



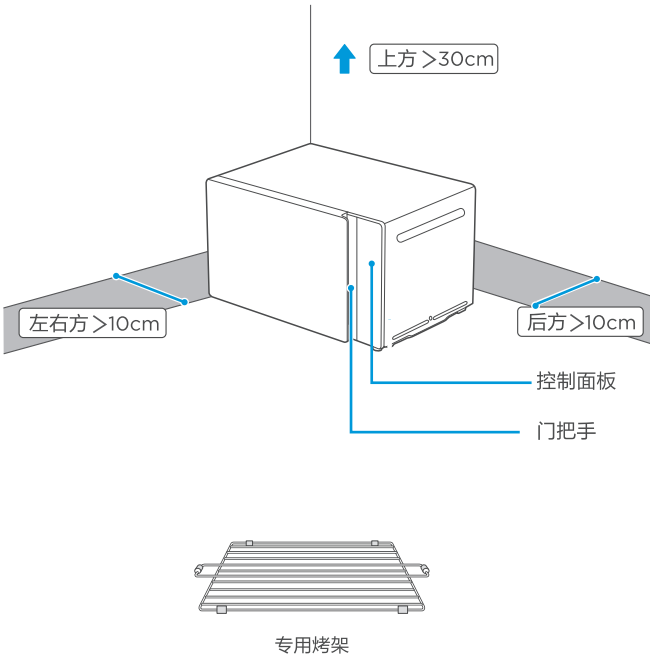
产品简介

⚠ 备注

- 由于产品在不断升级，如实物与下图存在差异，请以实物为准
- 请参考图示中标记的安全距离摆放产品
- 此产品为桌面式产品，禁止用作嵌入式

快速入门指南

M3-L231F金色
M3-L232F银色

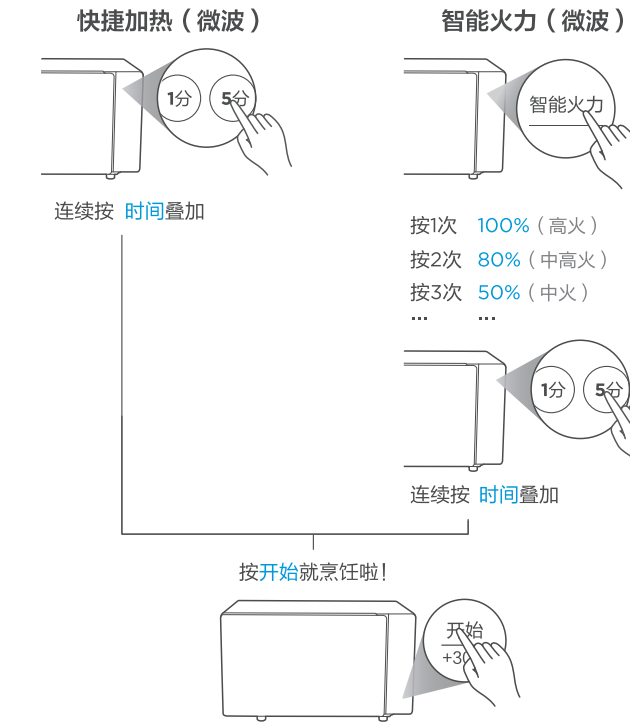


使用前请仔细阅读本手册，并妥善保管

功能操作

⚠ 备注

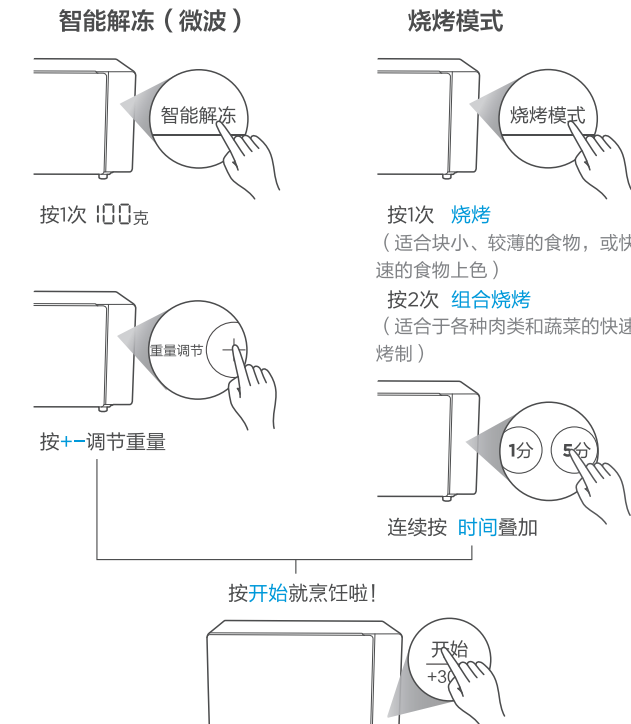
按【复脆】键，再按【开始/+30秒】键，可对受潮的饼干、瓜子等进行复脆噢



功能操作

⚠ 备注

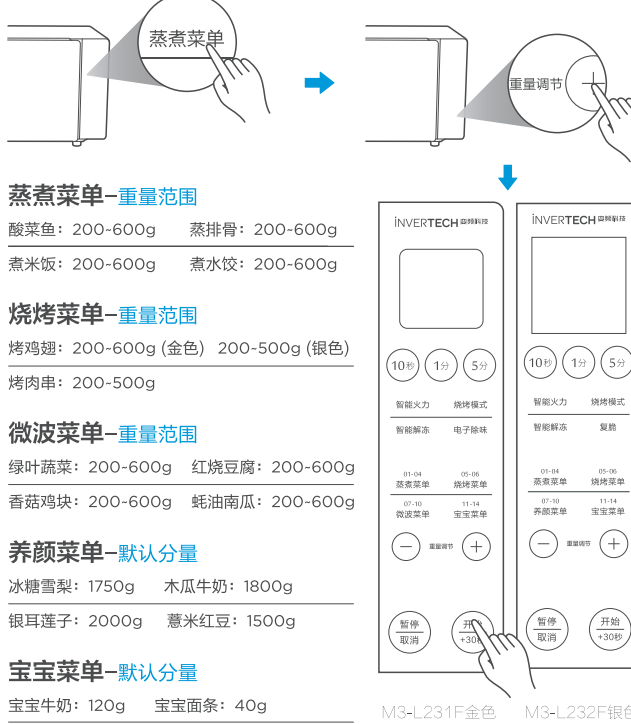
- 长按【暂停/取消】3秒，进入/解除童锁状态
- 按一下【暂停/取消】进入省电模式



自动菜单

⚠ 备注

- 菜单种类及烹调技巧请参考对应机型，宝宝菜单无需设定食物的重量
- 加保鲜膜或加盖，烹饪效果更佳，注意留孔哟！



微信扫一扫，服务立马到

TEL 400-8899-315

广东美的厨房电器制造有限公司
地址：广东省佛山市顺德区北滘镇永安路6号
邮编：528311
网址：www.midea.com
物料编码：16170000004966

本资料上所有内容均经过认真核对，如有任何印刷错误或内容上的误解，可向本公司咨询。注：产品若有技术改进，会编进新版手册中，恕不另行通知。产品外观、颜色如有改动，以实物为准。

自动菜单

菜单名称	烹调器皿	烹饪材料	烹调技巧
酸菜鱼	微波适用煲	新鲜草鱼片、酸菜鱼料包、开水	草鱼去骨切片，加入腌料包腌制片刻，再加调料和鱼片等量的开水，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔
蒸排骨	微波适用碟	新鲜猪小排、盐、油、料酒、淀粉、酱油	猪小排洗净切块，加入所有调料腌制入味，平铺在碟中烹饪
煮米饭	微波适用碗/煲	丝苗米、水	米水比例为1:1.5-1:2.0，覆盖保鲜膜或加盖留孔
煮水饺	微波适用煲	速冻饺、开水、油、食盐	开水与饺子按照1:2的比例放入，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔
烤鸡翅	赠品烤架	鸡中翅、盐、鸡粉、生抽、油、蒜片、姜	鸡翅洗净腌制入味，码放在烤架上，放至炉腔中央。过程听到提示音后翻面
烤肉串	赠品烤架	鸡胸肉、酱油、植物油、料酒、食盐、白糖、孜然粉	鸡胸肉洗净、去筋、切块，腌制后用竹签串好，码放在烤架上。过程听到提示音后翻面
绿叶蔬菜	微波适用盘	白菜、食盐、植物油	将白菜、油、盐一起放入，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔
红烧豆腐	微波适用盘	水豆腐、豆瓣酱、盐、淀粉、油、蒜叶、水	豆腐温水泡半小时后沥干切块；豆瓣酱用油爆香，加水、盐、淀粉搅拌均匀，淋在豆腐上，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔
香菇鸡块	微波适用盘	鸡块、香菇、红枣、酱油、料酒、油、食盐	香菇、红枣泡发后切块，同所有调料加入鸡块中，腌制10分钟，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔
蚝油南瓜	微波适用盘	南瓜、蚝油、油、食盐	南瓜去皮切丁，和调料搅拌均匀，加盖留孔

自动菜单

菜单名称	烹调器皿	烹饪材料	烹调技巧
银耳莲子	微波适用锅	干木耳20g，水1000g，鲜莲子150g，冰糖适量	干木耳泡发洗净切小块，沥干；将洗净的莲子、木耳以及水放入适用锅，加盖留孔，待听到提示音后加入冰糖，继续加热至烹饪结束
薏米红豆	微波适用锅	薏米和红豆共200g (薏米:红豆=1:1，提前泡发一晚)，水1300g	将泡好的薏米和红豆加水放入微波炉中，加盖留孔
冰糖雪梨	微波适用盘	新鲜雪梨，水，冰糖	雪梨洗净，去皮去核，切小块；按照雪梨:水=1:2.5加水放入微波炉中，加盖留孔，待听到提示音后加入冰糖，继续加热至烹饪结束
木瓜牛奶	微波适用盘	新鲜夏威夷木瓜约600g，水600g，牛奶600g，冰糖适量	木瓜洗净，去皮去核，切小块；加水后放入微波炉中，加盖留孔，待听到提示音后加入冰糖和牛奶，继续加热至烹饪结束
宝宝牛奶	微波适用杯	冷藏纯牛奶120g	将牛奶倒入杯中，放炉腔中间加热
宝宝面条	微波适用碗	面条40g、开水	面条与开水按照1:10的比例放入，烹饪不需要加盖
南瓜泥	微波适用盘	宝宝现用配方奶粉、南瓜	冲泡30ml牛奶备用；南瓜去皮去籽切小丁，放入微波炉，烹饪覆保鲜膜或加盖，留孔；加热完取出压成南瓜泥，调入配方牛奶拌匀即可
宝宝果泥	微波适用碗	新鲜苹果100g	苹果去皮去核，磨成泥后放入微波炉中，加热完稍微搅拌均匀再食用

小小附件安心选

⚠ 注意

微波、组合烧烤功能下，金属材料(含锡箔纸)不能用哦！

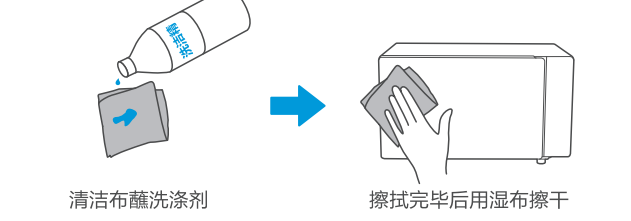
	微波	烧烤	组合烧烤
耐热微波适用陶瓷	✓	✓	✓
耐热微波适用玻璃	✓	✓	✓
微波适用塑料	✓	✗	✗
微波蒸宝 微波蒸饭宝	✓	✗	✗
专用烤架	✗	✓	✓
金属餐具	✗	✓	✗
耐高温保鲜膜	✓	✗	✗
锡箔纸	✗	✓	✗

清洁小妙招

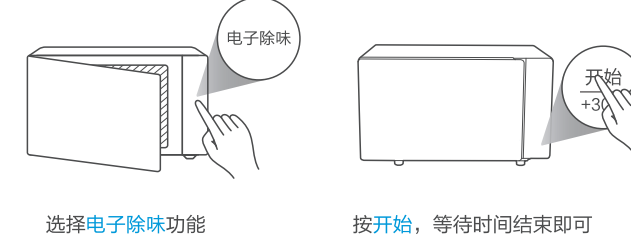
⚠ 注意

请勿使用粗糙及带棱角锐利的物品清洁微波炉，以免造成腔体刮花，炉门玻璃擦伤引起玻璃粉碎

手动清洁



电子除味 (M3-L231F金色机型专有)



附件清洁

用温水清洗烤架等附件；玻璃容器长时间烹饪后，不要立即用冷水清洁

温馨提示

- 微波功能使用金属器皿我会火光四射哦~！
- 微波加热密封带壳的食物会爆炸~！
- 液体加热时不要超过容器的2/3，否则我会湿身哦~！
- 微波加热密封带盖的食物，注意开口留缝，否则我会爆裂哦~！

服务指南

故障处理

当发生故障时，若重新通电再启动后故障仍无法排除，请致电我司客服400-8899-315 联系专业人员排除故障

产品参数

产品型号：M3-L231F 金色 / M3-L232F 银色

执行标准号：GB4706.1-2005；GB4706.21-2008；GB4706.14-2008

容积	23L	外形尺寸(宽×深×高)	502x420x302 mm
额定电压/频率	220V-50Hz	炉腔尺寸(宽×深×高)	325x352x202 mm
额定输入功率	1280W	噪声值	60dB(A)(声功率级)
微波输出功率	900W	认证	CCC
微波工作频率	2450MHz	产品净重	11kg
烧烤功率	950W		

- 产品尺寸顺序为宽×深×高，外形深度含拉手、后板拉伸的长度，高度值含炉脚
- 炉腔尺寸包含拉伸长度，宽深高累积结果得到炉腔容积。因产品不断升级，容积参数与标注数据可能存在差异，偏差范围±12%
- 由于我们的产品在不断改进，实物参数可能与标注不同，具体参数请参照实物

能效等级	效率值(%)	待机功率(W)	烧烤能耗(W·h)	依据国家标准
1级	60	0.5	1.2	GB24849-2017