

Presseinformation

Diät auch für den Herd

Stromverbrauch beim Kochen um 40 Prozent und mehr senken

Berlin, 15. Januar 2009. Sich bewusster zu ernähren ist ein beliebter Vorsatz für den Jahresstart. Doch bewusst zu kochen bedeutet nicht nur, bei der Auswahl der Lebensmittel auf Frische und Qualität zu achten, sondern auch einen unnötig hohen Einsatz von Energie zu vermeiden. Denn wer beim Kochen Energie spart, senkt Stromverbrauch und -kosten. Die *Initiative EnergieEffizienz* rät zu einem Herd mit Induktionstechnik. Ein Induktionsherd spart im Vergleich zum klassischen Elektroherd mit gusseisernen Platten rund 40 Prozent Energie. Gleichzeitig erwärmt er Essen deutlich schneller. Allerdings sind nur Töpfe mit magnetisierbarem Boden für Induktionsherde geeignet.

Auch bei gusseisernen Herdplatten kann die Energieeffizienz beim Kochen gesteigert werden. Zum Beispiel indem man das lange Nachheizen der Platten zum Kochen nutzt. Zusätzlich lässt sich mit drei einfachen Tipps der Stromverbrauch deutlich reduzieren:

Tipp 1: Deckel drauf. Ohne den passenden Deckel benötigt man etwa dreimal so viel Energie, um ein Essen am Kochen zu halten. Ein Deckel aus Glas ermöglicht auch ohne Energieverluste einen guten Blick ins Innere.

Tipp 2: Passender Topfdurchmesser. Wenn Töpfe und Pfannen kleiner sind als die Kochplatte, geht Wärme ungenutzt verloren. Deshalb immer den passenden Durchmesser wählen.

Tipp 3: Schnellkochtopf: Bei besonders langen Garzeiten von über 20 Minuten lohnt sich der Einsatz eines Schnellkochtopfs. Er spart bis zu 30 Prozent Energie.

Weitere Informationen rund um das Thema Stromeffizienz im Haushalt unter www.stromeffizienz.de oder bei der kostenlosen Energie-Hotline: 08000 736 734. Die *Initiative EnergieEffizienz* wird von der Deutschen Energie-Agentur GmbH (dena) und den Unternehmen der Energiewirtschaft – EnBW AG, E.ON AG, RWE AG und Vattenfall Europe AG – getragen und gefördert durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie.

Pressekontakt:

Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena), Kerstin Hausmann, Chausseestraße 128a, 10115 Berlin

Tel: +49 (0)30 72 61 65-752, Fax: +49 (0)30 72 61 65-699, E-Mail: hausmann@dena.de, Internet: www.dena.de