

Energie besparen in de keuken

Energiezuinig keukenapparatuur is populairder dan ooit. Dit is niet voor niks, want het is goed voor het milieu en de portemonnee. Hier een aantal tips voor energiebesparing in de keuken:

Schoonmaken van de afzuigkap

Het is belangrijk om eens in de zoveel tijd het filter in de afzuigkap schoon te maken. Als er veel vet en stof in het filter zit, moet de afzuigkap namelijk harder werken en dat kost meer energie. Een afzuigkap met schoonmaakindicatie geeft aan wanneer je het filter moet schoonmaken.



Voedsel af laten koelen voordat je dit in de koelkast zet

Wanneer je eten wat nog niet volledig is afgekoeld in de koelkast zet, stijgt de temperatuur in de koelkast. De koelkast moet dan harder werken om op temperatuur te blijven.

Niet te veel water gebruiken als je kookt

Een energiezuinige kooktechniek is minder water gebruiken tijdens het koken. Hoe minder water je gebruikt, hoe eerder het water kookt. Dit zorgt dus voor minder energieverbruik. Om nog extra energie te besparen kan het vuur ook lager gezet worden wanneer het water kookt zodat het net blijft koken (borrelen).

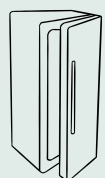


Kies voor energiezuinige apparaten

Besparen op je energieverbruik in de keuken? Check de kleuren van je energie-labels. Groen betekent het meest energiezuinig. Vaatwassers zijn energiezuinig vanaf energielabel C of hoger en koelkasten vanaf energielabel E. Je bespaart ook energie door het juiste programma te kiezen.

Rubbers van koelkast regelmatig nakijken en vervangen

Zet je warm eten in de koelkast, dan stijgt de temperatuur. Hierdoor gaat de kwaliteit van producten in de koelkast achteruit en kunnen bacteriën ontstaan. Wanneer het deurrubber in de koelkast slecht wordt, kan dit voor ijsvorming zorgen. Dit zorgt voor onnodig energieverbruik. Controleer het deurrubber regelmatig.



Energie besparen in de keuken

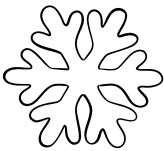
Energiezuinig keukenapparatuur is populairder dan ooit. Dit is niet voor niks, want het is goed voor het milieu en de portemonnee. Hier een aantal tips voor energiebesparing in de keuken:

Kies de juiste pan en kookplaat

Een kleinere oppervlakte zorgt voor minder warmteverlies. Kies dus voor een pan die qua grootte past bij de hoeveelheid die je kookt. Kies ook de juiste kookpit om de pan op te zetten. Wanneer je een kleine pan op een grote pit zet gaat er veel hitte verloren en bij een grote pan op een kleine pit is er meer energie nodig.



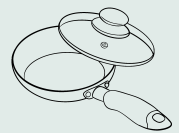
Bevroren eten in de koelkast



Laat bevroren levensmiddelen ontdooien in de koelkast in plaats van bijvoorbeeld de ontdooistand van de oven of magnetron te gebruiken. De kou afkomstig van bevroren etenswaren helpt de koelkast op temperatuur te blijven wat je ook weer energie bespaart.

Deksel op de pan bij koken

Een andere manier van duurzaam koken in de keuken is door te koken op een lage stand met de deksel op de pan. Hierdoor verdamp je minder water en verbruik je 2 tot 3 keer minder energie. Daarbij blijft het vocht in de pan en gaat het dus niet condenseren tegen de achterwand/afzuigkap.



Koken op lage standen

Koken op een lage stand waarbij het water zachtjes borrelt zorgt voor minder condens in de keuken en voor een lagere energierekening.

Eco stand gebruiken bij oven en vaatwasser

Door gebruik te maken van de eco-stand op keuken- apparatuur kan je flink besparen op energiekosten. De eco-stand op de vaatwasser verbruikt 25% minder water en 30% minder energie. Bij de eco-functie worden er verschillende warmte-elementen en standen gecombineerd. Deze functie wordt met name gebruikt voor klenere gerechten.