

# **Stromspartipps**

## **... beim kochen.**

Jeder Topf (und jede Pfanne) hat - zumindest in der Küche - seinen Deckel - nutze ihn. Das Essen ist schneller fertig und man spart bis zu 30% an Energie.

Ebenfalls hilfreich beim Stromsparen ist es, wenn der Topf oder die Pfanne genau auf die Herdplatte passt, dann geht keine Energie verloren.

Bist Du eher der Backtyp, dann schalte den Ofen erst an, wenn Dein Gericht auch rein kommt - dann verlängert sich die Backzeit etwas, aber kein Ofen muss noch vorgewärmt werden, denn die Energie ist verloren. Außerdem kannst du bereits einige Minuten vor dem Ende der Backzeit den Ofen ausstellen - die Restwärme reicht aus, dass dein Essen lecker fertig gebacken wird.

Nach dem Kochen ist dann das Abwaschen angesagt. Dass Du nicht unter laufendem Wasser abwaschen solltest, ist jedem bekannt. Aber wenn Du einen Geschirrspüler hast, dann nutze ihn. Denn wenn er immer gut gefüllt läuft - und wie bei der Waschmaschine im Energiesparprogramm - dann verbraucht er weniger Wasser, als wenn Du per Hand spülst.

Eindeutige ID: #1013

Verfasser: Rebekka Hadelers

Letzte Änderung: 2019-08-12 10:43