

# SOLUPPGÅNG

Design Ola Wihlborg



Design and Quality  
IKEA of Sweden

|                         |           |
|-------------------------|-----------|
| <b>English</b>          | <b>4</b>  |
| <b>Español</b>          | <b>4</b>  |
| <b>Portugues</b>        | <b>5</b>  |
| <b>中文</b>               | <b>6</b>  |
| <b>繁中</b>               | <b>7</b>  |
| <b>한국어</b>              | <b>7</b>  |
| <b>日本語</b>              | <b>8</b>  |
| <b>Bahasa Indonesia</b> | <b>9</b>  |
| <b>Bahasa Malaysia</b>  | <b>10</b> |
| <b>عربي</b>             | <b>11</b> |
| <b>ไทย</b>              | <b>11</b> |



# English

## **Before using the chopping board for the first time**

To make it easier to protect your chopping board against grease and to increase its natural resistance to moisture, it should be treated with oil approved for contact with food, for instance vegetable oil. Oil once, wipe off any surplus oil and then repeat the treatment 24 hours later.

## **Looking after your chopping board**

- Clean your chopping board by wiping it with a wet cloth or scrubbing it with a brush. Do not allow the chopping board to be in contact with water for a prolonged period of time, to soak or be moist. This can cause the wood to split.
- Dry the chopping board carefully but do not use high temperature to speed up the drying process.
- To recondition the chopping board, it may be rubbed with sandpaper and re-oiled.

## **A few words of advice**

- It is a good idea to use different chopping boards for different types of food. Uncooked chicken, for example, may contain bacteria that should not be allowed to come into contact with foods that are eaten raw. Utensils and chopping boards that have come into contact with raw chicken should therefore always be washed very carefully.
- It is also advisable to use separate chopping boards for foods such as onion, fish etc. These have strong smells that can easily be transferred to other ingredients.

# Español

## **Antes de usar por primera vez**

Para evitar que la tabla se manche de grasa e incrementar su resistencia natural a la humedad, se recomienda tratar con aceite comestible,

como p. ej. aceite vegetal. Aplicar una mano de aceite, eliminar el exceso y repetir el tratamiento transcurridas 24 horas.

### **Cuidados para tu tabla de cortar**

- Limpia tu tabla de cortar frotándola con un paño húmedo o con un cepillo. No permitas que permanezca en contacto con el agua durante períodos de tiempo prolongados, ni la pongas en remojo o la expongas a la humedad. Esto podría causar que la madera se resquebrajase.
- Seca la tabla de cortar con cuidado, pero sin exponerla a altas temperaturas para acelerar el proceso de secado.
- Para renovar tu tabla de cortar, líjala y vuélvela a tratar con aceite.

### **Recomendaciones**

- Es recomendable utilizar diferentes tablas de cortar para distintos alimentos. Recuerda que la carne cruda contiene bacterias, por lo que no se debe manipular junto con otros alimentos que se vayan a ingerir en crudo. Por eso hay que lavar las herramientas con que se haya manipulado carne cruda de forma escrupulosa.
- También es recomendable utilizar una tabla de cortar especial para alimentos como la cebolla o el pescado, que pueden alterar el sabor de otros alimentos.

## **Portugues**

### **Antes de utilizar pela primeira vez**

Para ser mais fácil proteger a sua tábua de cortar contra a gordura e para aumentar a sua resistência natural contra a humidade, deve tratá-la com óleo apropriado para entrar em contacto com os alimentos, como o óleo vegetal. Aplique o óleo, limpe o excesso e repita a aplicação 24 horas depois.

### **Manutenção da tábua de cortar**

- Limpe a tábua de cortar esfregando-a com um pano húmido ou com uma escova. Não deixe a

tábua em contacto com a água durante muito tempo. Isto pode fazer com que a madeira se fenda.

- Seque a tábua cuidadosamente, mas não a exponha a temperaturas elevadas para acelerar o processo de secagem.
- Para renovar a sua tábua, pode lixá-la com lixa de papel fina e voltar a tratá-la com óleo.

### **Alguns conselhos**

- É boa ideia usar diferentes tipos de tábuas de cortar para diferentes tipos de comida. Frango não cozinhado, por exemplo, pode conter bactérias que não deveriam estar em contacto com a comida que se come crua. Por isso, os utensílios e as tábuas de cortar que tenham estado em contacto com carne crua devem ser bem lavados.
- Também aconselhamos o uso de tábuas de cortar diferentes para cebolas, peixe, etc. Este tipo de alimentos tem um cheiro forte que passa facilmente para outros alimentos.

## **中文**

### **第一次使用砧板之前**

为了更好地保护砧板免受油脂侵蚀并提高其天然防潮性，应在表面涂覆可与食物接触的油（例如植物油）。上一次油，擦去多余的部分，24小时后再上一次油。

### **爱护您的砧板**

- 清洁砧板可用湿布擦洗或用刷子刷洗。不要让砧板长时间与水接触，以此浸泡或弄湿砧板。这会导致木材开裂。
- 让砧板彻底干燥，但不要用高温加速干燥过程。
- 为使砧板回复原貌，可用砂纸打磨并重新上油。

### **几点建议**

- 种类不同的食物使用不同的砧板是一个好主意。例如，生鸡会带有细菌，不应与生吃的食物接触。因此，与生鸡接触的厨具和砧板应仔细地予以清洗。

- 此外，洋葱、鱼等食物应使用另外的砧板。这些食物气味浓烈，很容易就会将气味沾染到其他的原料上。

## 繁中

### 首次使用砧板時

為方便砧板日後清潔油脂以及提高木材的天然抗濕性，應該在首次使用前先塗抹一次食用油，如植物油。在砧板的兩面塗油一次，然後抹去多餘的，24小時後重覆一次。

### 砧板保養說明

- 用溼布將砧板擦拭乾淨或用刷子刷拭乾淨。不可使砧板長期泡水或受潮，這會造成木頭破裂。
- 小心擦乾砧板，請勿以高溫快速的方式烘乾。
- 為修復砧板，可用砂紙磨平表面並重新上油。

### 建議事項

- 不同種類食物最好使用不同的砧板。舉例來說，生雞肉可能藏有細菌，不可接觸生食的食物。接觸過生雞肉的器具及砧板於使用過後一定要仔細清洗。
- 也建議應隨著食物的不同而個別使用不同的砧板，像是洋葱，魚類等。食物的強烈味道會很容易轉附在其他食材。

## 한국어

### 처음 도마를 사용하기 전에

도마를 기름으로부터 보호하고 습기에 대한 저항성을 키우기 위해서는 식품과 접촉이 가능한 식물성오일 등의 오일로 도마 표면을 관리해주어야 합니다. 오일을 바른 후 여분의 오일을 닦아내고 24시간 후 과정을 반복하면 됩니다.

### 도마 관리방법

- 젖은 천이나 브러시로 닦아서 도마를 세척하세요. 장시간 물에 닿도록 두지 마세요. 물에 담가두거나 젖은 상태로 두면 나무가 갈라질 수 있습니다.
- 도마를 잘 말려주세요. 빨리 건조시키기 위해 높은 온도에 노출하면 안됩니다.
- 표면을 사포로 밀고 오일을 다시 발라주면 다시 새것처럼 사용할 수 있습니다.

## 사용 팁

- 식재료에 따라 도마를 구분해 사용하면 좋습니다. 예를 들어, 익히지 않은 닭고기에는 조리하지 않고 그대로 섭취하는 음식이 접촉하면 안될 박테리아가 있을 수 있습니다. 그래서 익히지 않은 닭고기와 접촉한 주방 기구와 도마는 매우 깨끗하게 씻어야합니다.
- 양파나 생선 등의 식재료도 도마를 구분해 사용하는 것이 좋습니다. 향이 강한 재료들의 냄새가 다른 재료에 묻어나기 쉽기 때문입니다.

## 日本語

### まな板を初めてご使用になる前に

本来の防湿性を強化し、油がつきにくくするため、食べ物にふれても安全な植物油などを塗ってください。オイルを一度塗り、余分な油をふきとった後24時間たってからもう一度このお手入れを行ってください。

### まな板のお手入れ方法

- まな板を洗浄するにはぬれたな布でふくか、ブラシでこすってください。まな板を水に浸けたまま長い間放置しないでください。木が割れることがあります。
- まな板を十分乾かしてください。しかし速く乾かすために高温に当てないでください。
- まな板の表面を調整するには、中細のサンドペーパーで表面を丁寧にこすった後オイルを塗ってください。

### アドバイス

- 食品別にまな板を使い分けることをおすすめします。例えば生の鶏肉には細菌がついている場合があるので、生で食べる食品に触れないようにしてください。生の鶏肉に触れた調理器具やまな板は十分に洗浄してください。
- また、玉ねぎ、魚などにおいの強い食品には、他の食品ににおいが移らないよう別のまな板を使用することをおすすめします。

# Bahasa Indonesia

## Sebelum penggunaan pertama kali

Untuk memudahkan perlindungan talenan Anda terhadap minyak dan meningkatkan ketahanan alami terhadap kelembaban, rawatlah dengan minyak yang aman untuk makanan, misalnya minyak sayur. Oleskan minyak sekali, bersihkan sisanya dan kemudian ulangi perawatan 24 jam kemudian.

## Cara memelihara papan potong anda

- Bersihkan papan potong menggunakan kain lembab atau gosok dengan sikat. Jangan biarkan berada dalam air untuk jangka waktu yang lama. Jangan rendam atau dibiarkan lembab. Ini dapat menyebabkan kayu rusak.
- Keringkan dengan hati-hati tetapi dengan suhu tinggi untuk mempercepat proses pengeringan.
- Untuk pemulihan kembali keadaan, cukup amplas dengan kertas pasir halus dan sapukan kembali dengan minyak.

## Saran

- Adalah ide yang baik dengan menggunakan papan yang berbeda untuk jenis makanan yang berbeda. Ayam mentah, misalnya, kemungkinan mengandung bakteri tidak boleh terkontak dengan makanan yang akan dimakan mentah. Peralatan makan dan papan potong yang telah terkontak dengan ayam mentah harus selalu dicuci bersih.
- Hal ini juga dianjurkan untuk menggunakan papan potong yang terpisah untuk makanan, seperti bawang merah, ikan dll . Bau yang kuat dengan mudah dapat dipindahkan ke bahan lain.

# Bahasa Malaysia

## Sebelum kali pertama menggunakan landas cincang

Untuk memudahkan anda melindungi landas cincang daripada minyak dan untuk menambahkan ketahanan semula jadinya terhadap lembapan, ia patut dirawat dengan minyak yang sesuai dengan makanan contohnya minyak sayuran. Lumurkan minyak sekali, lap lebihan minyak dan ulang rawatan selepas 24 jam.

## Cara menjaga landas cincang anda

- Bersihkan landas cincang dengan mengelap menggunakan kain basah atau memberusnya. Jangan biarkan landas cincang terkena air untuk jangka masa yang panjang. Jangan biarkan landas cincang terendam atau lembap kerana ini mungkin menyebabkan rekahan.
- Keringkan dengan sempurna, tetapi jangan gunakan suhu yang tinggi untuk mempercepatkan proses pengeringan.
- Untuk memulihkan landas cincang, gosok permukaan dengan kertas pasir dan sapu minyak.

## Nasihat

- Ia adalah satu idea yang baik untuk menggunakan landas cincang yang berlainan untuk jenis makanan yang berlainan. Sebagai contoh, ayam yang belum dimasak mungkin mengandungi bakteria yang tidak sepatutnya terkena makanan yang dimakan mentah. Peralatan dan landas cincang yang terkena ayam yang belum masak perlu dibasuh dengan teliti.
- Adalah juga dinasihatkan untuk menggunakan landas cincang yang berlainan untuk makanan seperti bawang, ikan dll. Bau yang kuat dengan mudah akan dipindahkan kepada bahan-bahan lain.

### قبل استخدام لوح التقطيع للمرة الأولى

لجعل حماية لوح التقطيع ضد الدهون أكثر سهولة و لزيادة مقاومته الطبيعية للرطوبة، يجب معالجته بزيت معتمد لملامسة الأطعمة، مثل الزيت النباتي. ضعي الزيت مرة واحدة وأزيلي أي فوائض زيت ثم أعيدي المعالجة بعد 24 ساعة.

### كيفية العناية بلوح التقطيع

- نظف لوح التقطيع بقطعة قماش رطبة أو بحكه بفرشاة. لا تدع لوح التقطيع يبقى في الماء لفترة طويلة. لا تترك لوح التقطيع مغموراً في الماء أو نديا فقد يسبب ذلك تشققات.
- جففه جيداً و لكن لا تعرض لوح التقطيع لدرجة حرارة عالية لتسريع عملية التجفيف.
- لترميم و إعادة تأهيل لوح التقطيع، بكل بساطة صنفّر السطح بصنفرة ناعمة و أعد دهنه بالزيت.

### كلمات قليلة للنصح

- إنها فكرة جيدة أن تستعملي ألواح تقطيع مختلفة لمختلف أنواع الطعام. الدجاج النيئ، على سبيل المثال، ربما يحتوي بكتيريا لا يجب السماح لها أن تصل بالأطعمة التي تؤكل نيئة. لذلك فإن أدوات المطبخ وألواح التقطيع التي تلامس الدجاج النيئ يجب دائماً غسلها بعناية تامة.
- من المفيد أيضاً إستعمال ألواح تقطيع للأطعمة مثل البصل، السمك إلخ. فتلك الأطعمة ذات روائح قوية يمكنها بسهولة الإنتقال لمكونات أخرى.

## ไทย

### ก่อนที่จะใช้เขียงครั้งแรก

เพื่อให้สามารถทำความสะอาดคราบไขมันออกจากเขียงได้ง่าย และช่วยให้เขียงทนความชื้นได้มากขึ้น คุณควรซึโลมน้ำมันที่ใช้กับอาหารได้ลงบนเขียงก่อน เช่น น้ำมันพืช ทาน้ำมันครั้งแรก แล้วเช็ดออก จากนั้นทาล้างอีกครั้งหลังผ่านไป 24 ชั่วโมง

### การดูแลรักษาเขียงไม้

- ใช้ผ้าเปียกเช็ดเขียง หรือใช้แปรงขัดให้สะอาด อย่าปล่อยให้เขียงโดนน้ำเป็นเวลานาน เช่น อย่าปล่อยให้เขียงแช่อยู่ในน้ำ หรือให้ถูกความชื้น เพราะจะทำให้เกิดรอยแตกในเนื้อไม้ได้
- เช็ดเขียงให้แห้ง อย่าใช้ความร้อนสูงเร่งให้แห้ง
- ใช้กระดาษทรายขัดและทาน้ำมันซ้ำ เพื่อปรับสภาพเนื้อไม้

## คำแนะนำบางประการ

- ควรแยกเขียงที่ใช้เตรียมอาหารต่างชนิดกัน ไม้ดัดอาจมีแบคทีเรียบางประเภท ซึ่งไม่ควรให้ปนเปื้อนกับอาหารที่รับประทานแบบดิบๆ ดังนั้นควรล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ และเขียงที่ใช้หั่นไม้ดัดให้สะอาดหมดจด
- มีข้อแนะนำอีกว่า ควรแยกเขียงที่ใช้กับอาหารบางชนิด เช่น หัวหอม ปลา เป็นต้น เพราะอาหารเหล่านี้มีกลิ่นแรง ซึ่งกลิ่นอาจจะติดไปกับส่วนประกอบอื่นๆ ได้ง่าย