

# HOW IT WORKS

---

## #1 - VORBEREITUNG

---

Schneiden Sie die Zutaten in der gewünschten Größe in mundgerechte Stücke.

Füllen Sie nun die geschnittenen rohen Zutaten in den JARSTY.

Verriegeln Sie den Deckel des JARSTY.

Schließen Sie das Ventil.

Schütteln Sie JARSTY, um die Zutaten gut zu vermischen.

## #2 - KOCHEN IN DER MIKROWELLE

---

Öffnen Sie das Ventil und stellen Sie JARSTY je nach Rezept für 5-6 Minuten in die Mikrowelle.

Bitte beachten Sie, dass die Leistungen von Mikrowellengeräten trotz gleicher Wattzahl stark voneinander variieren können. Damit Sie die ideale Leistung individuell genau ermitteln können, haben wir einen einfachen Test für Sie entwickelt.

## #3 - GAREN, PASTEURISIEREN UND UNTERKÜHLEN

---

Holen Sie JARSTY aus der Mikrowelle und schließen Sie das Ventil.

Lassen Sie JARSTY nun für 5-10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen, damit der Garvorgang abgeschlossen werden kann. Gleichzeitig findet ein natürlicher Vorgang statt, der die Keimbelastung reduziert und Lebensmittel enzymatisch oxidiert.

Jetzt können Sie Ihre Mahlzeit genießen.

Alternativ können Sie JARSTY mit geschlossenem Ventil weitere 5-10 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen, um die Haltbarkeit des Inhalts weiter zu verlängern. Jarsty aktiviert seine Vakuumfunktion und Sie können danach Ihre Mahlzeit bis zu 15 Tage im Kühlschrank aufbewahren, sofern das Ventil geschlossen bleibt.

## #4 - NACHVERBRAUCH

---

Holen Sie JARSTY aus dem Kühlschrank, öffnen Sie das Ventil, damit das Vakuum entweichen kann und erhitzen Sie JARSTY in der Mikrowelle, bis die gewünschte Temperatur erreicht ist.

Im Bedarfsfall können Sie JARSTY gerne schütteln, bevor Sie den Deckel abnehmen.