

gifam
Le groupement des marques
d'appareils pour la maison



**Tout savoir sur le four
à micro-ondes**

Les différents types de fours à micro-ondes

- ▶ Le four à micro-ondes mono fonction : il a pour principal composant, un magnétron qui génère des micro-ondes. Le fonctionnement du magnétron permet d'agiter 2,5 milliards de fois par seconde les molécules d'eau présentes dans l'aliment. En se frottant ainsi les unes aux autres, les molécules d'eau créent des échauffements et donc la cuisson de l'aliment. Facile à utiliser et économique en énergie, cet appareil est idéal pour décongeler, réchauffer ou cuire rapidement des préparations culinaires.
- ▶ Le four à micro-ondes avec gril : il bénéficie des mêmes fonctions que le four à micro-ondes classique et peut en plus dorer ou gratiner toutes les plats grâce à un gril composé d'une résistance chauffante placée en haut de la cavité.
- ▶ Le four à micro-ondes combiné : il allie les avantages d'un four à micro-ondes classique, pour décongeler et réchauffer les aliments, à ceux d'un four électrique à chaleur tournante, pour cuire toutes les préparations culinaires.

Les chiffres clés du four à micro-ondes

- ▶ Un parc de 26,3 millions d'appareils, présents dans 92% des foyers français en 2019 (Kantar TNS).
- ▶ 2,674 millions d'appareils vendus en 2021 (GfK).



Un concentré de technologie et d'innovation

En matière d'ergonomie, le four à micro-ondes encastrable ou en pose libre s'adapte parfaitement aux configurations des cuisines.

▷ **Un appareil bien pensé**

□ Le four à micro-ondes offre deux types de portes : les portes battantes et les portes latérales. L'angle d'ouverture à 180°C autorise une accessibilité maximale à l'enceinte du four.

□ La surface vitrée de plus en plus grande des portes offre une visibilité optimale de l'intérieur de la cavité du four.

□ Tout en conservant des dimensions d'encastrement standard, le volume des fours à micro-ondes s'est agrandi, pouvant aller jusqu'à 45 litres. Avantage : plus de place pour plus de préparation.

□ Le four à micro-ondes offre des options supplémentaires comme la programmation, le maintien au chaud en fin de cuisson ou la fonction vapeur.

▷ **Un design en adéquation avec les cuisines d'aujourd'hui**

□ Le choix esthétique s'est élargi pour que le four à micro-ondes s'intègre dans les différents styles de cuisines, des plus classiques aux plus contemporaines. Ainsi, à côté des traditionnels noir et blanc, l'inox est devenu incontournable.

Un concentré de technologie et d'innovation

▷ Quels sont les différentes fonctions disponibles ?

Aujourd'hui, l'évolution de l'électronique permet de proposer des fours à micro-ondes intelligents et conviviaux. En effet, les modèles à gril et combinés sont dotés de plusieurs fonctions et deviennent ainsi de véritables aides culinaires :

- La fonction vapeur permet de cuire les aliments sans perdre leurs qualités gustatives et nutritives (vitamines et sels minéraux sont ainsi préservés).

- La cuisson enchaînée : grâce à la programmation automatique, il est possible de procéder à la décongélation puis à la cuisson des aliments (seulement sur les micro-ondes combinés).

- La fonction gril permet de faire dorer les pizzas mais aussi de griller ou de gratiner les plats. Cette option se trouve seulement sur les fours à micro-ondes à gril ou combinés.

Choisir son four à micro-ondes

Plusieurs critères sont à prendre en compte lors de l'achat d'un four à micro-ondes :

▷ **L'ergonomie** : la capacité, le système d'ouverture de la porte et les formes intérieurs (parallélépipède ou circulaire) doivent correspondre aux plats utilisés dans le foyer.

▷ **La capacité de la cavité** : de 13 litres à 45 litres selon les modèles, le choix s'effectue en fonction du nombre de personnes qui constituent le foyer :

- 20 litres : idéal pour les célibataires ou les jeunes couples
- 22 litres : adapté pour les familles de quatre personnes
- 26 litres : pour les repas jusqu'à six personnes
- 34 litres et plus : jusqu'à dix personnes

▷ **La puissance** : elle déterminera la vitesse de chauffe et de décongélation des aliments. Pour avoir une rapidité et une efficacité satisfaisante, il est conseillé d'opter pour un four à micro-ondes de 800 watts minimum. Pour cuisiner au gril, une puissance de 1000 watts est préférable.

▷ **La programmation** :

Mécanique : elle repose sur une minuterie, un sélecteur de puissance et un sélecteur de fonction.

Électromécanique : elle allie la simplicité de la programmation mécanique à la précision d'une minuterie électronique.

Électronique : c'est la plus précise. Elle propose diverses fonctions comme la touche mémoire qui est très pratique pour toutes les cuissons fréquentes (tasse à café, assiette de légumes, bol de lait...). Enfin, il est recommandé de prendre en compte les multiples options que propose le four à micro-ondes, afin que celui-ci réponde au mieux aux exigences et besoins du consommateur.

Utiliser son four à micro-ondes

▷ Comment bien utiliser son four à micro-ondes ?

□ Il est nécessaire d'utiliser de la vaisselle et des récipients spécialement adaptés au four à micro-ondes qui résistent à la chaleur. Les métaux et les matières comme l'inox, l'aluminium, le fer sont à proscrire, de même que la faïence décorée avec des filets dorés ou les contenants en plastique.

□ Il est préférable de régler son four à micro-ondes sur une faible puissance plutôt qu'à la puissance maximale, tout en rallongeant le temps de cuisson. Ceci présente un double intérêt : une meilleure homogénéité de la température de l'aliment cuit et une réduction des risques de projections durant la cuisson.

□ Il est recommandé de recouvrir les plats avec un film plastique, une cloche ou un papier cuisine, pour éviter le dessèchement et la projection d'aliments sur les parois du four à micro-ondes, sans toutefois fermer hermétiquement le récipient.

□ Il est important de bien suivre les instructions figurant dans les notices d'utilisation.

Entretien son four à micro-ondes

▷ Comment bien entretenir son four à micro-ondes ?

Nettoyez la cavité et le joint à l'aide d'une lingette humide, légèrement imbibée de liquide vaisselle et non une éponge ou des produits abrasifs qui pourraient rayer et endommager l'appareil.

Pour nettoyer le plateau tournant, la même procédure s'applique. On peut également le retirer du four et le nettoyer au lave-vaisselle, en respectant les indications de la notice.

Afin de faciliter le nettoyage courant des parois, portez à ébullition un bol d'eau pendant quelques minutes pour créer de la condensation dans la cavité. Il ne vous reste plus qu'à essuyer les parois avec une lingette.

Une astuce pour éliminer les mauvaises odeurs : mélangez de l'eau et du jus de citron dans un bol, faites chauffer le mélange à la puissance maximale jusqu'à ce qu'il bout (pendant 10 minutes environ), puis laissez reposer 5 minutes dans le four. L'odeur aura disparu.

Recyclage

▷ Recyclage : que fait-on des appareils en fin de vie ?

Il existe trois solutions éco-responsables pour se débarrasser d'un appareil en fin de vie :

- S'il fonctionne encore, il peut être donné à un proche ou à une association telle qu'[Envie](#) ou [Emmaüs](#) pour être réemployé ;

- Il peut également être rapporté ou repris par le vendeur qui a l'obligation de le reprendre en cas de rachat d'un appareil neuf ;

- Il peut être apporté dans une déchèterie qui collecte les déchets d'équipements électriques et électroniques.

Le site www.ecosystem.eco recense les points de collecte agréés de la filière et vous permettra d'identifier la déchèterie la plus proche de chez vous.

Les marques

Les marques de hotte du Gifam :

ARTHUR MARTIN, ASKO, BEKO, BOSCH, BRANDT, CANDY, ELECTROLUX, FAURE, GAGGENEAU, GRUNDIG, HOTPOINT, INDESIT, LG, MIELE, NEFF, ROSIERES, SAMSUNG, SCHNEIDER, SMEG, VIVA, WIRLPOOL.

À propos du Gifam

Groupement des marques d'appareils pour la maison, le Gifam rassemble une cinquantaine d'entreprises, grands groupes multinationaux et PME, qui accompagnent le consommateur au quotidien en proposant des produits innovants en électroménager et confort thermique électrique. Son rôle est d'animer et promouvoir la filière électroménager en soutenant l'innovation, la qualité et le service au bénéfice du consommateur.

Le Gifam a pour mission de représenter la profession auprès des pouvoirs publics, des médias et des acteurs institutionnels et d'informer les consommateurs sur le choix, le bon usage, l'entretien et le recyclage des appareils électroménagers et thermiques électriques. Le Gifam est adhérent de la FIEEC (Fédération des Industries Electriques, Electroniques et de Communication) et d'APPLiA (Home Appliance Europe).

