

immuunsysteem en de darmflora, en het bevorderen van de bacteriediversiteit.

**AANBEVELINGEN:** 1. Het product wassen voor het eerste gebruik. 2. Gebruik voor de reiniging geen schuursponsjes of schuurmiddelen. 3. Het product niet rechtstreeks op een vlam of warmtebron gebruiken. 4. De container niet in oven of grill gebruiken. 5. Het glas niet onderwerpen aan plotse temperatuurverschillen. 6. Was en ontsmet de pot en het werkgebied vóór elk gebruik goed voor elk gebruik. 7. Wanneer het fermentatieproces gereed is en het potje geopend, in de koelkast bewaren. 8. Geschikt voor vaatwasser en koelkast.

**Русский** Приготовление ферментированной здоровой пищи в домашних условиях легче, чем вы думаете! Ферментированные продукты обладают множеством полезных свойств, например, укрепляют иммунную систему, улучшают кишечную флору и увеличивают бактериальное разнообразие. **РЕКОМЕНДАЦИИ:**

1. Вымойте изделие перед первым использованием. 2. При мытье форм не используйте металлические мочалки и абразивные средства. 3. Не ставить на прямой источник тепла. 4. Не используйте контейнер в печах или решетках. 5. Не подвергать стекло резкой смене температур. 6. Перед каждым использованием хорошо мойте и дезинфицируйте банку и рабочую зону. 7. После окончания процесса ферментации и открытия банки, хранить в холодильнике. 8. Пригодно для использования в посудомоечной машине и холодильнике.

**Dansk** Det er meget nemmere, end du tror, at lave dine egne syltede, sunde råvarer. Syltede råvarer indeholder masser af sunde ting, der er gode for dit helbred. De styrker bl.a. immunsystemet og tarmfloraen, samtidig med at de bidrager med sunde bakterier. **ANBEFALINGER:** 1. Vask produktet, før det tages i brug. 2. Formen må ikke vaskes af med skuresvampe eller rengøres med ridende produkter. 3. Produktet må ikke bruges direkte over åben ild eller anden varmekilde. 4. Beholderen må ikke anvendes i ovnen eller på grillen. 5. Glasset må ikke udsættes for pludselige temperaturændringer. 6. Før hver brug vaskes og desinficeres beholderen og arbejdsområdet godt. 7. Når sylteprocessen er færdig, og glasset har været åbnet, skal det efterfølgende opbevares i køleskabet. 8. Tåler opvaskemaskine og opbevaring i køleskab.

**Suomi** Terveellisten hapattettujen ruokien valmistaminen kotona on helpompaa kuin uskotkaan. Hapatettut ruoat ovat terveydelle edullisia monin tavoin: ne muun muassa vahvistavat immuunijärjestelmää ja suoliston bakteerikantaa ja lisäävät bakteerien monimuotoisuutta. **SUOSITUKSIA:** 1. Pese tuote ennen käyttöä. 2. Älä käytä pesussa karkeita tai hankaavia tuotteita. 3. Älä käytä tuotetta suoraan avotulella tai lämmönlähteen päällä. 4. Älä käytä astiaa uunissa tai grillissä. 5. Älä altista lasiastiaa äkillisille lämpötilan muutoksille. 6. Pese ja desinfioi säiliö ja työalue huolellisesti ennen käyttöä. 7. Kun hapattaminen on valmis ja astia avattu, säilytä jääkaapissa. 8. Sopii astianpesukoneeseen ja jääkaappiin.

**文** 家中准备发酵和健康的食物，比想象中更加容易！发酵食品提供多种健康益处，包括增强免疫系统和肠道菌群，以及增加菌群的多样性。 **使用建议：** 1. 在使用前先清洗本品。 2. 清洗时请不要使用丝瓜茸或其他摩擦类产品。 3. 请勿直接在火焰或热源上使用本产品。 4. 不要在烤箱内或者烤架上使用容器。 5. 请勿让玻璃容器突然变温。 6. 每次使用前，请对罐子和工作区域进行清洗和消毒。 7. 完成发酵过程，打开罐子，放入冰箱。 8. 适合洗碗机和冰箱。

## Modo de uso

Instructions  
Mode d'emploi

