜂鸣器已开启，则蜂鸣器将在达到设定温度以及设定时间结束时鸣响。

蜂鸣器的音量以带有七个分段的条形表示。

- ■■■■■■■■

最大音量

- □□□□□□□

蜂鸣器关闭

按键音

每次触摸感应控制键所发出的音量以带有七个分段的条形表示。

- ■■■■■■■■

最大音量

- □□□□□□□

声音关闭

开机欢迎曲

在您触摸 On/Off (开启/关闭) 感应控制键时听到的旋律可以开启或关闭。

单位

重量

对于自动程序，您可以设置以克（克）、磅/盎司（磅）或磅（磅/盎司）为单位的食物重量。

温度

您可以设置以摄氏度（°C）或华氏度（°F）为单位的温度。

快速微波

已预设最大微波功率级别 600 瓦，最长烹饪持续时间 1 分钟，立即启动微波程序。

- 功率等级

您可以选择以下微波功率级别：

80 瓦、150 瓦、300 瓦、450 瓦、600 瓦、850 瓦或 1000 瓦。

- 分钟烹调时间

可设置的最大烹饪持续时间取决于所选的微波功率级别：

80–300 瓦：最多 10 分钟

450–1000 瓦：最多 5 分钟

爆米花

已预设微波功率级别 850 瓦，烹饪持续时间 2:50 分钟，以便您可以立即开始烹饪微波炉爆米花。这些设置符合大多数微波炉爆米花包装袋上的制造商说明。

可以设置的最长烹饪持续时间为 4 分钟。

已设置微波功率级别，并且无法修改。

保温功能

您可以使用保温功能在烹饪后让食物保温。食物在预设温度或微波功能下加热最多 15 分钟。您可以通过打开机门或触摸传感器控制装置来取消保温过程。

请注意，精致的食物，尤其是鱼类，可以继续烹饪，同时保温。

蒸汽烹饪

- 保温开启

功能已开启。如果以大约 80 °C 或更高温度烹饪，该功能在大约 5 分钟后启动。食物以 70 °C 保温。

- 保温关闭

功能关闭。

系统设置

独立微波

- 保温开启
功能已开启。如果以至少 450 瓦的微波功率烹饪至少 10 分钟，该功能在大约 5 分钟后启动。食物以 150 瓦微波功率保温。
- 保温关闭
功能关闭。

蒸汽减少功能

- 开启
如果您以约 80°C 或更高温度烹饪，蒸炉门会在烹饪时间临近结束前自动打开。该功能防止机门打开时有过多蒸汽逸散。机门会再次自动关闭。
- 关闭
如果蒸汽减少功能关闭，保温功能也会自动关闭。随着蒸汽减少功能关闭，机门打开时将有大量蒸汽逸散。

建议温度

如果您经常以不同的温度进行烹饪，则有必要更改建议温度。

当选择此菜单选项后，操作模式列表将在显示屏中显示。

- 选择相应操作模式。
- 建议温度会与可用的温度范围一同显示。
- 更改建议温度。
 - 按 OK 确认。

建议设置

如果您经常以不同的功率级别进行烹饪，则有必要更改建议微波功率级别。

您可以更改微波  和快速烹调  功能的建议功率级别。

选择此菜单选项后，各项功能及其建议功率级别将一同显示在显示屏中。

- 微波  :
80 瓦、150 瓦、300 瓦、450 瓦、600 瓦、850 瓦、1000 瓦
- 快速烹调  :
80 瓦、150 瓦、300 瓦

- 选择所需的功能。
- 更改建议功率级别。
- 按确定进行确认。

水质硬度

蒸炉必须调整到当地的水硬度水平，以确保其正常工作，并确保在正确的间隔内进行除垢。水质越硬，蒸炉需要除垢的频率就越高。
联系您当地的供水方，了解所在区域水质硬度。

如果您使用瓶装水，例如矿泉水，请确保不是碳酸水。根据钙含量调整该设置。瓶标签上会标明钙含量，以毫克/升 Ca^{2+} 或 ppm (毫克 Ca^{2+} /升) 表示。

您可以将硬度级别设置在 1°dH 和 70°dH 之间。硬度等级默认设置为 21°dH 。

- 在电器上选择您的当地水质硬度。
- 按确定进行确认。

水质硬度		钙含量 毫克/升 Ca^{2+} 或 ppm (毫克 Ca^{2+} /升)	设置
$^\circ\text{dH}$	毫摩尔/升		
1	0.2	7	1
2	0.4	14	2
3	0.5	21	3
4	0.7	29	4
5	0.9	36	5
6	1.1	43	6
7	1.3	50	7
8	1.4	57	8
9	1.6	64	9
10	1.9	71	10
11	2.0	79	11
12	2.2	86	12
13	2.3	93	13
14	2.5	100	14
15	2.7	107	15
16	2.9	114	16
17	3.1	121	17
18	3.2	129	18

水质硬度		钙含量 毫克/升 Ca^{2+} 或 ppm (毫克 Ca^{2+} /升)	设置
$^\circ\text{dH}$	毫摩尔/升		
19	3.4	136	19
20	3.6	143	20
21	3.8	150	21
22	4.0	157	22
23	4.1	164	23
24	4.3	171	24
25	4.5	179	25
26	4.7	186	26
27	4.9	193	27
28	5.0	200	28
29	5.2	207	29
30	5.4	214	30
31	5.6	221	31
32	5.8	229	32
33	5.9	236	33
34	6.1	243	34
35	6.3	250	35
36	6.5	257	36
37–45	6.6–8.0	258–321	37–45
46–60	8.2–10.7	322–429	46–60
61–70	10.9–12.5	430–500	61–70

系统设置

感应操控

例如，当您用手或身体接近触控显示屏时，动作传感器会检测到。

如果您希望动作传感器在蒸炉关闭时也能够响应，请选择 **显示屏 | QuickTouch | 开启 设置**。

靠近时照明 开启

- **烹饪进程中**
在烹饪程序运行期间，一旦您接近触摸显示屏，烤箱内部照明将开启。烤箱内部照明会在 15 秒后再次自动关闭。
- **一直开启**
一旦您接近触摸显示屏，烤箱内部照明将开启。烤箱内部照明会在 15 秒后再次自动关闭。
- **关闭**
当您接近触摸显示屏时，运动传感器不响应。选择  感应控制键将烤箱内部照明打开 15 秒。

靠近时显示屏 开启

- **开启**
如果显示时间，则蒸炉开启，并在您操作触摸显示屏时显示主菜单。
- **关闭**
当您操作触摸显示屏时，动作传感器不响应。使用 On/Off（开启/关闭） 感应控制键开启蒸炉。

靠近时关闭 提示音

- **开启**
一旦您接近触摸显示屏，蜂鸣器将关闭。
- **关闭**
当您接近触摸显示屏时，运动传感器不响应。手动关闭蜂鸣器。

安全性

系统锁

系统锁可防止蒸炉被错误地开启。

当系统锁被激活时，您仍可以设置报警和分钟提示器并使用 MobileStart 功能。

即便电源中断，系统锁仍保持启用。

- **开启**
系统锁已启用。如果您想要使用蒸炉，应将其打开并触摸  符号至少 6 秒钟。
- **关闭**
停用系统锁。然后，您可以正常使用蒸炉。

感应锁

感应键锁可以防止烹饪程序被错误关闭，可以防止设置被更改。除了  On/Off（开启/关闭）感应控制键，启用的感应键锁可防止感应控制键和显示屏字段在程序启动后几秒钟内运行。

- **开启**
感应键锁已启用 触摸 OK 至少 6 秒钟，以短暂停用感应键锁。
- **关闭**
停用感应键锁。所有感应控制键均正常反应。

橱柜面板识别

- 开启

橱柜前端检测功能已激活。蒸炉可通过运动传感器自动检测橱柜门是否关闭。

如果橱柜门已关闭，蒸炉将在一段时间后自动关闭。

- 关闭

橱柜前端检测功能已停用。蒸炉无法检测橱柜门是否关闭。

如果蒸炉安装在橱柜正面的后面（例如一扇门），那么蒸炉、外壳设备和地板都会被密封橱柜正面的积聚的热量和湿气损坏。

使用蒸炉时，请始终将橱柜门打开。将橱柜门打开，直到蒸炉完全冷却。

Miele@home

此款蒸炉是一款与 Miele@home 兼容的电器，具备 SuperVision 功能。

您的蒸炉在出厂前已安装 WiFi 通信模块，适合进行无线通信。

您可以通过多种方式将您的蒸炉连接至 WiFi 网络。我们建议您使用 Miele 应用程序或通过 WPS 将蒸炉连接至 WiFi 网络。

- 激活

此设置仅在停用 Miele@home 时可见。WiFi 功能已重新启用。

- 关闭

此设置仅在启用 Miele@home 时可见。Miele@home 保持设置状态时会关闭 WiFi 功能。

- 连接状态

此设置仅在启用 Miele@home 时可见。显示屏显示诸如 WiFi 接收质量、网络名称和 IP 地址等信息。

- 新设置

此设置仅在 WiFi 网络已设定好时可见。重置网络设置，立即重新建立新的连接。

- 重置

此设置仅在 WiFi 网络已设定好时可见。WiFi 功能已停用，WiFi 连接将重置为出厂默认设置。您必须设置新的 WiFi 连接才能使用 Miele@home。处理或出售蒸炉时，或者运行二手蒸炉时，均应重置网络设置。这是确保所有个人数据均已清除并且既往所有者无法再访问蒸炉的唯一方法。

- 设置

此设置仅在 WiFi 连接尚未设定好时可见。您必须设置新的 WiFi 连接才能使用 Miele@home。

扫码联网

在尚未设定 Miele@home 时已进行初始调试。

■ 扫描二维码。

如果您已安装 Miele APP 并且拥有用户账户，则将直接进入联网步骤。

如果您还未安装 Miele APP，则将进入 Apple App Store® 或 安卓应用商店。

■ 安装 Miele APP 并建立用户账户。

■ 再次扫描二维码。

Miele APP 将指导您完成设置流程。



系统设置

远程控制

如果您已在移动设备上安装 Miele 应用程序、具有访问 Miele@home 系统的权限并已启用远程控制功能（开启），那么您可以使用 MobileStart 功能检索正在进行的蒸炉烹饪程序的信息或者结束正在进行的程序。

激活 MobileStart

- 选择  感应控制键激活 MobileStart。

 感应控制键亮起。您可以通过 Miele 应用程序远程操作您的蒸炉。

直接操作蒸炉要优先于通过应用程序上的远程控制功能来操作蒸炉。

只要  感应控制键亮起，您便可以使用 MobileStart。

SuperVision

此款蒸炉是一款与 Miele@home 兼容的家用电器，具备 SuperVision 功能，可监控 Miele@home 系统中的其他家用电器。

在设置 Miele@home 系统之前，您无法启用 Supervision 功能。

SuperVision 显示

- 开启
SuperVision 功能已开启。
 符号将显示在显示屏的右上角。
- SuperVision 关闭
功能已关闭。

显示屏待机 状态

当烤箱处于待机状态时，SuperVision 功能也可用。不过，时间显示屏必须打开（系统设置 | 时间 | 时间显示 | 开启）。

- 开启
始终会显示已登录 Miele@home 系统的活动家用电器。

- 仅出现错误时
仅限显示活动家用电器上的故障。

电器列表

所有已登录 Miele@home 系统的家用电器均会显示。当您选择某个电器后，您可以访问更多设置：

- 显示本机
 - 开启
此电器的 SuperVision 功能已开启。
 - 关闭
此电器的 SuperVision 功能已关闭。电器仍然在 Miele@home 系统中登录。即使电器的 SuperVision 功能已关闭，仍会显示故障。
- 提示音
您可以选择为此电器打开（开启）还是关闭（关闭）蜂鸣器。

远程更新

仅在符合 Miele@home 使用要求的情况下显示并且可以选择 远程更新 菜单选项（参见“首次使用前 – Miele@home”）。

远程更新功能用于更新蒸炉内的软件。如果您的蒸炉可进行更新，系统将自动下载更新。更新不会自动安装。必须手动执行。

如果您未安装更新，则可继续以常规方式使用您的蒸炉。但是，美诺 Miele 建议您安装更新。

启用/停用

远程更新功能默认设置为启用。系统将自动下载可用的更新，但只能由您手动执行安装。

如果您不想自动下载任何更新，请停用远程更新。

运行远程更新

有关更新内容和范围的信息将参见 Miele 应用程序。

如果软件更新可用，您的蒸炉显示屏上将显示消息。

您可以立即或稍后安装更新。当蒸炉再次打开时，您将会收到更新提醒。

如果您不想安装更新，请停用远程更新。

更新可能需要几分钟的时间。

请注意有关远程更新功能的以下信息：

- 只有在更新可用时您才会收到消息。
- 安装更新后不能取消。
- 更新期间不要关闭蒸炉。否则，更新将会中止且不会安装成功。
- 一些软件更新工作只能由美诺 Miele 客户服务部执行。

软件版本

软件版本旨在供德国美诺 Miele 客户服务部使用。家用无需此类信息。

■ 按 **OK** 进行确认。

法律信息

您可在 **开源许可证** 下方查看集成开源组件的概览。

■ 按 **OK** 进行确认。

演示模式

此功能可使蒸炉在展厅门店进行展示，无需进行加热。供家庭使用时，不需要此设置。

演示模式提示

如果您已启用演示模式，那么，当您打开蒸炉时，演示模式已激活，本机将停止加热，就会出现。

- **开启**
触摸 **确定** 至少 4 秒钟，以启用演示模式。
- **关闭**
触摸 **确定** 至少 4 秒钟，以停用演示模式。然后，您可以正常使用蒸炉。

出厂设置

- **机器设置**
任何已被更改的设置将被重置为出厂默认设置。
- **用户偏好程序**
所有用户程序将被删除。
- **MyMiele**
所有 MyMiele 条目将被删除。
- **建议温度**
任何已被更改的建议温度将被重置为出厂默认设置。
- **建议设置**
已被更改的微波功率级别将被重置为出厂默认设置。

总运行时间

选择 **总运行时间** 查询蒸炉的总运行小时数。

主菜单和子菜单

菜单	建议值	范围
程序选择 		
蒸汽烹调 	100 °C	40–100 °C
微波 	1000 W	80–1000 W
快速烹调 	300 W 100 °C	80–300 W 80–100 °C
Sous-vide 	65 °C	45–90 °C
节能蒸汽烹调 	100 °C	40–100 °C
自动程序 		
特殊程序 		
翻热		
蒸汽烹调	100 °C	80–100 °C
微波	450 W	450–1000 W
解冻		
蒸汽烹调	60 °C	50–60 °C
微波	150 W	80–150 W
焯水	—	—
装瓶烹调	90 °C	80–100 °C
发酵面团	—	—
菜单式烹调	—	—
餐具消毒	—	—
MyMiele  		
用户偏好程序 		
系统设置 		
清洁维护 		
除垢		
浸湿		

简单操作

在微波  操作模式下将装有食物的餐具直接放在蒸炉的底板上，可能会损坏蒸炉。

在微波  操作模式下，请将玻璃托盘放在第 1 层搁架上并**始终**将餐具放在玻璃托盘上。

- 开启蒸炉。

系统将显示主菜单。

- 如果您想要使用蒸汽功能进行烹饪，注满水箱并将其固定回位。

蒸馏水、碳酸水和其他液体可能会损坏蒸炉。

仅可使用冷的新鲜自来水（20°C 以下）。

- 将食物放入蒸炉内腔中。
- 选择 **程序选择** .
- 选择所需的功能。

显示屏上将显示功能。根据您所选择的功能，建议功率水平、烹饪程序时间和建议温度将依次出现在显示屏上。

- 如有需要，更改烹饪程序的建议数值并设置烹饪程序时间。

随后，您可以选择相应的数值或**定时器**更改建议数值。

- 触摸 **确定** 启动**不使用**微波能量的功能的烹饪程序。
- 触摸 **开始** 启动**用到**微波能量的功能的烹饪程序。

在显示屏上显示所有功能的设定值和烹饪程序时间倒计时。

如果您已设置温度，您将看到温度升高。当首次达到设定温度时，蜂鸣器将鸣响。

当您用 **停止** 中断烹饪程序或打开机门时，蒸炉将停止产生微波。您可以用 **开始** 继续程序。

- 烹饪程序结束后，选择 **完成** 或 **关闭**（视功能而定）。

 高温蒸汽具有伤人风险。

当使用涉及蒸汽的烹饪程序时，如果机门打开，大量热蒸汽会逸散。蒸汽可能导致烧伤。

向后退，等待热蒸汽消散。

- 将食物从蒸炉内腔中取出。
- 关闭蒸炉。

操作

清洁蒸炉

⚠ 开水具有伤人风险。

蒸汽烹饪程序结束时，蒸汽发生器中残留的热水会泵回至水箱。

注意在将水箱从设备中取出时不要弄翻水箱。

- 按要求拆下水箱。
- 拆下防溅保护装置并清空水箱。
- 按照“清洁与保养”部分说明，每次使用后，清洁并晾干整个蒸炉。

安装时确保防溅保护装置正确安装到位。

- 打开电器机门，直到蒸炉内腔完全干燥。

再注水

如果程序运行期间需要补充水，会发出提示音，显示屏将提示您向容器补充清洁自来水。

- 取出水箱并补充水。
- 将水箱推入电器中。

烹饪程序恢复。

更改烹饪程序的数值和设置

根据功能的不同，您可以在烹饪程序期间为此程序更改数值或设置。

根据功能的不同，您可以更改以下设置：

- 温度
- 功率等级
- 烹调时间
- 结束于
- 开始于

更改温度

在 **系统设置 | 建议温度** 中，您可以永久设置建议温度，以适应您的烹饪喜好。

- 触摸温度显示屏。
- 更改所需温度。
- 按 **确定** 进行确认。

烹饪程序将以新的所需温度重新启动。

更改微波功率级别

前往 **系统设置 | 建议设置**，永久设置建议功率级别以适应您的个人烹饪喜好。

- 触摸微波功率级别显示屏。
- 更改微波功率级别。
- 选择 **开始**。

程序将以新的微波功率级别重新启动。

设置烹饪持续时间

如果在将食物放入蒸炉中之后推迟较长时间才开始烹饪，那么，烹饪效果可能会受到影响。新鲜食物的颜色可能会发生变化，甚至变质。

在烹饪程序开始之前，应选择尽可能短的时间。

您已将食物放入蒸炉内腔，并选择了操作模式以及温度等必要设置。

通过输入 **烹调时间**、**结束于** 或 **开始于**，您可以自动关闭或开关烹饪程序。

- 烹调时间

输入食物所需的烹饪持续时间。该持续时间结束时，加热将自动关闭。可设置的最长烹饪持续时间取决于您所选的操作模式。

- 结束于

指定您希望烹饪程序结束的时间。蒸炉加热将在您设定的时间自动关闭。

- 开始于

仅在您已设置 **烹调时间** 或 **结束于** 时间时，菜单中才会显示此功能。使用 **开始于**，您必须指定烹饪程序开始的时间。蒸炉加热将在您设定的时间自动开启。

■ 选择  或 **定时器**。

■ 设置所需时间。

■ 按 **OK** 确认。

对于涉及蒸汽的烹饪程序，在达到设定的温度后才会开始烹饪计时。

如果您以大约 80 °C 或更高温度烹饪，**蒸汽减少** 将在烹饪计时结束前不久显示在显示屏中，且机门会自动打开一点。

■ 等待，直到 **蒸汽减少** 从显示屏中消失，然后打开机门，并从蒸炉内腔中取出食物。

只有自动门回复到原始位置，才能启动新的烹饪程序。不要手动推它，因为这可能损坏它。

更改设定的烹饪持续时间

■ 选择 、持续时间或 **定时器**。

■ 选择所需的时间并进行更改。

■ 按 **OK** 进行确认。

如果发生电源故障，此类设置将被删除。

删除设定的烹饪持续时间

■ 选择 、持续时间或 **定时器**。

■ 选择所需的时间。

■ 选择 **删除**。

■ 按 **OK** 进行确认。

如果您删除 **烹调时间**，那么，**结束于** 和 **开始于** 的设定时间也将被删除。

如果您删除 **结束于** 或 **开始于**，烹饪程序将以设定的烹饪持续时间开始。

中断使用微波功能的烹饪过程

您可以使用 **微波**  和 **快速烹调**  功能中断烹饪，并暂停烹饪计时。

烹饪程序时间倒计时时，显示屏右上角会显示 **停止**。

■ 选择 **停止**。

烹饪中断，烹饪程序时间暂停。

开始突出显示为绿色。

■ 选择 **开始**。

烹饪程序恢复，烹饪程序时间继续倒计时。

操作

中断使用蒸汽的功能的烹饪过程

使用蒸汽的功能中，打开机门会中断烹饪程序。蒸炉加热关闭。将保存设定的烹饪程序时间。

⚠ 高温蒸汽具有伤人风险。

机门打开时会有大量热蒸汽逸散。蒸汽可能导致烧伤。
向后退，等待热蒸汽消散。

⚠ 热表面和食物具有伤人风险。

在操作过程中，蒸炉会变热。您可能会因蒸炉内腔、侧滑轨、配件或食物本身烧伤自己。

将食物放入蒸炉或从蒸炉中取出时，以及在热蒸炉内腔中进行操作时，请戴上隔热手套。

将蒸盘放入蒸炉或取出蒸炉时，确保热食物不会洒出。

机门关闭时，烹饪程序会恢复。

机门关闭时，压力必须保持平衡，这可能产生鸣哨声。

蒸炉将再次升温，显示屏会在蒸炉内腔升温过程中显示温度。一旦达到设定的温度，显示屏将倒计时显示所剩时间。

如果机门在烹饪最后一分钟打开，则烹饪程序将提前结束。

取消烹饪程序

如果取消某一烹饪程序，烤箱加热和照明将关闭。所有烹饪持续时间设置将被删除。

取消没有设定烹饪持续时间的烹饪程序

■ 选择 **完成**。

系统将显示主菜单。

取消带有设定烹饪持续时间的烹饪程序

■ 选择 **取消**。

确定取消烹调? 显示在显示屏中。

■ 选择 **是**。

将显示主菜单。

更改功能

在烹饪程序运行期间，您可以更改为其他功能。

■ 触摸所选功能的符号。

■ 如果您已设置烹饪持续时间，请用 **是** 确认 **确定取消?** 消息。

■ 选择新功能。

新功能及其相应的建议数值将显示在显示屏中。

■ 设置烹饪程序的数值并按 **OK** 确认。

快速微波 和 爆米花

仅在没有使用其他烹饪程序时可使用这些功能。

请始终使用玻璃托盘。

快速微波

如果选择  感应控制键，微波炉将以设定的微波功率级别和烹饪持续时间启动，例如，翻热饮品。

已预设微波功率级别 600 瓦，最长烹饪持续时间 1 分钟。

您可以更改微波功率级别和烹饪持续时间。可设置的最大烹饪持续时间取决于所选的微波功率级别：（参见“系统设置 – 快速微波”）。

■ 选择 感应控制键。

反复触摸此感应控制键可增加设定阶段的烹饪持续时间。

显示屏上将显示剩余时间。

您可以随时用 **停止** 中断烹饪程序，或者通过选择  感应控制键取消该烹饪程序。

烹饪程序结束时，显示屏上将显示 **完成** 准备，并且蜂鸣器将鸣响。

■ 选择 **关闭**。

将显示主菜单。

爆米花

如果选择  感应控制键，微波炉将以设定的微波功率级别和烹饪持续时间启动。

已预设微波功率级别 850 瓦，最长烹饪持续时间 2:50 分钟。这些设置符合大多数微波炉爆米花包装袋上的制造商说明。

可以设置的最长烹饪持续时间为 4 分钟。已设置微波功率级别，并且无法修改（参见“系统设置 – 爆米花”）。

请遵守包装上生产商给出的烹饪程序时间说明。如有必要，更改预定义时间。

■ 选择 感应控制键。

显示屏上将显示剩余时间。

您可以随时用 **停止** 中断烹饪程序，或者通过选择  感应控制键取消该烹饪程序。

由纸或其他易燃材料制成的一次性容器可能会点燃，造成蒸炉损坏。

使用烹饪程序期间，请勿让蒸炉处于无人看管的状态，并且确保遵循包装上的说明。

烹饪程序结束时，显示屏上将显示 **完成** 准备，并且蜂鸣器将鸣响。

■ 选择 **关闭**。

系统将显示主菜单。

操作

微波解冻和翻热

我们建议使用以下微波功率级别解冻或翻热食物：

 [瓦]	解冻
80	非常细腻的食物： 奶油、黄油、奶油水果蛋糕和带内容物的海绵蛋糕、奶酪
150	所有其他种类食物
	翻热
450	婴幼儿食品
600	各类食物； 不需要变褐色的冷冻即食食品
850	
1000	饮品

 微波

所需时间取决于食物的性质、初始温度和烹饪量。持续时间可在后续页面中的表格里找到。

解冻

温和解冻冷冻物品意味着通常可以保留维生素和矿物质。



有被细菌感染的风险。

沙门氏菌等细菌可导致严重的食物中毒。

解冻鱼和肉类时，特别是解冻家禽时，尤其要遵守食品卫生规则。

请勿使用解冻过程中产生的液体。

食物解冻后立即根据需要进行处理。

提示

- 将冷冻食物去掉包装放置在玻璃托盘上。对于大量食物，将其放在适用微波的容器中，置于玻璃托盘上。
- 可对冷冻即食食品同时进行解冻然后加热。请遵循包装上的说明。

解冻冷冻食物

请使用微波炉适用的容器。

- 将冷冻食物放置在第 1 层搁架上的玻璃托盘的中间位置。
- 如有必要，盖上冷冻食物。
- 选择 **特殊程序** 。
- 选择 **解冻 | 微波**。
- 如有必要，更改建议的功率级别和解冻时间。
- 选择 **开始**。
- 解冻期间：
再次搅拌、翻转或重新排列食物。将食物从外侧向中间搅拌，因为食物的外侧加热得更快。

在静置时间内，温度会在食物中均匀分布。

- 解冻后，让食物在室温下静置几分钟，使热量均匀地散布在食物中。

备用设置

程序选择 | 微波 。

微波功率：见表格

解冻时间：见表格

静置时间：见表格

表格中的注意事项

请注意建议的微波功率等级、加热时间和静置时间。这些说明考虑了食物的稠度、数量和初始温度。

选择持续时间

- 一般建议您选择适中的持续时间。

操作

在微波模式下解冻

冷冻食物	数量	 (瓦)	 [分钟]	 [分钟]	搅动/翻动/重排	盖板
乳制品						
奶油	250 毫升	80	14	10–15	每 5 分钟	是
黄油	250 克	80	12–14	5–10	在烹饪阶段过半时	是
奶酪片	250 克	80	6–7	10–15 ; 将奶酪片以扇形铺开	3 分钟后	否
牛奶	500 毫升	150	22–23	5–10	每 7 分钟两次	是
糕点/饼干						
海绵蛋糕 (1 片)	100 克	150	1–2	5–10	–	是
海绵蛋糕 (1 片)	300 克	150	3–4	10–15	在烹饪阶段过半时	是
新鲜水果糕点 (3 片)	3 x 100 克	150	9–10	10–15	5 分钟后	是
黄油蛋糕 (3 片)	3 x 100 克	150	5–6	10–15	在烹饪阶段过半时	是
奶油糕点 (1 片)	100 克	80	3–4	10–15	–	是
奶油糕点 (3 片)	3 x 100 克	80	5.5–6.5	10–15	在烹饪阶段过半时	是
小餐包 (4 个)	4 x 约 50 克	150	4–5	5–10	在烹饪阶段过半时	否
水果						
草莓、覆盆子	150 克	80	11–12	5–10	在烹饪阶段过半时	是
红醋栗	250 克	80	13–14	5–10	在烹饪阶段过半时	是
李子	500 克	150	13–15	5–10	在烹饪阶段过半时	是
肉						
牛肉糜	500 克	150 + 80	8–9 + 17–19	10–15	每 10 分钟两次	否
鸡肉	1000 克	150	25–28	10–15	每 10 分钟	否
蔬菜						
豌豆	250 克	150	9–10	5–10	在烹饪阶段过半时	是

冷冻食物	数量	 (瓦)	 [分钟]	 [分钟]	搅动/翻动/重排	盖板
芦笋	250 克	150	11–12	5–10	5 分钟后	是
豆子	500 克	150	16–17	5–10	每 5 分钟两次	是
红球甘蓝 (分成小份)	500 克	150	18–19	5–10	每 5 分钟两次	是
菠菜 (分成小份)	300 克	150	14–15	10–15	每 5 分钟两次	是

 微波功率级别,  解冻时间,  静置时间

操作

翻热

请务必遵守“注意事项与安全说明”中的“正确使用”一节。

 高温食物具有烫伤风险。

如果将婴幼儿食品以过高的温度加热，他们在食用时可能会烫伤自己。仅在 450 瓦下将婴幼儿食品加热 60–70 秒。

在加热食物（特别是婴幼儿食品）后，应搅拌食物或摇晃容器，并品尝食物的温度以便不会烫伤儿童。

 密闭容器或瓶子内升高的压力具有伤人风险。

在翻热期间，压力可能会在密闭容器或瓶子中积聚，从而导致爆炸。

切勿在密闭容器或瓶子中烹饪或翻热食物或液体。请预先打开容器。如果使用婴儿奶瓶，则必须取下螺旋盖和奶嘴。

热的液体具有伤人风险。

在使用微波  功能加热食物（特别是液体）时，可能会出现达到沸点而不产生气泡的情况。液体不能均匀地煮沸。

这种沸腾延迟可能会导致液体爆炸性沸溢。从烤箱中取出容器时应小心，因为高温液体可能会造成严重烫伤。在某些情况下，压力可能会变得很高，导致机门自动打开。

在翻热或烹饪之前，应充分搅拌液体。

翻热后，应至少等待 20 秒后才可将容器从烤箱内腔中取出。

此外，在翻热过程中，容器内可放置玻璃棒或类似用具（如有）。

提示

- 除非加热饮料或裹有面包屑的肉类/鱼类，否则在加热食物时，均应盖上盖子。
- 请注意，初始温度约 5°C（冰箱温度）的食物比室温食物的加热时间更长。
- 如果您不确定是否达到足够高温，请继续加热一段时间。
- 可对冷冻即食食品同时进行解冻然后加热。请遵循包装上的说明。

加热食物

请使用适用微波的容器。

- 将要加热的食物放在玻璃托盘上，放在第 1 层搁架上。
- 如有必要，盖上食物。
- 选择特殊程序 .
- 选择翻热 | 微波。
- 如有必要，更改建议的功率级别和时间。
- 选择开始。
- 加热期间：
再次搅拌、翻转或重新排列食物。将食物从外侧向中间搅拌，因为食物的外侧加热得更快。

 因热表面而导致的烧伤危险。

在操作过程中，蒸炉会变热。您可能会因蒸炉内腔、侧滑轨或配件烧伤自己。水珠可能已经在餐具底部积聚起来。

在热蒸炉内腔中进行操作时以及取出餐具时，请戴上隔热手套。

在静置时间内，温度会在食物中均匀分布。

- 加热后，让食物在室温下静置几分钟，使热量均匀地散布在食物中。

备用设置

程序选择 ☐ | 微波 

微波功率：见表格

程序时间：见表格

静置时间：见表格

表格中的注意事项

请注意建议的微波功率等级、加热时间和静置时间。这些说明考虑了食物的稠度、数量和初始温度。

选择持续时间

- 一般建议您选择适中的持续时间。

操作

在微波操作模式下加热

食物	数量	 [瓦]	 [分钟：秒]	 [分钟]	搅动/翻动/重新排列	盖板
饮品 ¹						
咖啡，饮用温度 60–65°C	1 杯 (200 毫升)	1000	1:10–1:20	–	加热前	否
牛奶，饮用温度 60–65°C	1 杯 (200 毫升)	1000	1:20–1:30	–	加热前	否
水，烧开	1 杯 (125 毫升)	1000	1:40–1:50	–	加热前	否
婴儿奶瓶（牛奶）	约 200 毫升	450	1:30–1:40	1	食用前	否
热红酒，烈酒，饮用温度 60–65°C	1 杯 (200 毫升)	1000	1:00–1:10	–	加热前	否
食物 ²						
婴儿食品（室温）	1 罐 (190 克)	450	1:00–1:10	1	食用前	否
厚肉片，煮熟	200 克	600	4:20–4:50	1	在烹饪阶段过半时	否
鱼排，煮熟	200 克	600	3:50–4:20	1	在烹饪阶段过半时	否
肉汁烤肉	200 克	600	4:50–5:20	1	在烹饪阶段过半时	是
配菜	250 克	600	3:40–4:10	1	在烹饪阶段过半时	是
蔬菜	250 克	600	3:50–4:20	1	在烹饪阶段过半时 及在食用前	是
肉汁	250 克	600	4:10–4:40	1	在烹饪阶段过半时 及在食用前	是
汤/砂锅煲	250 克	600	4:00–4:30	1	在烹饪阶段过半时 及在食用前	是
	500 克	600	7:00–7:30	1	在烹饪阶段过半时 及在食用前	是

 微波功率级别、 持续时间、 静置时间

- ¹ 重新加热前搅拌液体，即可避免沸腾延迟。重新加热后，应至少等待 20 秒后才可将容器从蒸炉内取出。此外，在重新加热过程中，容器内可放置玻璃棒或类似用具（如有）。
- ² 该时间适用于初始温度约为 5°C 的食物。对于一般不冷藏的食物，上述持续时间适用于处于室温约 20°C 下的食物。除婴儿食品和精细的搅打酱汁外，加热其他食物的温度均应达到 70–75°C。

闹铃和分钟提示器

利用  感应控制键，您可以设置分钟提示器（例如用于煮鸡蛋）或者针对特定时间的报警。

您可以同时设置两个报警、两个分钟提示器计时时间或者一个报警和一个分钟提示器计时时间。

使用 闹钟 功能

 报警可用于为蜂鸣器指定特定的鸣响时间。

设置报警

如果已选择 显示屏 | QuickTouch | 关闭 设置，那么您需要先打开蒸炉，然后再设置报警。关闭蒸炉时，报警时间将在显示屏中显示。

- 选择  感应控制键。
- 选择  闹钟。
- 设置报警的时间。
- 触摸 关闭 进行确认。

当蒸炉关闭，将显示报警时间和 ，而非当日时间。

如果您同时在烹饪，或者如果您正在不同的菜单中，那么，报警时间和  将在显示屏的右上角显示。

在指定的报警时间， 将在显示屏的时间旁闪烁，并且蜂鸣器将鸣响。

- 选择  感应控制键或者显示屏中的设置报警时间。

蜂鸣器将停止，显示屏上的符号将熄灭。

更改报警

- 选择显示屏中的报警或者选择  感应控制键，再选择所需的报警。

设定的报警时间会在显示屏上显示。

- 设置报警的新时间。
- 触摸 关闭 进行确认。

现已保存调整后的报警时间，它将在显示屏中显示。

删除报警

- 选择显示屏中的报警或者选择  感应控制键，再选择所需的报警。

设定的报警时间会在显示屏上显示。

- 选择 删除。
- 触摸 关闭 进行确认。

报警将被删除。

操作

使用 分钟提示器 功能

△ 分钟提示器可用于为厨房其他活动计时，例如煮鸡蛋。

分钟提示器也可与设定烹饪持续时间开始和结束时间的烹饪程序同时使用（例如，作为搅拌食物或添加调味料等的提示器）。

- 可设置的分钟提示器最长计时时间为 59 分钟 59 秒。

设置分钟提示器

如果已选择 显示屏 | QuickTouch | 关闭 设置，那么您需要先打开蒸炉，然后再设置分钟提示器。关闭蒸炉后，显示屏上将显示分钟提示器的倒计时。

例如：您想煮一些鸡蛋，并设定分钟提示器计时时间为 6 分 20 秒。

- 选择 △ 感应控制键。
- 选择 △ 分钟提示器。
- 设置您需要的分钟提示器时间。
- 触摸 关闭 进行确认。

关闭蒸炉后，分钟提示器持续时间开始在显示屏上倒计时，并且显示 △ 而非当日时间。

如果您同时在烹饪，或者如果您正在不同的菜单中，那么，分钟提示器计时时间和 △ 将在显示屏的右上角显示。

分钟提示器计时时间结束时，△ 将闪烁，时间将开始计时，并且蜂鸣器将鸣响。

- 选择 △ 感应控制键或者选择显示屏中所需的分钟提示器。

蜂鸣器将停止，显示屏上的符号将熄灭。

更改分钟提示器计时时间

- 选择显示屏中的分钟提示器或者选择 △ 感应控制键，然后选择所需的分钟提示器计时时间。

会显示选定的分钟提示器持续时间。

- 设置新的分钟提示器计时时间。
- 触摸 关闭 进行确认。

变更后的分钟提示器计时时间现在已保存，并将以分钟倒数。不足 10 分钟的分钟提示器计时时间将以秒倒数。

删除分钟提示器计时时间

- 选择显示屏中的分钟提示器或者选择 △ 感应控制键，然后选择所需的分钟提示器计时时间。

会显示选定的分钟提示器持续时间。

- 选择 删除。
- 触摸 关闭 进行确认。

现在已删除分钟提示器持续时间。

这一部分包含蒸汽烹饪的基本信息。您将在其他部分中找到有关特定食物及烹饪方式的更多详细信息。

使用蒸汽烹饪的优势

几乎全部维生素和矿物质都不会流失，因为食物没有浸没于水中。

与传统的烹饪相比，用蒸汽烹饪也能更好地保留食物的真正味道。因此，我们建议在烹饪食物后对其进行调味。食物也会保留其新鲜感和原始色泽。

适当的容器

蒸盘

蒸炉配备不锈钢蒸盘。其他各种尺寸的容器，包括带孔蒸盘和不带孔蒸盘，可作为可选的附加功能（参见“可选附件”）。这使您能够选择最适合您烹饪的食物的容器。

最好使用带孔容器进行蒸汽烹饪。蒸汽可以从各个方向接触到食物，让食物均匀烹饪。

您自己的容器

您也可以使用您自己的容器。不过，请注意以下建议：

- 容器必须能够耐热 100°C，且能够承受蒸汽。如使用塑料容器，请与生产商确认容器适用于蒸炉。
- 厚边容器，如瓷器、陶瓷或石器，不太适合与蒸汽一起使用。由于其边缘较厚，它们的导热性能不佳，因此，烹饪程序时间将会比表格中给出的持续时间长出许多。
- 将蒸盘放在烤架上，或者在适当的容器里，不要放在蒸炉底面。
- 确保容器上边缘和烹饪内腔顶部之间有间隙，以便有足够的蒸汽进入容器。

玻璃盘

使用带孔容器时，将玻璃托盘放在搁架第 1 层。这样将收集任何滴落的液体，并可以轻松去除液体。

如果玻璃托盘在蒸炉底面上，冷凝水不能够适当蒸发。

将玻璃托盘放在第 1 层搁架上。

搁架层

您可以为蒸盘和烤架选择任意搁架层。您也可以同时在多个搁架层上烹饪。这不会改变烹饪程序时间。

当同时使用多个深容器进行蒸汽烹饪时，最好在滑道上偏置它们，在它们之间留出至少一个空闲搁架层。如有可能，在蒸盘间留出一个空闲搁架层。

始终将蒸盘、烤架和玻璃托盘插入搁架层的导轨之间，以使它们不能倾斜。

冷冻食物

冷冻食物的加热阶段比新鲜食物的加热阶段更长。冷冻食物数量越多，加热阶段越长。

温度

在蒸汽烹饪期间，温度不会超过 100°C。几乎所有食物都可以在此温度下烹饪。部分种类的食物，如浆果，需要在较低温度下烹饪，以防爆裂。查看操作说明中相关章节，了解更多详情。

蒸汽烹饪的一般注意事项

烹饪程序时间

蒸汽烹饪期间，只有在达到设定的温度后，才会开始烹饪计时。

一般来说，用蒸汽烹饪的烹饪时间与在平底锅中烹饪食物的烹饪时间相同。相关章节提供了有关可能影响烹饪程序时间的任何因素的更多信息。

食物数量不影响烹饪程序时间。1 公斤马铃薯的烹饪时间与 500 克马铃薯的烹饪时间相同。

烹饪含汤汁饭菜

烹饪含汤汁饭菜时，只需将蒸盘装满 ^{2/3}，以防止从蒸炉中取出蒸盘时汤汁溢出。

您的个人菜谱

在锅或平底锅中烹饪的食物也可以在蒸炉中烹饪。蒸炉中的烹饪程序时间将相同。请注意，使用蒸汽烹饪时，食物不会变为褐色或变脆。

节能蒸汽烹调

您可以使用节能蒸汽烹调  功能，在蒸汽烹饪期间节约能源。该功能主要适用于烹饪鱼类和蔬菜。

我们建议遵循“蒸汽烹饪”中指定的表格的烹饪程序时间和温度。
如有必要，可再继续蒸煮。

在烹饪淀粉类食物，如马铃薯、米饭和通心粉时，最佳使用功能为蒸汽烹调 。

设置

程序选择 ☐ | 节能蒸汽烹调 

烹饪表格注意事项

遵守烹饪程序时间、温度和烹饪注意事项的说明。

选择 烹饪程序时间

给出的烹饪程序时间仅供参考。

- 我们建议您首先选择较短的持续时间。如有必要，可再继续蒸煮。

蒸汽烹饪

蔬菜

新鲜

按通常的方式准备新鲜蔬菜，即洗净并切碎。

冷冻食物

冷冻蔬菜不需要事先解冻，除非它们被冻成一整块。

需要相同持续时间烹饪的冷冻蔬菜和新蔬菜可以一起进行烹饪。

如果蔬菜冷冻在一起成为一整块，在用蒸汽烹饪之前，先把蔬菜分开。请遵守包装上生产商给出的烹饪程序时间说明。

蒸盘

豌豆或芦笋等之间几乎没有空间的食物，由于蒸汽进入其中的空间较小，因此烹饪时间会更长。为达到均匀烹饪效果，最好使用浅底容器烹饪此类食物，仅填满 3–5 厘米深。烹饪时，将大量食物分别放入 2 或 3 个浅容器，而不是使用一个深容器。

需要相同持续时间烹饪的不同蔬菜类型可以一起进行烹饪。

使用不带孔蒸盘烹饪要在液体中烹饪的蔬菜。

搁架层

在带孔容器中烹饪具有独特颜色（如甜菜根）的蔬菜时，避免任何串色，请勿将其他食物放在带孔容器下方。

烹饪程序时间

烹饪时间取决于食物的大小和您想要的烹饪程度，就像传统烹饪方法一样。例如：

蜡质马铃薯，切成四等分：

大约 17 分钟

蜡质马铃薯，切成两半：

大约 20 分钟

设置

自动程序  | 蔬菜类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪持续时间：见表格

蔬菜	🕒 [分钟]
洋蓟	32–38
花椰菜，整个	27–28
花椰菜，花部	8
四季豆	10–12
西兰花，花部	3–4
Chantenay 胡萝卜，整个	7–8
Chantenay 胡萝卜，对半切开	6–7
Chantenay 胡萝卜，切碎	4
菊苣，对半切开	4–5
大白菜，切碎	3
豌豆	3
茴香，对半切开	10–12
茴香，切片	4–5
羽衣甘蓝，切碎	23–26
蜡质马铃薯，去皮 整个 对半切开 切成四等分	27–29 21–22 16–18
主要为蜡质马铃薯，去皮 整个 对半切开 切成四等分	25–27 19–21 17–18
粉质马铃薯，去皮 整个 对半切开 切成四等分	26–28 19–20 15–16
球茎甘蓝，切丝	6–7
南瓜，切丁	2–4
玉米棒	30–35
甜菜，切碎	2–3
甜椒，切丁或切片	2

蒸汽烹饪

蔬菜	🕒 [分钟]
新土豆，硬实	30–32
蘑菇	2
韭葱，切段	4–5
韭葱，纵向对半切成两段	6
罗马花椰菜，整个	22–25
罗马花椰菜，花部	5–7
抱子甘蓝	10–12
甜菜根，整个	53–57
红球甘蓝，切碎	23–26
黑婆罗门参，整个	9–10
块根芹，切段	6–7
绿芦笋	7
白芦笋，整个	9–10
胡萝卜，切碎	6
菠菜	1–2
春甘蓝，切碎	10–11
芹菜，切碎	4–5
芜菁甘蓝，切碎	6–7
白球甘蓝，切碎	12
皱叶甘蓝，切碎	10–11
西葫芦，切片	2–3
甜豌豆	5–7

🕒 烹饪程序时间

鱼

新鲜

按通常的方式准备鱼，即洗净、去除内脏并切成片。

冷冻食物

鱼在烹饪前不需要完全解冻。解冻，以便表面充分融化，可以吸收香草和调味品。根据鱼肉厚度，2–5 分钟应该足够了。

准备

烹饪前向鱼肉添加一些柠檬或酸橙汁。柠檬酸帮助鱼肉保持紧实。

使用蒸汽烹饪时，无需用盐调味鱼，因为这种方法保留了赋予鱼独特风味的矿物质。

蒸盘

如果使用带孔容器烹饪，首先要在容器中涂上油脂。

搁架层

在带孔容器中烹饪鱼时，如同时在其它容器中烹饪其他类型的食物，将鱼放在玻璃或收集托盘的正上方（根据型号）以收集液体，以防止串味。

温度

85 °C – 90 °C

温和烹饪肉质细腻鱼类，如鳎目鱼。

100 °C

烹饪肉质紧实的鱼类，如鳕鱼和三文鱼。

也适用于用酱汁或汤料烹饪鱼类。

持续时间

烹饪程序持续时间取决于鱼类的厚度和肉质，不取决于重量。鱼肉越厚，所需的烹饪程序持续时间就越长。重 500 克、3 厘米厚的鱼肉的烹饪时间要比重 500 克、2 厘米厚的鱼肉的烹饪时间更长。

鱼肉烹饪时间越长，肉质会越紧实。使用表中给出的烹饪程序时间。如果您发现鱼肉没有充分烹饪，只需要再多烹饪几分钟。

在酱料或汤料中烹饪鱼时，我们建议您增加几分钟的烹饪持续时间。

提示

- 添加香草和调味料，例如莳萝，将帮助充分散发鱼肉香味。
- 以游泳的姿势烹饪大型鱼类。为了帮助保持鱼的形状，将一个小杯子或类似倒置在蒸盘中，并将鱼肚朝下放在杯子上。
- 您可以使用任何鱼类边角料，如鱼头、鱼骨、鱼尾等，烹饪**鱼汤**。将鱼类边角料与一些混合蔬菜放在一起，放入不带孔蒸盘中，加入冷水。以 100°C 烹饪 60 到 90 分钟。烹饪程序时间越长，汤味越浓。
- 使用 **au bleu** 准备鱼类是一种加醋在水中烹饪鱼类的方式，根据菜谱，醋的分量也不同。注意切勿破坏鱼的表皮。这种方式适用于烹饪鲤鱼、鳟鱼、丁鲷、鳊鱼和三文鱼。

设置

自动程序  | 鱼类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：见表格

烹饪持续时间：见表格

蒸汽烹饪

鱼	🌡️ [°C]	🕒 [分钟]
鳗鲡	100	5–7
鲈鱼排	100	8–10
海鲷鱼排	85	3
鳟鱼, 250 克	90	10–13
比目鱼排	85	4–6
鳕鱼排	100	6
鲤鱼, 1.5 公斤	100	18–25
三文鱼排	100	6–8
三文鱼排	100	8–10
鲑鳟鱼	90	14–17
巴沙鱼排	85	3
玫瑰鱼排	100	6–8
黑线鳕鱼排	100	4–6
鲾鱼排	85	4–5
安康鱼排	85	8–10
鳎目鱼排	85	3
大菱鲆鱼排	85	5–8
金枪鱼排	85	5–10
暗斑梭鲈鱼排	85	4

🌡️ 温度 🕒 持续时间

肉

新鲜

用通常的方法准备肉。

冷冻食物

在将肉类放入蒸炉中烹饪之前，应将其完全解冻（参见“蒸汽解冻”）。

准备

对于在煮熟前需要烧焦的肉，例如炖肉，先在炉子上的平底锅里烤肉。

持续时间

烹饪程序时间取决于肉类的厚度和肉质，不取决于重量。肉越厚，所需的烹饪程序时间就越长。重 500 克、10 厘米厚的肉的烹饪时间要比重 500 克、5 厘米厚的鱼肉的烹饪时间更长。

提示

- 为保留风味，应使用带孔蒸盘。将带孔蒸盘放在下面，以便收集浓缩物。您可以使用浓缩物强化您的酱汁，或冷冻以备后续使用。
- 滚煮家禽、背部或上肋和肉骨可以用于烹制肉汤。将肉类与骨头和一些混合蔬菜放在一起，放入不带孔蒸盘中，加入冷水。烹饪程序时间越长，汤味越浓。

设置

自动程序  | 肉类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪持续时间：见表格

蒸汽烹饪

肉	🕒 [分钟]
牛腱肉，浸入水中	110–120
烤猪肘	135–140
鸡胸肉	8–10
肘子	105–115
上肋，浸入水中	110–120
小牛肉丝	3–4
熏火腿片	6–8
炖羊肉	12–16
肉用母鸡	60–70
火鸡肉卷	12–15
土耳其风味肉片	4–6
短肋，浸入水中	130–140
菜炖牛肉	105–115
全鸡，浸入水中	80–90
牛上股肉	110–120

🕒 烹饪程序时间

稻米类

烹饪时，米会膨胀，需要在液体中烹饪。米与液体的比例根据米的种类而不同。

米在烹饪过程中吸收全部液体，因此，营养物质均无流失。

烹饪容器

使用实底蒸盘。此外，也可以在烤架上适当的不锈钢碗内烹煮少量的米（最多一杯，大约 50–150 克）。

准备

烹饪前将米冲洗干净。如果在蒸盘中洗米，则事后要小心地把水倒掉。

提示：可以借助天平或杯法来确定所需的液体容量。

使用量杯取米，在杯中装入所需数量的米，然后将米倒入蒸盘中。然后用量杯测量所需的液体容量（参见图表），并将其加入米中。

确保米均匀地分布在蒸盘中。

设置

自动程序  | 稻米类 | ... | 蒸汽烹调
或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪持续时间：见表格

		 [分钟]
长粒米		
印度香米	1 : 1.5	15
蒸谷米	1 : 1.5	23–25
糙米	1 : 1.5	26–29
菰米	1 : 1.5	26–29
粳米		
短米	1 : 2.5	30
意大利烩饭	1 : 2.5	18–19

 :  米和水的比例， 烹饪持续时间

蒸汽烹饪

谷物

烹饪时，谷物会膨胀，需要在液体中烹饪。谷物与液体的比例因谷物的种类而不同。

谷物可以整粒进行烹饪，也可以碾碎烹饪。

设置

自动程序  | 谷物类 | ... |

或者

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：见表格

	比例 谷物：液体	 [分钟]
子粒苋	1 : 1.5	15–17
碎小麦	1 : 1.5	9
绿色斯佩尔特麦，整粒	1 : 1	18–20
绿色斯佩尔特麦，碎粒	1 : 1	7
燕麦，整粒	1 : 1	18
燕麦，碎粒	1 : 1	7
小米	1 : 1.5	10
玉米糊	1 : 3	10
藜麦	1 : 1.5	15
黑麦，整粒	1 : 1	35
黑麦，碎粒	1 : 1	10
小麦，整粒	1 : 1	30
小麦，碎粒	1 : 1	8

 持续时间

意大利面

干意大利面

烹饪时，干意大利面会膨胀，需要在液体中烹饪。液体必须浸没意大利面。使用热液体会呈现更好的烹饪效果。
将制造商规定的烹饪时间增加约 1/3。

新鲜食物

新鲜的意大利面，例如您可以从超市冷藏柜台购买的那种，不需要吸收水分。将新鲜的意大利面装在涂有油脂的带孔容器中。
分离任何粘在一起的意大利面，并把它们分散在蒸盘中。

设置

自动程序  | 意大利面食 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：见表格

新鲜	 [分钟]
意式土豆球	2
德式面点	1
意大利方形饺	2
德式鸡蛋面疙瘩	1
意大利馄饨	2
干意大利面， 浸入水中	
意大利扁面条	14
意式细面条	8

 持续时间

蒸汽烹饪

面团类

已经制备好的袋装加热型面团类食物需要浸没在水中，否则，它们可能会分离。这是因为，尽管他们已经事先浸泡在水中，它们不会吸收足够的水分。

将面团类食物装在涂有油脂的带孔容器中烹饪。

设置

自动程序  | 意大利面食 | ... |

或者

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：见表格

	 [分钟]
甜汤团	30
发面奶球	20
袋装加热型土豆球	20
袋装加热型面包球	18–20

持续时间

干豆类

烹饪前将豆类在冷水中浸泡至少 10 小时。浸泡让豆类更容易烹饪，并缩短所需的烹饪程序时间。浸泡的豆类必须在烹饪期间浸入水中。

小扁豆不需要在烹饪前浸泡。

对于未浸泡过的豆类，根据种类，必须有一定的豆类和液体比例。

设置

自动程序  | 豆类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：见表格

已浸泡过的	
	 [分钟]
豆子	
芸豆	55–65
红小豆	20–25
黑豆	55–60
斑豆	55–65
菜豆	34–36
豌豆	
黄豌豆	40–50
青豌豆	27

 持续时间

蒸汽烹饪

未浸泡过的		
	比例 豆类：液体	🕒 [分钟]
豆子		
芸豆	1 : 3	130–140
红小豆	1 : 3	95–105
黑豆	1 : 3	100–120
斑豆	1 : 3	115–135
菜豆	1 : 3	80–90
小扁豆		
棕色扁豆	1 : 2	13–14
红扁豆	1 : 2	7
豌豆		
黄豌豆	1 : 3	110–130
青豌豆	1 : 3	60–70

🕒 持续时间

鸡蛋

使用多孔蒸盘煮蛋。
鸡蛋在烹饪前不需要穿孔，因为它们在加热阶段逐渐加热，因此在用蒸汽煮熟时不会爆裂。
当使用实底蒸盘烹饪鸡蛋菜肴（如炒鸡蛋）时，记得先涂上油脂。

设置

自动程序  | 鸡蛋 | ... |
或者
程序选择  | 蒸汽烹调 
温度：100°C
烹饪程序时间：见表格

	🕒[分钟]
小 软 适中 硬	3 5 9
中等 软 适中 硬	4 6 10
大 软 适中 硬	5 6-7 12
超大 软 适中 硬	6 8 13

🕒持续时间

蒸汽烹饪

水果类

将水果倒入不带孔蒸盘中，以免果汁流失。如果您想要在带孔蒸盘中烹饪水果，请在蒸盘下放置一个不带孔蒸盘，收集果汁。

提示: 您可以使用不带孔蒸盘中收集到的果汁，制作水果馅饼的浇汁。

设置

自动程序  | 水果类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：见表格

	 [分钟]
苹果块	1–3
梨块	1–3
樱桃	2–4
布拉斯李	1–2
油桃/桃块	1–2
李子	1–3
温梓，切丁	6–8
大黄茎块	1–2
醋栗	2–3

 烹饪程序时间

香肠类

设置

自动程序  | 香肠类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：90°C

烹饪程序时间：见表格

香肠	 [分钟]
法兰克福香肠	6–8
博洛尼亚香肠	6–8
牛仔肠	6–8

 持续时间

贝类

准备

使用蒸汽烹饪前，解冻冷冻的贝类。
去壳，取出并扔掉内脏，然后洗净贝类。

蒸盘

如果使用带孔容器烹饪，首先要在容器中涂上油脂。

持续时间

贝类烹饪时间越长，其肉质越硬。使用表中给出的烹饪程序时间。
在酱料或汤料中烹饪贝类时，我们建议您增加几分钟的烹饪时间。

设置

自动程序  | 硬壳海鲜类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：见表格

烹饪程序时间：见表格

	 [°C]	 [分钟]
虾	90	3
对虾	90	3
大对虾	90	4
小虾	90	3
龙虾	95	10–15
大虾	90	3

 温度  持续时间

蒸汽烹饪

贻贝

新鲜食物



破坏了贻贝有食物中毒危险。
破坏了贻贝可能导致食物中毒危险。
只能烹饪闭合的贻贝。
不要使用烹饪后贝壳不打开的贻贝。

在烹饪前在水中浸泡几个小时的新鲜贝类，以冲洗掉任何沙。然后彻底刷洗清洁贻贝。

冷冻食物

烹饪前解冻冷冻的贻贝。

持续时间

贻贝烹饪时间越长，其肉质越硬。使用表中给出的烹饪程序时间。

设置

自动程序  | 蚌类 | ... |

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：见表格

烹饪程序时间：见表格

	 [°C]	 [分钟]
藤壶	100	2
海扇	100	2
贻贝	90	12
扇贝	90	5
蛏子	100	2–4
贵妃蚌	90	4

 温度  持续时间

饭菜烹饪（烹饪一餐的全部饭菜）— 手动

使用手动饭菜烹饪功能烹饪餐食之前，请关闭蒸汽减少功能（参见“设置—蒸汽减少功能”）。

烹饪饭菜时，您可以将烹饪持续时间不同的食物结合，如鱼排配米饭和西兰花。在不同的时间将食物放入内腔中，以便每种食物同时准备好。

搁架层

将产生大量液体（如鱼）或具有独特颜色（如甜菜根）的食物放在玻璃托盘或冷凝器托盘正上方（取决于型号）。这将避免串味或串色到其他食物上，也防止液体滴落到其下方的食物上。

温度

准备一餐的全部饭菜时应在 100°C 的温度下烹饪，因为这是烹饪大多数食物所需的温度。

当不同类型的食物需要不同的温度时，不要在最低温度下烹饪一餐的全部饭菜，例如，85°C 烹饪海鲷，100°C 烹饪马铃薯。

例如，如果某种食物的建议温度是 85°C，那么请尝试在 100°C 下烹饪并测试烹饪结果。一些肉质细腻鱼类结构柔软，例如鲷目鱼和鲈鱼，它们在 100°C 下烹饪时肉质会变得非常紧实。

持续时间

如果您提高建议温度，则需缩短烹饪程序时间约 $\frac{1}{3}$ 。

示例

食物烹饪持续时间

（参见“蒸汽烹饪”中的烹饪表格）

蒸谷米	24 分钟
玫瑰鱼排	6 分钟
西兰花	4 分钟

设定的烹饪持续时间计算：

24 分钟减去 6 分钟 = 18 分钟（第 1 个烹饪持续时间：米饭）

6 分钟减去 4 分钟 = 2 分钟（第 2 个烹饪持续时间：玫瑰鱼排）

剩余时间 = 4 分钟（第 3 个烹饪持续时间：西兰花）

烹饪持续时间	24 分钟 – 米饭		
		6 分钟 – 鱼排	
			4 分钟 – 西兰花
设置	18 分钟	2 分钟	4 分钟

烹饪一餐的全部饭菜

- 首先将米放入蒸炉内腔中。
- 设置第一烹饪程序时间：18 分钟。
- 18 分钟后，将鱼放入电器中。
- 设置第二烹饪程序时间：2 分钟。
- 2 分钟后，将西兰花放入电器中。
- 设置第三烹饪程序时间：4 分钟。

真空低温烹饪

通过使用这种温和的烹饪方法，可在恒定的低温下缓慢烹饪真空包装的食物。

在真空烹饪时，烹饪过程中无水分蒸发，所有营养成分和美妙的滋味皆得以保留。

烹饪后的食物散发着浓醇滋味，烹煮均匀。

请选择新鲜、状况良好的食物。
保证卫生条件，并保证食物离开冰箱的时间不长，如在运输过程中。

仅使用热稳定、耐烹煮的真空密封袋。
不要烹饪原包装中的食物，例如真空冷冻食品，因为所用的真空密封袋可能不合适。
不要重复使用真空密封袋。

只能在腔式真空密封机中真空密封食物。

重要使用说明

为达到理想烹饪效果，请遵循以下说明：

- 与传统烹饪方法相比，使用香草和香料要少一些，因为对食物味道的影响会更大。
您也可以不使用调味料烹饪，在烹饪后添加调味料。
- 加入盐、糖和各种液体调味料后，烹饪持续时间会缩短。
- 如果添加酸味原料，如柠檬或醋，食物会变得更加紧实。
- 不要使用酒精或大蒜，因为会产生难闻的味道。
- 仅使用适合食物大小的真空密封袋。如果真空袋过大，会留存过量空气。
- 如果您想要在一个真空密封袋中烹饪多种食物，要将它们并排放入袋中。
- 如果您想要一次性烹饪多个真空密封袋中的食物，要将袋子并排放在支架上。

- 烹饪持续时间取决于食物的厚度。
- 烹饪程序运行期间，保持机门关闭。打开机门会延长烹饪持续时间，可能会改变烹饪效果。
- 不能始终完全效仿低温慢煮菜谱的温度和烹饪持续时间。改变设置，以达到您想要的烹饪程度。
- 在较低温度和较长持续时间下烹饪会导致蒸炉内腔中的残留水增加。这不会影响烹饪效果。
- 高温和/或较长的烹饪持续时间会让电器运行时水量不足。请经常查看显示屏。

提示

- 为减少烹饪时间，您可以在烹饪过程前1-2天真空密封食物。将真空密封的食物保存在不超过5℃的冰箱中。为保存食物品质和风味，应在不晚于2天内烹饪食物。
- 在真空密封前冷冻液体（如腌泡汁），防止流出真空密封袋。
- 装食物时将真空密封袋的边缘向外折。以获得干净、出色的封边。
- 如果您不想在烹饪后立刻吃掉食物，请立即将其放入冰水中，让其完全冷却。之后，将食物保存在不超过5℃的环境中。这样做，您可以保存食物的品质和风味，同时延长保鲜。
例外：禽类必须在烹饪过程结束后立即食用。
- 烹饪后，将真空密封袋的每一边都切下，以便更容易拿到食物。
- 食用前短暂煎烤肉类和肉质紧实的鱼类（如三文鱼）。这样有助于获得烤香气味。
- 使用汤汁或蔬菜腌泡汁、鱼类或肉类制作酱汁。
- 把食物放在预加热的盘子中。

使用 Sous-vide 功能

- 使用冷水冲洗食物并沥干。
- 将食物放入真空密封袋中，按照意愿加入香料或液体。
- 在腔系统真空密封机中真空密封食物。
- 将玻璃托盘放在第 1 层搁架上。
- 为达到最佳烹饪效果，将烤架放在第 2 层搁架上。
- 将真空密封的食物放在烤架上（如有多袋食物，则并排摆放）。
- 选择 程序选择 .
- 选择 Sous-vide .
- 如有必要，更改建议温度。
- 按确定进行确认。
- 根据需要进行进一步设置（见“操作”）。

烹饪效果不佳的可能原因

袋子打开了：

- 密封口不干净，或者密封不严，密封口打开。
- 袋子被尖锐骨头刺破。

食物有异味或怪味：

- 食物储存不正确；食物在冰箱外放置时间过长。
- 食物在真空密封前被细菌污染。
- 添加的原料（如调味料）过多。
- 袋子或密封顺序不当。
- 真空性不足。
- 烹饪后，未立即食用食物或冷却食物。

真空低温烹饪

表中给出的烹饪持续时间仅供参考。我们建议您首先选择较短的持续时间。如有必要，可再继续蒸煮。仅在达到设定的温度后才开始烹饪计时。

食物	提前添加		🌡️ [°C]	⌚ [分钟]
	糖	盐		
鱼				
大西洋鳕鱼排，2.5 厘米厚		x	54	35
三文鱼排，2–3 厘米厚		x	52	30
安康鱼排		x	62	18
梭鲈鱼排，2 厘米厚		x	55	30
蔬菜				
花椰菜花部，中到大		x	85	40
北海道南瓜，切片		x	85	15
甘蓝，切片		x	85	30
白芦笋，整个	x	x	85	22–27
甘薯，切片		x	85	18
水果				
菠萝，切片	x		85	75
苹果，切片	x		80	20
小香蕉，整个			62	10
桃子，对半切开	x		62	25–30
大黄茎块			75	13
李子，对半切开	x		70	10–12
其他				
浸泡的白豆（豆与水的比例为 1:2）		x	90	240
对虾，去皮、去虾线		x	56	19–21
鸡蛋，整个			65–66	60
扇贝，去壳			52	25
青葱，整根	x	x	85	45–60

🌡️ 温度 ⌚ 持续时间

食物	提前添加		🌡️[°C]		🕒[分钟]
	糖	盐	半熟*	全熟*	
肉类					
鸭胸，整个		x	66	72	35
羊脊			58	62	50
牛柳排，4 厘米厚			56	61	120
牛霖排，2.5 厘米厚			56	—	120
猪里脊肉，整块		x	63	67	60

🌡️ 温度 🕒 持续时间

* 烹饪程度

“全熟”需要使用高于“半熟”的核心温度，但结果与传统意义上的全熟不同。

真空低温烹饪

翻热

只可带酱汁一同重新加热十字花科类蔬菜，如甘蓝和花椰菜。如果没有酱汁，可能会产生难闻的卷心菜味，色泽也会变成灰褐色。

烹饪时间短或在重新加热期间会继续烹饪的食物，例如鱼，不适合重新加热。

准备

烹饪后，将煮熟的食物放入冰水中约 1 分钟。快速冷却可防止食物继续烹饪，这有助于保持最佳的烹饪条件。然后，将食物储存在冰箱中，最高温度 5°C。

请注意，食物保存的时间越长，它的质量就会越差。
我们建议您在重新加热前，不要将食物放在冰箱中保存超过 5 天。

设置

程序选择 ☐ | Sous-vide 

温度：见表格

程序时间：见表格

使用Sous-vide功能翻热

图表中所示的持续时间仅供参考。如必要，请延长持续时间。仅在达到设定的温度后才开始烹饪计时。

食物	🔥 [°C]		🕒 ² [分钟]
	半熟 ¹	全熟 ¹	
肉类			
羊脊	58	62	30
牛柳排, 4 厘米厚	56	61	30
牛霖排, 2.5 厘米厚	56	—	30
猪里脊肉, 整块	63	67	30
蔬菜			
花椰菜花部, 中到大 ³	85		15
甘蓝, 切片 ³	85		10
水果			
菠萝, 切片	85		10
其他			
浸泡的白豆 (豆与水的比例为 1:2)	90		10
青葱, 整根	85		10

🔥 温度，⌚ 时间

¹ 生熟度

“全熟”需要使用高于“半熟”的核心温度，但结果与传统意义上的全熟不同。

² 持续时间适用于初始温度约为 5 °C（冷藏温度）的真空密封食物。

³ 仅带酱汁翻热。

特殊应用

蒸汽翻热

如需重新加热使用低温慢煮功能烹饪出的食物，使用 Sous-vide  功能（见“低温慢煮-重新加热”）。

蒸炉能够非常有效地轻轻地翻热食物，无需干燥或进一步烹饪。食物将均匀翻热，翻热过程中无需搅动食物。

您可以重新加热以前准备的个别菜肴或镀食（如肉类、蔬菜和马铃薯）。

餐具

少量的食物可以放在盘子里加热。较大的量应在蒸盘中加热。

时间

盘子或容器的数量与时间无关。

表中列出的时间与每个板的平均部分有关。对于大量食物，增加烹饪程序时间。

提示

- 不要翻热大块食物（如整块有骨烤肉）。将其分成小块，作为盘装菜肴翻热。
- 紧实的食物，如酿柿子椒、肉卷或面团类食物，应该对半切开。
- 单独翻热酱汁。菜炖牛肉是个例外，这道菜在酱汁中烹饪。
- 翻热食物时要盖上食物，以防蒸汽冷凝水聚集在餐具上。
- 请注意，裹有面包粉的食物，例如炸肉排，在反热的食物不能够保留酥脆感。

加热食物

- 用耐热达 100°C 和蒸汽的盘子或箔覆盖正在加热的食物。
- 将食物放在烤架或蒸盘中。

设置

特殊程序  | 翻热 | 蒸汽烹调

或
程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

持续时间：见表格

图表中所示的持续时间仅供参考。我们建议您首先选择较短的持续时间。如必要，请延长持续时间。

食物	⌚* [分钟]
蔬菜	
胡萝卜 花椰菜 球茎甘蓝 菜豆	6–7
配菜	
意大利面 米饭	3–4
土豆，纵向对半切开	12–14
面团类	15–17
肉类和家禽	
切条肉，1.5 厘米厚 肉卷，切条 菜炖牛肉 炖羊肉	5–6
肉丸	13–15
鸡肉片 土耳其风味肉片	7–8
鱼	
鱼肉片，2 厘米厚	6–7
鱼肉片，3 厘米厚	7–8
盘装菜肴	
意式细面条配番茄酱	13–15
烤猪肉、马铃薯、蔬菜	12–14
酿柿子椒（对半切开），米饭	13–15
原汁煨鸡块、米饭	7–8
蔬菜汤	2–3
奶油汤	3–4
法式清汤	2–3
炖菜	4–5

⌚持续时间

* 上述时间适用于在餐盘中加热的食物和盖上盘子的食物。

特殊应用

蒸汽解冻

在蒸炉中解冻食物要比在室温下更快。

 有被细菌感染的风险。
沙门氏菌等细菌可导致危及生命的食物中毒。
解冻鱼和肉类时，特别是解冻家禽时，尤其要遵守食品卫生规则。
请勿使用解冻过程中产生的液体。
食物解冻后立即根据需要进行处理。

温度

60°C 是合适的解冻温度。

例外：解冻肉馅和野味肉馅的温度为 50°C

解冻前后

解冻前去除包装。

例外：面包、饼干和糕点要留在包装中，否则他们将吸收水分，变得松软。

解冻后，让食物在室温下静置几分钟。静置时间很重要，让热量从食物外部均匀分布到内部。

蒸盘

解冻会滴落液体的食物（如家禽）时，请使用带玻璃或冷凝水托盘的带孔容器。这样，食物不会泡在解冻的液体内。

不滴落液体的食物可以在不带孔蒸盘中解冻。

提示

- 例如，鱼在烹饪前不需要完全解冻。解冻，以便表面充分融化，可以吸收香草和调味品。根据鱼肉厚度，2–5 分钟通常足够了。
- 解冻冷冻在一起的食物（如浆果和肉类部分）时，在解冻时间过半时将其分开。
- 不要在食物融化后重新将食物冻起来。
- 按照包装上的说明解冻冷冻的预烹饪菜肴。

设置

特殊程序  | 解冻 | 蒸汽烹调
或
程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：见表格

解冻持续时间：见表格

静置时间：见表格

图表中所示的持续时间仅供参考。我们建议首先选择较短的解冻时间。如有必要，您可以增加解冻时间。

冷冻食物	数量	🌡️ [°C]	🕒 [分钟]	⌚ [分钟]
乳制品				
切片的奶酪	125 克	60	15	10
夸克干酪	250 克	60	20–25	10–15
奶油	250 克	60	20–25	10–15
软奶酪	100 克	60	15	10–15
水果				
苹果酱	250 克	60	20–25	10–15
苹果块	250 克	60	20–25	10–15
杏子	500 克	60	25–28	15–20
草莓	300 克	60	8–10	10–12
覆盆子/红醋栗	300 克	60	8	10–12
樱桃	150 克	60	15	10–15
桃子	500 克	60	25–28	15–20
李子	250 克	60	20–25	10–15
醋栗	250 克	60	20–22	10–15
蔬菜				
冷冻成块	300 克	60	20–25	10–15
鱼				
鱼排	400 克	60	15	10–15
鳟鱼	500 克	60	15–18	10–15
龙虾	300 克	60	25–30	10–15
小虾	300 克	60	4–6	5
即食食品				
肉、蔬菜、配菜/炖菜/汤	480 克	60	20–25	10–15
肉				
烤肉，切片	每片 125–150 克	60	8–10	15–20

特殊应用

冷冻食物	数量	🌡️ [°C]	🕒 [分钟]	⌚ [分钟]
肉糜	250 克	50	15–20	10–15
	500 克	50	20–30	10–15
菜炖牛肉	500 克	60	30–40	10–15
	1000 克	60	50–60	10–15
肝脏	250 克	60	20–25	10–15
野兔脊	500 克	50	30–40	10–15
鹿脊	1000 克	50	40–50	10–15
厚肉片/排骨/香肠	800 克	60	25–35	15–20
家禽				
鸡肉	1000 克	60	40	15–20
鸡大腿	150 克	60	20–25	10–15
鸡肉片	500 克	60	25–30	10–15
火鸡腿	500 克	60	40–45	10–15
烘焙食品				
松饼/酵母面团糕点	—	60	10–12	10–15
混合奶油糕点/饼干	400 克	60	15	10–15
面包/面包圈				
小餐包	—	60	30	2
黑麦面包, 切片	250 克	60	40	15
全麦面包, 切片	250 克	60	65	15
白面包, 切片	150 克	60	30	20

🌡️ 温度 🕒 解冻温度 ⌚ 静置时间

热烫

冷冻蔬菜前，将其热烫。当农产品被冷冻时，热烫有助于保持其质量。

热烫蔬菜也有助于保存其原始色泽。

- 将制备的蔬菜放入带孔蒸盘中。
- 热烫后，立即将蔬菜放入冰水中，使其快速冷却。充分沥干。

设置

特殊程序  | 焯水

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

焯烫时间：1 分钟

装瓶

仅选择新鲜、无瑕疵、状况良好的农产品装瓶。

玻璃罐子

使用干净的玻璃罐子和配件，检查是否有瑕疵。带扭盖或玻璃盖与橡胶密封的玻璃罐是合适的。

确保所有罐子的尺寸相同，从而实现均匀装瓶。

在将瓶装产品装满罐子后，用清洁布和热水擦洗玻璃边缘，然后将罐子密封。

水果

仔细整理水果，简单但彻底地冲洗，然后沥干。清洁软果时要非常小心，因为它非常细腻，容易挤压。

去除任何果皮、茎、籽或硬核。大型水果切块。例如，将苹果切块。

如果您将带硬核的水果装瓶而不去除硬核，可将水果用叉子或木杆扎几下，否则可能会爆裂。

蔬菜

将蔬菜洗净并切碎。

蔬菜在装瓶前应先进行热烫，以保持色泽不变（见“特殊应用”-“热烫”）。

装罐

向玻璃罐内加入农产品，不要超过壶口下 3 厘米处。不要挤压，因为这样会破坏农产品的细胞壁。用布轻轻敲击罐体，可使内容物的分布更加均匀。向罐中注入液体。农产品必须完全浸没。

水果用糖溶液，蔬菜用盐或醋溶液。

提示

- 关闭后，将罐子留在蒸炉中 30 分钟，以利用余热。
- 然后，使用抹布盖住罐子，冷却大约 24 小时。

瓶装食物

- 将烤架放在搁架第 1 层。
- 将罐子放在烤架上。罐子之间必须留有空隙。

设置

特殊程序  | 装瓶烹调

或

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：见表格

装瓶持续时间：见表格

特殊应用

要装瓶的食物	🌡️ [°C]	🕒* [分钟]
浆果		
红醋栗	80	50
醋栗	80	55
蔓越莓	80	55
带硬核的水果		
樱桃	85	55
布拉斯李	85	55
李子	85	55
桃子	85	55
青李子	85	55
带籽的水果		
苹果	90	50
苹果酱	90	65
温梓	90	65
蔬菜		
豆子	100	120
蚕豆	100	120
腌黄瓜	90	55
甜菜根	100	60

🌡️ 温度🕒 持续时间

* 装瓶次数适用于 1.0 升罐。如果使用 0.5 升罐，则将持续时间缩短 15 分钟。如果使用 0.25 升罐，则将持续时间缩短 20 分钟。

发酵面团

- 按照菜谱准备面团。
- 将面团放入碗中，不盖盖子，置于烤架上。

设置

特殊程序  | 发酵面团

持续时间：根据食谱说明

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：40°C

持续时间：根据食谱说明

物品消毒

蒸炉可用于消毒婴儿奶瓶和其他容器，以便在程序结束时，它们像煮沸时一样无细菌。事先检查制造商是否说明所有部件、奶嘴等耐热至 100°C，以及它们能否承受热蒸汽。

拆卸、清洁和彻底冲洗婴儿奶瓶。瓶子的所有部件在重新组装之前必须完全干燥，以保持无细菌。

- 将单个食物放在烤架上或带孔容器中（两侧或开口朝下），确保它们不相互接触，以便热蒸汽从各个方向接触到食物。

设置

特殊程序  | 餐具消毒

持续时间：1 分钟到 10 小时

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：100°C

持续时间：15 分钟

菜单式烹调 – 自动

自动烹饪菜单时，您可以在一个菜单中结合 3 种不同食物，例如，鱼排配米饭和蔬菜。

使用菜单烹饪，在不同时间将食物放在蒸炉内腔中，以便每种食物同时准备好。

您可以按任意顺序选择食物，因为蒸炉会根据烹饪持续时间对食物进行排序，并指示每种食物需要何时放入蒸炉中。

结束于 和 开始于 功能在菜单烹饪中不可用。

使用 菜单式烹调 特殊应用

- 选择 特殊程序  | 菜单式烹调。

- 选择您想要的食物。

根据所选择的食物类型，系统会询问您食物的大小、重量以及烹饪程度。

- 选择所需的值，并按 OK 确认。

- 选择 放入食物。

- 选择您下一个要烹饪的食物，并按照与第一个食物相同的方式烹饪。

- 根据需要，可为第三种食物重复流程。

在确认 开始 菜单式烹调 后，系统将提示您将烹饪持续时间最长的食物放入电器中。

- 当使用多孔容器烹饪会产生大量汁液或具有独特颜色的食物时，请务必将它们放在玻璃托盘上。这样可以避免串味或串色到其他食物上，也可以防止汁液滴落到其下方的食物上。

在加热阶段结束时，蒸炉将指示何时必须放入下一个食物。到达这一时间后，蜂鸣器将会响起。

如果有第三种食物，则可重复执行此程序。

您还可以一起烹饪未在显示屏上列出的食物类型，以制作一餐的全部饭菜。请参阅“蒸汽烹饪 – 菜单烹饪（烹饪全餐） – 手动”了解更多说明。

特殊应用

加热潮湿的法兰绒毛巾

- 浸湿法兰绒毛巾，然后卷起。
- 将它们并排放入带孔蒸盘中。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 加热湿毛巾

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：70°C

烹饪程序时间：2 分钟

溶解食用明胶

- 将明胶放入冷水中 5 分钟，软化**明胶片**。明胶片必须充分浸没在水中。从碗中取出明胶片，挤出。清空碗。将挤出的明胶片放回碗中。
- 将**明胶粉**放入碗中，按照包装上的说明加水。
- 盖上碗盖，放在烤架上。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 溶解明胶

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：90°C

烹饪程序时间：1 分钟

蜂蜜去结晶

- 拧松盖子，并将蜂蜜罐放入带孔烹饪容器中。
- 在烹饪过程中搅拌一次蜂蜜。

在 60°C 的温度下液化（除晶）蜂蜜时，主要目的是为了再次达到可涂抹的粘稠度。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 蜂蜜除晶

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：60°C

持续时间：90 分钟（无论罐子大小或罐子里的蜂蜜量）

融化巧克力

您可以使用蒸炉融化任何种类的巧克力。

使用糕点盖时，将其放入带孔蒸盘中，将其留在包装中。

- 将巧克力分成小块。
- 将稍大量的巧克力放在不带孔蒸盘中，稍小量放在杯中或碗中。
- 用耐热达 100°C 和热蒸汽的盘子或箔覆盖容器或盘子。
- 烹饪图中搅拌稍大量的巧克力一次。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 融化巧克力

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度：65°C

烹饪程序时间：20 分钟

制作酸奶

要制作酸奶，您需要新鲜活酸奶或酸奶培养菌，可以从健康食品商店获得。

使用带活菌且不含添加剂的天然酸奶。酸奶不适宜加热。

酸奶必须新鲜（储存时间较短）。

您可以使用未冷藏的保久奶，或者新鲜牛奶。

保久奶可以按原样使用—无需进一步制备。新鲜牛奶必须首先加热至 90°C（不要煮沸），然后冷却至 35°C。新鲜牛奶比保久奶的凝固情况更好。

酸奶和牛奶的脂肪百分比应该相同。

在酸奶变稠的过程中，不要移动或摇晃罐子。

制备结束后，立刻将酸奶放入冰箱冷藏。

自制酸奶的凝固情况取决于稠度、脂肪含量和初始酸奶中使用的培养菌。不是所有酸奶都适合作为初始酸奶的。

提示: 在使用酸奶酶时, 酸奶可以通过牛奶/奶油混合物制成。将 $\frac{3}{4}$ 升牛奶和 $\frac{1}{4}$ 升奶油混合。

- 按照包装上的说明, 将 100 克酸奶与 1 升牛奶混合, 或将混合与酸奶酶混合。
- 将混合物倒入罐中并密封。
- 将密封罐放入带孔容器中, 确保罐子间留有空隙。
- 制成酸奶后, 立即将罐子放入冰箱, 注意避免不必要的摇晃。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 制作酸奶

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度: 40°C

程序时间: 5:00 小时

烹饪效果不佳的可能原因

酸奶没有凝固:

初始酸奶储存不当, 从冰箱中取出时间过长, 例如: 在运输中、包装破损、牛奶未充分加热。

液体分离:

罐子被移动过, 酸奶没有足够快速冷却。

酸奶呈砂状:

牛奶加热过度, 或牛奶质量不佳, 牛奶和初始酸奶未均匀搅拌。

烹饪烟熏肉

烟熏肉未变成褐色。

- 将烟熏肉 (切丁或切薄片) 放入不带孔蒸盘中。
- 用耐热达 100°C 和耐蒸汽的箔覆盖容器。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 油脂析出

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度: 100°C

烹饪程序时间: 4 分钟

蒸洋葱

出水是指用洋葱汁烹饪洋葱, 如有必要, 加入一点油脂。

- 将洋葱切成小块, 放入不带孔蒸盘中, 加一点黄油。
- 用耐热达 100°C 和耐蒸汽的箔覆盖容器。

设置

自动程序  | 特殊程序 | 蒸洋葱

或者

程序选择  | 蒸汽烹调 

温度: 100°C

烹饪持续时间: 4 分钟

用蒸汽榨出汁

该电器是从软水果、紧实水果和硬水果中榨取果汁的理想器具。

最好用熟透的水果, 因为水果越成熟, 榨出的果汁量越多。同时, 熟透的水果也具有更浓郁的味道。

准备

将水果分类并清洗干净。切掉任何瑕疵。

去掉葡萄和欧洲黑樱桃的梗, 因为梗较苦。无需取下浆果的梗。

将大型水果, 例如苹果, 切成大约 2 厘米长的块。水果越硬, 切块应越小。

特殊应用

提示

- 可以尝试使用淡味或者酸味水果。
- 加糖可增加果汁量，并提味。榨汁前，可在水果上撒糖，静置数小时，以待吸收。1 公斤甜水果要加 50–100 克糖，1 公斤酸水果要加 100–150 克糖。
- 若您想将果汁装瓶保存而非立即饮用，可趁热将果汁倒入经高温消毒的瓶中，然后立即用已消毒的盖子封住。

从水果中榨汁

- 将制备的水果放入带孔蒸盘中。
- 将一个不带孔蒸盘或者玻璃托盘或冷凝盘（根据型号）放置于下方，接住果汁。

设置

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：100°C

程序时间：40–70 分钟

蔬菜和水果去皮

- 在番茄和油桃等水果顶部且一个十字。这将会让去皮更加容易。
- 将水果/蔬菜放入带孔蒸盘中。
- 如要热烫杏仁，必须在将它们从蒸炉中取出后立刻放入冷水中，否则不能够去除果皮。

设置

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：100°C

程序时间：见表格

食物	🕒 [分钟]
杏子	1
杏仁	1
油桃	1
甜椒	4
桃子	1
番茄	1

🕒 持续时间

保存苹果

未经处理的苹果可以延长储存期。对苹果进行蒸汽处理可以减少腐烂的情况。在经过处理后，苹果在储存于干燥阴凉通风处可保存 5 到 6 个月。这种方法仅适用于苹果，不适用于其他水果。

设置

自动程序  | 水果类 | 苹果 | 整个或者

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：50°C

保存时间：5 分钟

制作蛋花

- 将 6 枚鸡蛋和 375 毫升牛奶混匀（不要搅打出泡沫）。
- 对蛋奶混合物进行调味，然后倒入不带孔蒸盘中，加一点黄油。

设置

程序选择 ☐ | 蒸汽烹调 

温度：100°C

烹饪程序时间：4 分钟

您可以使用快速烹调  功能，通过蒸汽和微波配合，解冻、翻热和烹饪食物。在加热阶段，蒸炉内腔首先利用纯蒸汽能量加热至设定温度。在达到设定温度后，便会开启微波，从而使蒸汽发生器和磁控管在整个烹饪阶段处于开启状态。和仅使用蒸汽烹饪一样，只有在达到设定的温度后，才会开始烹饪计时。

快速烹调  组合式功能具有众多优势，包括如下：

- 烹饪程序时间更短，因为比单独使用蒸汽功能的烹饪方式更快
- 由于仅使用微波能量，食物不会过度烹饪或烧干
- 食物可以通过单一过程被解冻和翻热
- 在这一烹饪程序中，无需搅动食物

使用快速蒸汽烹饪功能解冻和翻热食物

	 【瓦】	 【分钟】	 【°C】	容器
翻热盘装菜肴^{1、2}				
意大利面配番茄酱，400 克 (比例 5 : 3)	300	7–8	90	深盘
土豆泥配红球甘蓝蒸肉丸，450 克	300	11	85	深盘
解冻和翻热^{1、2}				
冷冻砂锅煲/汤， 250 克	300	10–11	95	碗
冷冻砂锅煲/汤， 500 克	300	15–16	90	碗

 微波功率， 持续时间， 温度

¹不要使用盖子。

²将食物放在玻璃托盘上，放在第 1 层搁架上。

快速烹调

烹饪新马铃薯（蜡质）

- 将玻璃托盘放在第 1 层搁架上。
- 将水洗过的新土豆紧密摆放在带孔蒸盘中。

设置

自动程序  | 蔬菜类 | 土豆 | 新鲜土豆 | 硬质 | ... | 快速烹调

或者

程序选择  | 快速烹调 

微波功率/温度：80 瓦 + 100°C

烹饪程序时间：见表格

马铃薯大小	数量	 ⁴ ₁	 [分钟]
小（40–60 克）	200 克（4 个）	2	15
	600 克（12 个）	2	18
	1000 克（20 个）	2	21
中等（90–110 克）	200 克（2 个）	2	18
	600 克（6 个）	2	21
	1000 克（10 个）	2	24
大（140–160 克）	300 克（2 个）	2	22
	600 克（4 个）	2	25
	900 克（6 个）	2	29

 搁架层， 烹饪程序时间

煮饭

烹饪时，米会膨胀，需要在液体中烹饪。米与液体的比例根据米的种类而不同。
米在烹饪过程中吸收全部液体，因此，营养物质均无流失。

蒸盘

使用实底蒸盘。

准备

烹饪前将米冲洗干净。如果在蒸盘中洗米，则事后要小心地把水倒掉。

提示: 可以借助天平或杯法来确定所需的液体容量。
使用量杯取米，在杯中装入所需数量的米，然后将米倒入蒸盘中。然后用量杯测量所需的液体容量（参见图表），并将其加入米中。
确保米均匀地分布在蒸盘中。

设置

自动程序  | 稻米类 | ... | 快速烹调

或者

程序选择  | 快速烹调 

微波功率/温度：见表格

烹饪程序时间：见表格

	比例 米与水	添加	 ⁴	 [瓦]	 [分钟]	 [°C]
巴斯马蒂白香米	1:2	盐	2	300	9	100
蒸谷米	1:2	盐	2	150	17	100
短粒米	1:3	糖 ¹	2	150	21	100

搁架层，微波功率，烹饪程序时间，温度

¹烹饪过程结束后添加。

自动程序

范围广泛的自动程序让您能够轻松实现卓越的效果。

类别

Auto 自动程序分为几类，以提供更好的概览。只需为您要烹饪的食物类型选择适当的程序，然后按照显示屏上的说明进行操作即可。

使用自动程序

■ 选择 **自动程序** **Auto**。

显示屏上将显示列表。

■ 选择所需的食物类别（如 **鱼类**）。

然后将显示适用于所选类别的自动程序。

■ 选择所需的自动程序。

■ 按照显示屏上的说明操作。

提示: 用 **i** 信息 显示信息，例如，如何根据不同的烹饪程序放入或翻转食物。

使用说明

- 烹饪之后，应让蒸炉内腔再次冷却至室温，然后才能启动自动程序。
- 自动程序中指定的重量是指每一份的重量。例如，您可以仅烹饪一片重 250 克的三文鱼，或者同时烹饪十片每份重 250 克的三文鱼。
- 烹饪程度以带有七个分段的条形表示。您可以通过触摸相关区域，设定您想要的食物烹饪程度。
- 在 **稻米类** 类别下，除了长粒米和短粒米程序之外，您还可以选择 **通用**。如果您想制备在特定自动程序下无法完成的长粒米或短粒米品种，请使用该自动程序。
- 对于某些自动程序，可以使用 **开始于** 或 **结束于** 延迟开始或结束时间。
- 自动程序的各个烹饪阶段列在 **显示烹调步骤** 菜单选项下。某些自动程序也提供 **显示步骤** 菜单选项。您可以通过

此菜单选项调用所需的操作，例如将食物放入蒸炉或添加配料。在烹饪过程中，您可以通过 **i** 信息 查看操作。

- 如果您想将食物放入热的蒸炉内腔，打开机门时请小心。热蒸汽可能逸散。向后退，等待蒸汽消散。请避免接触热蒸汽，不要触碰热的蒸炉内腔壁。有灼伤和烫伤危险。
- 如果自动程序结束时食物尚未熟到完全符合您的口味，请选择 **继续烹调**。
- 自动程序也可以保存为 **用户偏好程序**。

搜索

（视语言而定）

在 **自动程序** 下方，您可以按照类别名称和自动程序进行搜索。

您可以使用全文本搜索功能，此功能也可以用于搜索部分词汇。

从主菜单中：

■ 选择 **自动程序** **Auto**。

显示屏上将显示类别列表。

■ 选择 **搜索**。

■ 使用键盘输入搜索文本，如“三文鱼”。
点击数将在页脚显示。

如果没有找到匹配项，或者如果有超过 40 个匹配项，**条结果** 字段会被停用，您将需要更改搜索文本。

■ 选择 **XX条结果**。

然后将显示找到的类别和自动程序。

■ 选择所需的自动程序，或者选择类别，再选择自动程序。

自动程序将启动。

■ 按照显示屏上的说明操作。

在 MyMiele  下，您可以保存常用应用程序。

这对自动程序而言特别有用，因为您无需浏览每级菜单才能启动程序。

提示：您也可以将在 MyMiele 中输入的菜单选项设为您的开始屏幕（参见“设置 – 开始屏幕”）。

添加条目

您可以添加多达 20 个条目。

■ 选择 MyMiele .

■ 选择 添加输入项目。

您可以从以下菜单中选择子菜单：

- 功能类别 

- 自动程序 

- 特殊程序 

- 用户偏好程序 

- 清洁维护 

■ 触摸 OK 进行确认。

选定的子选项及其符号会在列表中显示。

■ 按照所述内容继续处理更多条目。您仅可选择尚未被添加的子选项。

删除条目

■ 选择 MyMiele .

■ 触摸您想删除的条目并保持长按，直到内容菜单出现。

■ 选择 删除。

然后，条目将从列表中删除。

移动条目

■ 选择 MyMiele .

■ 触摸您想移动的条目并保持长按，直到内容菜单出现。

■ 选择 推迟。

该条目周围将出现橙色边框。

■ 移动条目。

该条目将出现在所需的位置。

用户偏好程序

您可以创建并保存最多 20 个您的个人程序。

- 您最多可以组合 9 个烹饪阶段，以对您最喜爱或最常用的食谱进行准确编程。在每个烹饪阶段，您可以选择功能、温度和烹饪程序时间等设置。
- 您可以输入食谱的程序名称。

当您再次调出并启动时，程序将自动运行。

您可以通过多种方式创建用户程序：

- 在自动程序或特殊应用结束时，将其保存为用户程序。
- 以设定的烹饪程序时间运行后，保存烹饪程序。

然后输入程序名称。

创建用户程序

- 选择 **用户偏好程序** .
- 选择 **创建程序**。

现在您可以指定第一烹饪阶段的设置。

请按照显示屏上的说明进行操作：

- 选择并确认所需的设置。

现已设定第一烹饪阶段的所有设置。

例如，如果您想在第一烹饪阶段之后添加其他烹饪功能，那么您可以添加更多的烹饪阶段。

- 如果需要其他烹饪阶段，请选择 **添加** 并进行第一烹饪阶段。

如果您想后续查看或更改设置，请触摸相关烹饪阶段。

- 设置完所有烹饪阶段后，请选择 **保存**。
- 使用键盘输入程序名称。

您可以使用「」符号为较长的程序名称添加一个换行符。

- 在您输入程序名称后，应选择 **保存**。显示屏上将显示一条消息，确认此程序名称已保存。

- 按 **确定** 进行确认。

您可以立即启动保存的程序、延迟启动或更改烹饪阶段。

启动用户程序

- 将食物放入蒸炉内腔中。
- 选择 **用户偏好程序** .
- 选择所需的程序。

根据程序设置的不同，显示屏上将显示以下菜单选项：

- **立即开始**
程序将立即启动。蒸炉加热将立即开启。
- **结束于**
指定您希望程序停止的时间。蒸炉加热将在您设定的时间自动关闭。
- **开始于**
指定您希望程序开始的时间。蒸炉加热将在您设定的时间自动开启。
- **显示烹调步骤**
显示屏上将显示您的设置概览。

- 选择所需的菜单选项。

所选程序将立即开始或在设定的时间开始。

- 程序结束时，选择 **关闭**。

更改烹饪阶段

自动程序中以其他名称保存的烹饪阶段无法更改。

- 选择 **用户偏好程序** .
- 触摸您想更改的程序并保持长按，直到内容菜单出现。
- 选择 **更改**。
- 选择您想更改的烹饪阶段或 **添加** 添加其他烹饪阶段。
- 选择并确认所需的设置。
- 如果您想启动修改后的程序而不对其进行更改，请选择 **开始**。
- 更改所有设置后，选择 **保存**。

显示屏上将显示一条消息，确认此程序名称已保存。

- 按 **OK** 进行确认。

保存的程序已被更改，您可以立即启动或延迟启动该程序。

为用户程序重命名

- 选择 **用户偏好程序** .
- 触摸您想更改的程序并保持长按，直到内容菜单出现。
- 选择 **重命名**。
- 使用键盘更改程序名称。

您可以使用「」符号为较长的程序名称添加一个换行符。

- 更改程序名称后，选择 **保存**。

显示屏上将显示一条消息，确认此程序名称已保存。

- 按 **OK** 进行确认。

该程序现已重命名。

删除用户程序

- 选择 **用户偏好程序** .
- 触摸您想删除的程序并保持长按，直到显示内容菜单。
- 选择 **删除**。
- 按 **是** 确认询问。

该程序将被删除。

前往 **系统设置** | **出厂设置** | **用户偏好程序** 同时删除所有用户程序。

移动用户程序

- 选择 **用户偏好程序** .
- 触摸您想移动的程序并保持长按，直到内容菜单出现。
- 选择 **推迟**。

该条目周围将出现橙色边框。

- 移动程序。

该程序将出现在所需的位置。

清洁和护理

清洁和保养的重要信息

 发热表面具有伤人风险。

在操作过程中，蒸炉会变热。您可能会因蒸炉内腔、侧滑轨或配件烧伤自己。

在清洁之前，让蒸炉内腔、侧滑轨和配件冷却。

 因电击导致的受伤风险。

来自蒸汽清洁装置的蒸汽可能会进入通电的电气组件中，从而导致短路。切勿使用蒸汽清洁装置进行清洁。

如果使用不合适的清洁剂，所有表面都可能变色或损坏。

所有表面都容易产生刮痕。某些情况下，玻璃面板上的刮痕可能会导致破损。

只能使用家用洗涤剂清洁电器。

立即清除所有清洁剂残余。

请勿使用含有脂肪烃的清洁剂或洗涤剂，因为这些成分会导致密封件隆起。

在某些情况下，顽固污渍可能会造成蒸炉损坏。

蒸炉冷却后，可清洁蒸炉内腔、机门内侧和机门密封条。等待时间过长会增加清洁难度，并且在某些情况下可能会导致无法清洁。

操作损坏的蒸炉可能会导致微波泄漏并对使用者造成危害。

检查机门和机门密封条是否存在损坏迹象。如果发现任何损坏，在维修服务人员纠正故障之前，不得再次使用蒸炉的微波功能。

■ 本电器及其配件每次使用后都应彻底清洁并擦干。

■ 打开电器机门，直到蒸炉内腔完全干燥。

提示: 如果较长时间内不会使用该电器（例如，在假日期间），则应事先彻底清洁和干燥，以防止异味积聚等。之后，让机门开启。

不合适的清洁剂

为避免损坏电器表面，请勿使用：

- 含有苏打、氨、酸或氯化物的清洁剂
- 含有除垢剂的清洁剂
- 研磨型清洁剂（如清洁粉、擦洗乳和擦洗垫）
- 溶剂型清洁剂
- 不锈钢清洁剂
- 洗碗机清洁剂
- 玻璃器皿清洁剂
- 用于微晶玻璃灶具的清洁剂
- 硬质、粗糙的刷子或海绵（如之前使用过研磨型清洁剂的刷锅器、刷子或海绵）
- 橡皮去污块
- 锋利的金属刮刀
- 百洁丝
- 不锈钢螺旋垫
- 用机械清洁剂进行污渍清洗
- 蒸炉清洁剂和喷雾

清洁前面板

■ 使用干净的软海绵蘸取热水和洗涤液的混合溶液来清洁电器正面。

■ 清洁后，使用软布擦干表面。

提示: 也可以使用干净的微纤维清洁布进行清洁，无需添加清洁剂。

清洁蒸炉内腔

每次使用后，应清洁并擦干蒸炉内腔、机门密封条、机门内侧和滴水槽。

■ 清除以下物质：

- 用海绵或吸水布擦除冷凝水
- 轻微油腻污渍，用干净的海绵蘸取洗涤液和热水的混合溶液

■ 清洁后，用清水擦拭表面，清除所有清洁剂残余。

■ 然后，用布擦干表面。

清洁自动开门器

确保开门器没有被食物残渣弄脏。

- 使用清洁的海绵蘸取洗涤液和热水混合溶液**立即**擦掉。
- 清洁后，用清水擦拭表面，清除所有清洁剂残余。

清洁水箱

- 每次使用蒸汽烹饪后，取出水箱。
- 拆下防溅保护装置。
- 清空水箱。
- 用手冲洗水箱，然后将其擦干，以防出现水垢。
- 将防溅保护装置安装回水箱。确保防溅保护装置正确安装到位。

清洁配件

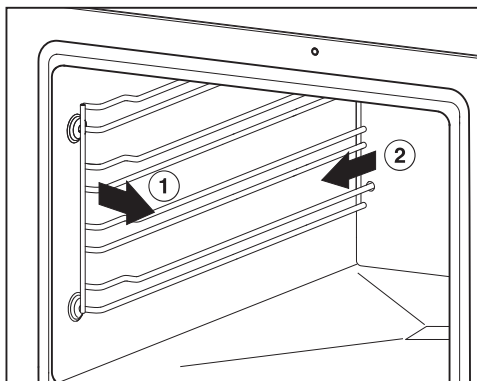
所有配件都可以放入洗碗机清洁。

清洁玻璃盘、烤架和蒸盘

- 每次使用后都要清洗玻璃盘、烤架和蒸盘，并将其擦干。
- 可用醋去除蒸盘上的泛蓝色变色部分。然后用清水冲洗。

清洁侧滑轨

侧滑轨可在洗碗机中清洁。



- 将侧滑轨从固定器正面拉出 (1.) 然后将其拆下 (2.)。
- 可在洗碗机中清洗侧滑轨，或使用干净的海绵或布蘸取温水和少量洗涤液的混合液，手动清洗侧滑轨。

按照上述说明以相反的顺序重新安装。

- 小心地重新安装侧滑轨。

如果未正确插入侧滑轨，则不会有防倾保护。

侧滑轨安装进塑料衬套。检查衬套是否有损坏。

如果衬套损坏，在更换衬套前不要使用任何用到微波能量的功能。

清洁和护理

清洁维护

结束于 和 开始于 功能不可用于保养程序。

除垢

我们推荐使用美诺 Miele 除垢片（见“可选配件”）为电器除垢。这些专为美诺 Miele 电器开发使用，优化除垢过程。其他除垢剂含有除柠檬酸以外的其他酸和/或其他不良物质（例如氯化物），可能会对产品造成损坏。此外，如果除垢溶液的浓度不适当，则无法保证要求的除垢效果。

不要将除垢剂洒到金属表面。这会导致留下痕迹。

然而，如果有任何除垢剂接触到这些表面，则要立刻擦掉。

使用一段时间后需要对蒸炉进行除垢。当需要除垢时，显示屏上会亮起剩余使用次数。它仅会统计使用蒸汽的使用次数。蒸炉在最后剩余的烹饪过程结束后将无法使用。

我们建议您在锁定前对电器除垢。

除垢程序进行期间，必须冲洗水箱并向水箱中注入清洁的水。

■ 打开蒸炉并选择**清洁维护** ⑤ | 除垢。

消息 **请稍候** 将显示在显示屏中。正在准备除垢程序。这可能需要几分钟时间。在电器准备就绪后，您将立刻开始为水箱注水。

- 使用微温的清洁自来水注入水箱，直至水位标记号 ，并投入 2 粒美诺 Miele 除垢片。
- 等待，直到除垢片溶解。
- 将水箱推入电器中。
- 按**确定**进行确认。

显示屏上显示剩余时间。现在将开始除垢程序。

不要在除垢程序期间关闭蒸炉，否则整个程序将从头重新开始。

除垢期间，需要两次清空水箱并向水箱中注入清洁自来水。

■ 按照显示屏上的说明操作。

所剩时间结束后，完成**准备** 出现在显示屏中，且蜂鸣器响起。

结束除垢过程

- 关闭电器。
- 拆下水箱，并取出防溅保护装置。
- 清空并晾干水箱。
- 让电器内腔冷却。
- 然后，晾干电器内腔。
- 打开电器机门，直到内腔完全烘干。

浸泡

使用该保养程序可浸泡顽固污渍。

- 让蒸炉内腔冷却。
- 从蒸烤一体机内腔中取出所有配件。
- 使用抹布去除粗质污物。
- 选择 **清洁维护** ⑥ | 浸湿。

浸泡过程需要大约 10 分钟。

许多故障和问题都很容易解决。在很多情况下，您都可以节省时间和资金，因为您不需要联系客户服务部。

您可以在 www.miele.com/service 上找到更多可帮助您自行解决故障的信息。



显示屏中的消息

问题	原因和纠正
F11	排水软管堵塞。 ■ 对蒸炉除垢（参见“清洁和保养”章节中的“保养”）。 ■ 若再次出现故障提示消息，请与 Miele 售后服务部联系。
F44	存在技术故障。 ■ 关闭蒸炉，几分钟后再重新启动。 ■ 若再次出现同样消息，请与 Miele 客户服务部联系。
F55	已超过烹饪功能的最大操作持续时间。这触发了装置安全切断功能。 ■ 关闭蒸炉，再重新启动。 蒸炉会再次立即可用。
烤箱打开后，显示屏上显示系统锁  。	 系统锁已启用。 ■ 您可以触摸  符号至少 6 秒钟，以停用烹饪程序的系统锁。 ■ 如果想永久停用系统锁，请选择 安全性 系统锁  关闭 设置。
本表中未列出的消息显示在显示屏中。	存在电子模块故障。 ■ 断开蒸炉的电源连接约 1 分钟。 ■ 如果问题在恢复供电之后仍然存在，请联系客户服务部。

意外行为

问题	原因和纠正
蒸炉内腔未加热。	演示模式已启用。 蒸炉可运行，但加热元件不会工作。 ■ 停用演示模式（参见“设置 – 演示程序”）。 蒸炉内腔下方运行中的美味保温机已将蒸炉内腔加热。 ■ 打开机门，让蒸炉内腔冷却。

检修

问题	原因和纠正
搬家后，蒸炉不再从加热阶段切换到烹饪阶段。	水的沸腾温度随着产品新位置的高度与旧位置的海拔至少相差 300 米而改变。 ■ 如需调整沸点温度，您需要对蒸炉除垢（参见“清洁和保养”章节中的“保养”）。
在操作过程中，有异常大量的蒸汽逸出，或者蒸汽从通常不会逸出蒸汽的蒸炉部位处逸出。	机门未关好。 ■ 关闭机门。 机门密封条安装不正确。 ■ 沿着机门按压一圈，确保安装均匀。 机门密封条损坏，比如可以看见裂缝。 机门密封条需要更换。 ■ 请致电美诺 Miele 售后服务部。 ■ 更换密封条之前，不要使用任何微波模式/功能。
开始于 和 结束于 功能不可用。	蒸炉内腔中的温度过高，例如，在一个程序结束后。 ■ 打开机门，让蒸炉内腔冷却。 这些功能在保养程序中通常不可用。
感应控制键或近距传感器不响应。	您已选择 显示屏 QuickTouch 关闭 设置。当该设置启用时，蒸炉关闭的情况下，感应控制键和近距传感器不响应。 ■ 蒸炉开启后，感应控制键和近距传感器就会响应。如果您希望感应控制键和近距传感器在蒸炉关闭时也能够响应，请选择 显示屏 QuickTouch 开启 设置。 近距传感器设置已关闭。 ■ 选择 设置 感应操控，更改近距传感器设置。 近距传感器有故障。 ■ 致电 Miele 客户服务部。 蒸炉未连接电源。 ■ 检查蒸炉电源插头是否正确插入插座。 ■ 检查保险丝是否熔断。请联系具有资质的电工或 Miele 客户服务部。 如果显示屏不响应，则控制键有故障。 ■ 触摸并按住 开/关控制键，直到显示屏关闭，蒸炉重启。
开启蒸炉时，  感应控制键闪烁。	您尚未将蒸炉连接到 WiFi 网络。感应控制键闪烁，提示您可以使用此感应控制键将蒸炉轻松联网。多次开关蒸炉后，感应控制键将停止闪烁，但联网功能将保持启用状态。

噪音

问题	原因和纠正
在蒸炉运行和关闭后，都能听到蜂鸣声。	这种噪音并不意味着错误操作或电气故障。这种噪音是由于水被泵入至系统而产生。
在关闭电器之后，仍能听见电扇的声音。	电扇仍在运行。 该电器装有电扇，将蒸汽从蒸炉中排出。电器关闭后，电扇仍会运行一段时间。过一会儿，它将自动关闭。
电器再次打开时，会发出鸣哨音。	机门关闭时，压力必须保持平衡，这可能产生鸣哨声。这不是故障。

效果不佳

问题	原因和纠正
使用微波功能  时，在设定的持续时间结束时，食物没有充分加热或者煮熟。	中断烹饪程序后，微波炉没有重新启动。 ■ 重新启动烹饪程序以确保食物充分加热或煮熟。 以微波能量烹饪或加热时，设置的持续时间过短。 ■ 检查是否为微波功率级别选择了正确的持续时间。微波功率级别越低，烹饪程序时间越长。 如果放入的食物过少，作为一种保护措施，蒸炉会自动降低功率级别以适应实际放入的食物。显示屏仍显示之前设置的最初功率级别。 ■ 以较低的微波功率设置重新启动程序，以确保食物被适当加热或煮熟。
在使用微波功能  加热或烹饪后，食物冷却过快。	在微波炉中，食物首先从外部开始烹饪，食物内部则依靠较慢的热传导。如果以较高的微波功率烹饪食物，热量可能还未到达食物的中央，从而导致食物的外部较热，而中央则较凉。在静置时间期间，热量会传输至食物的中央。 ■ 加热具有不同密度的食物（例如饭菜烹饪）时，最明智的做法是以较低的微波功率级别开始，然后选择较长的翻热时间。
使用爆米花功能  时，做出的爆米花量不足一半。	蒸炉内腔过热和/或过于潮湿。 ■ 让蒸炉内腔冷却和/或使用毛巾擦干。 烹饪程序时间太短。 ■ 更改预定义时间。可以设置的最长烹饪程序时间为 4 分钟（见“设置-爆米花”）。

检修

一般问题或技术故障

问题	原因和纠正
您不能打开电器。	保险丝跳闸。 ■ 重置保险丝盒内的跳闸开关或更换插头保险丝（最小保险丝额定值见铭牌）。 这可能是因为在存在技术故障。 ■ 通过以下方式将电器电源切断约 1 分钟： — 切断相关的电源保险丝或完全拧松保险丝，或者 — 切断剩余电流保护装置 ■ 如果在重置电源保险丝盒或剩余电流保护装置中的跳闸开关之后仍然无法打开蒸炉，应联系合格的电工或 Miele 售后服务部。
蒸炉内部照明不起作用。	灯有故障。 ■ 致电美诺 Miele 服务部更换灯。
在用到微波能量的长时间烹饪程序  之后，蒸炉内部十分潮湿。	嵌入式微波蒸炉是一款设计完美的蒸炉。烹饪内腔为完全密封。相比之下，传统微波炉并非是气密的。由于烹饪室是气密的，在用到微波的长时间烹饪程序进行过程中，在侧壁和机门内面板上将形成冷凝。冷凝水的量取决于烹饪程序时间以及食物中的水分水平。

您可以在 www.miele.com/service 上查找可帮助您自行纠正故障以及有关 Miele 备件的信息。

若发生故障，请联系我们

若发生任何您无法自行解决的故障，请联系 Miele 售后服务部。

Miele 售后服务部的联系方式请参见本文件封底。

请注意，我们会出于培训目的而监听来电并录音，如果问题本可以按照本手册的描述解决，则会对服务访问收取电话费。

联系 Miele 时，请提供您的电器型号和序列号。您可以在铭牌上找到该信息。

铭牌位于水箱隔间内。您也可以在机门打开后前框架上的小型铭牌上找到型号标识符和序列号。

保修

如需了解针对您所在国家的电器保修信息，请与 Miele 联系。请参见本手册末页的详细联系方式。

安装

安装安全说明

⚠ 因不当安装导致的损坏风险。

安装不当可能会导致损坏蒸炉。

务必仅由具备资质的人员安装蒸炉。

- ▶ 蒸炉数据板上的连接数据（频率和电压）绝对必须与电源数据一致，以确保蒸炉不会损坏。
在连接电器之前，对此数据进行对比。如有疑问，请咨询具有资质的电工。
- ▶ 多插座适配器和延长电线无法保证所规定的电器安全性（火灾危险）。不要使用它们将蒸炉与电源相连。
- ▶ 安装蒸炉后，插座应易于触及。
- ▶ 蒸炉必须放置，以便您可以看到放在顶层货架的蒸盘的内容物。否则，热食物有伤人或溅出的风险。

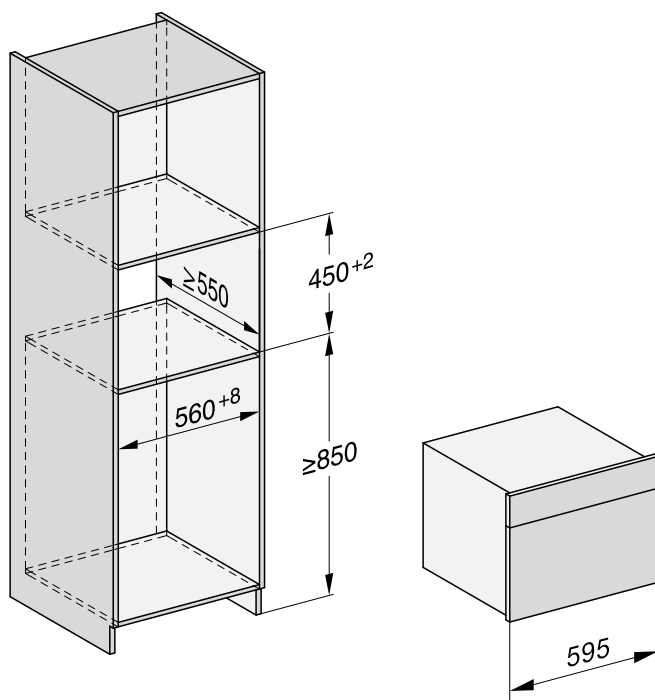
嵌入式安装尺寸

所有尺寸单位均为毫米。

安装在高柜中

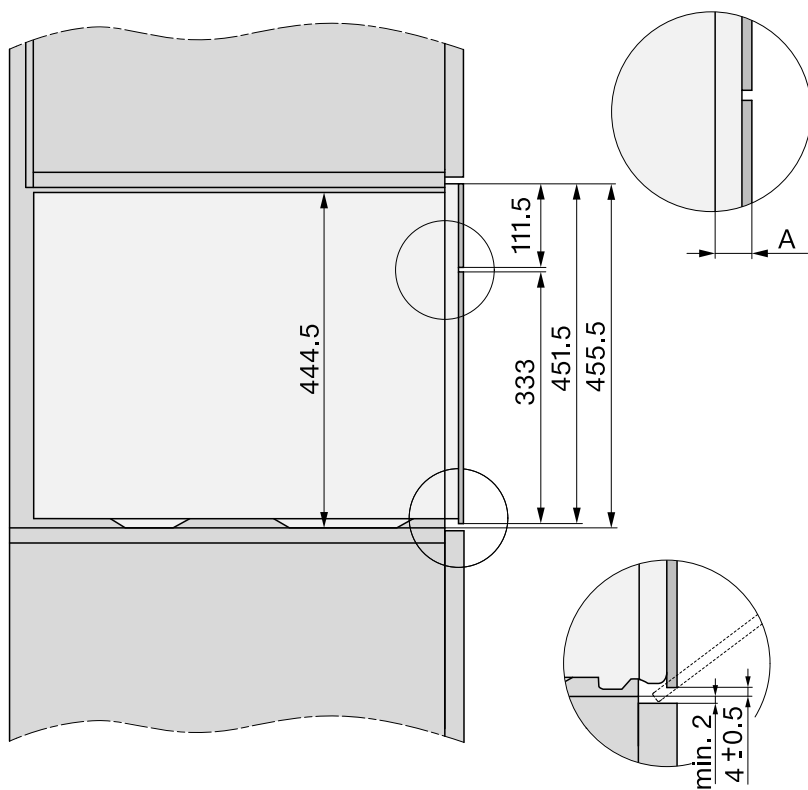
安装嵌入式电器的橱柜不可安装背板。

保持至少 850 毫米的安装高度。



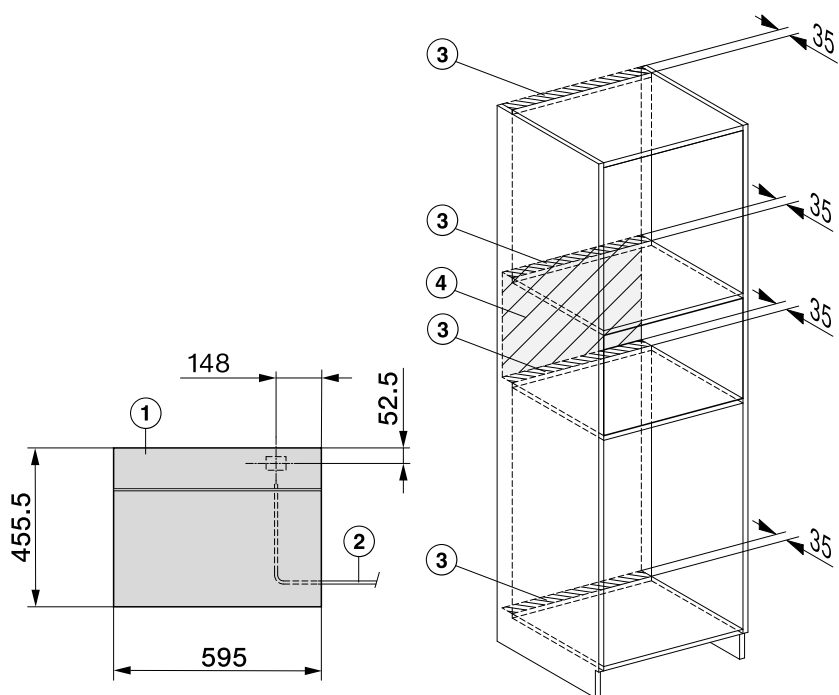
安装

侧视图



- A** 玻璃前面板 : 22 毫米
金属前面板 : 23.3 毫米

接线和通风



① 前视图

② 电源连接线，长度 = 2000 毫米

③ 通风开槽切口，最小 180 平方厘米

④ 此区域内不应有接线

安装

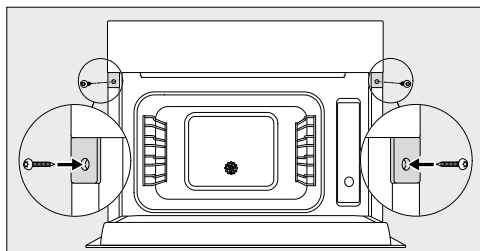
安装蒸炉

- 将电源与蒸炉相连。

不当运输有损坏风险。
用机门把手提起蒸炉可能会导致机门损坏。
使用外壳侧面的把手切口提起电器。

如果蒸炉不在水平表面上，蒸汽发生器可能会出现故障。
可容忍的水平的最大偏差为 2° 。

- 将蒸炉推入承载橱柜并对齐。
此时确保电源线不会缠住或损坏。
- 打开机门。



- 使用随附的木螺钉（3.5 x 25 毫米）将蒸炉固定到橱柜的侧壁上。
- 将蒸炉连接到电源上。
- 按照操作说明查看蒸炉所有功能是否正确运行。

电气连接

蒸炉配有带模压插头的电源线，可随时连接到适当的接地插座。

安装蒸炉后，插座必须易于触及。如果插座不便于触及，请确保在每极的安装侧都提供适当的断开方法。

 过热有火灾风险。

将蒸炉连接至多插座适配器或延长电线可能导致电线过载。

出于安全考虑，请勿使用延长电线或多功能插座适配器。

电气安装必须符合 BS 7671 要求。

出于安全原因，我们建议在相关电气安装中使用类型  剩余电流装置 (RCD) 来连接蒸炉。

如果电源连接电线受损，必须只使用相同类型的特定电源连接电线（可从 Miele 客户服务部订购）进行替换。出于安全考虑，此类更换只能由合格的专业人员或 Miele 客户服务部执行。

这些操作说明和铭牌显示标称功耗和适当的保险丝额定值。将此信息与现场电气连接的数据进行比较。

如有疑问，请咨询具有资质的电工。

可以在自主供电系统或与主电源不同步的供电系统（例如岛上网络、备用系统）上临时或永久运行。操作的先决条件是电源系统符合 EN 50160 或等效标准的规范。家用电气装置和本 Miele 产品中提供的保护措施的功能和操作也必须保持在隔离运行或与主电源不同步的运行中，或者这些措施必须由等效的措施代替安装。例如，如当前版本的 BS OHSAS 18001-2 ISO 45001 中所述。

通信模块的版权与许可

为了操控通信模块，Miele 采用了不受开源许可条款限制的专有或第三方软件。此类软件/软件组件受版权保护。必须尊重 Miele 以及第三方所持有的版权。

此外，这种通信模块包含开源许可证条件下发布的软件组件。电器中包含的开源组件以及相应的版权声明、当时有效的许可条款副本，以及任何详细信息，均可以通过使用网页浏览器 IP 进行本地访问，访问地址为 (<http://<IP address>/Licenses>)。本处所列开源许可证的责任及质保安排，只适用于有关的权利持有人。

版权与许可证

德国美诺 Miele 使用其自己的以及第三方软件来操作和控制电器，这些软件不受任何所谓的开源许可证的约束。该软件/这些软件组件受版权保护。应遵守德国美诺 Miele 及第三方版权。

此外，此电器包含在开源许可证条件下发布的软件组件。请参考电器中的设置 | 法律信息 | 开源许可证了解此处包含的开源组件，以及相应的版权声明，当时有效的许可条款副本以及任何其他信息。其中所述的开源许可证条款和条件的责任和保证条款仅适用于各自的权利所有者。

特别是，该电器包含版权所有根据 GNU 通用公共许可证第 2 版或 GNU 宽通用公共许可证 2.1 版授权的软件组件。分别自购买或交付电器之日起至少 3 年的时间内，德国美诺 Miele 在数据载体（CD-ROM、DVD 或 USB 闪存盘）上，为您或第三方提供电器中包含的以及根据 GNU 通用公共许可证第 2 版或 GNU 宽通用公共许可证 2.1 版授权的开源组件源代码的机器可读副本。请通过电子邮件 (info@miele.com) 或下方邮寄地址联系我们，并说明产品名称、序列号以及购买日期，以获取此源代码。

Miele & Cie. KG

开源

GTZ/TIM

Carl-Miele-Straße 29

33332 Gütersloh

请注意，根据 GNU 通用公共许可证第 2 版和 GNU 宽通用公共许可证 2.1 版条款，权利所有者可享受有限保证：

本程序的分发旨在希望其有用，但是不提供任何品质担保，包括不提供含有经济价值的适合特定用途的保证。

具体请参见GNU通用公共许可证和GNU宽通用公共许可证的相关内容。

This program is distributed in the hope that it will be useful, but WITHOUT ANY WARRANTY, without even the implied warranty of MERCHANTABILITY of FITNESS FOR A PARTICULAR PURPOSE. See the GNU General Public License and GNU Lesser General Public License for more details.

该电器符合以下国家标准：

GB/T 4706.1

家用和类似用途电器的安全 第1部分:通用要求

GB/T 4706.21-2008

家用和类似用途电器的安全 第21部分：微波炉,包括组合型微波炉的特殊要求

GB/T 4706.22

家用和类似用途电器的安全 第22部分：驻立式烤箱灶、灶台、烤箱及类似用途器具的特殊要求

WiFi 模块

EK037 WiFi 模块

CMIIT ID 2018DJ0478

或

EK057 WiFi 模块

CMIIT ID 2021DP2492

有害物质

该表显示了自所附产品销售日期起，可在Miele电子电气产品供应链中发现此类物质的地方。该表系按照SJ/T 11364的规定编制。

部件名称	有害物质									
	Pb	Hg	Cd	Cr (VI)	PBBs	PBDEs	DEHP	BBP	DBP	DIBP
电缆、电缆组件及接线	x	o	o	o	o	o	o	o	o	o
电气电子元件	x	o	o	o	o	o	o	o	o	o
金属零件	x	o	o	o	o	o	o	o	o	o

Pb=铅；Hg=汞；Cd=镉；Cr(VI)=六价铬；PBBs=多溴联苯；PBDEs=多溴二苯醚；DEHP=邻苯二甲酸二(2-乙基己基)酯；BBP=邻苯二甲酸丁基苄酯；DBP=邻苯二甲酸二丁酯；DIBP=邻苯二甲酸二异丁酯

- o = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
- x = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。

以上未列出的部件，表明其有害物质含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。

所附全部产品及其部件的环保使用期限（EFUP）与此处所示符号相符，除非另有标记。某些现场可替换零件具有不同的环保使用期限（如电池模块），所以另有相应标记。当产品在正常情况下运行时，环保使用期限方为有效。



本产品符合国家《电器电子产品有害物质限制使用管理办法》的要求。

美诺电器有限公司

上海市静安区石门一路82号

邮编: 200040

电话: +86 21 6157 3500

传真: +86 21 6157 3511

Miele Electrical Appliances Co., Ltd.

No. 82, Shimenyi Road, JingAn District

Shanghai, China, P.R.C

Post Code: 200040

Phone: +86 21 6157 3500

Fax: +86 21 6157 3511

美诺中国售后服务

Miele China Service

Hotline 客户关爱热线: 4006 306 306

(周一至周日 09:00 - 18:00, 国家法定节假日除外)

Email: info@miele.cn

www.miele.cn

关注 Miele 官方微信公众号



Miele & Cie. KG
Carl-Miele-Straße 29
33332 Gütersloh
Germany

DGM 7840 C

zh-CN

M.-Nr. 11 457 571 / 04 / 002