



Foto: Fotolia

4

## **TIPP: Kochen - Erdgas statt Strom** **Restwärme nutzen**

Wählen Sie beim Kochen immer die richtige Topfgröße passend zur Herdplatte. Wählen Sie Glastopfdeckel. Ein verschlossener Topf braucht weniger Energie und mit Glas vermeidet man das Anheben des Deckels. Topfböden sollten eben sein, die Herdplatte sauber mit gutem Kontakt zum Topf.

Warum nicht mal für rund 35 € einen Kochsack verschicken? Warmen Topf in den Kochsack stellen und ohne Energiezufuhr fertig garen lassen.

Dampfkochtöpfe reduzieren die Garzeit und den Energiebedarf um bis zu 60 % bei langkochenden, 30-40 % bei kurzkochenden Gerichten.



Kochsack

Gaskochfelder haben den Vorteil, dass die Wärme direkt an den Kochtopf kommt, ohne den Herd mit erwärmen zu müssen. Ein weiterer Vorteil ist die schnelle Regelbarkeit und es entstehen weniger Primärenergieverluste als bei Elektrogeräten. Bei elektrischen Herden braucht der Induktionsherd am wenigsten Energie.