

## **Umwelt-Tipp:**

### **Herd und Backofen:**

Wer jetzt wegen der Coronakrise viel zuhause ist, kocht wahrscheinlich auch mehr. Frische Lebensmittel statt Tiefkühlkost zuzubereiten, verbraucht weniger Energie. Man spart das Tiefkühlen und Wiederauftauen. Wasser für eine erholsame Tasse Tee bringt man energiesparend mit dem Wasserkocher auf Temperatur, statt mit dem Herd. Nur ein Induktionsherd kann das genauso energieeffizient. Der Wasserkocher sollte aber nur die benötigte Menge Wasser aufheizen und nicht immer maximal gefüllt werden. Durch die gleiche Größe Kochgeschirr und Durchmesser der Kochstelle, lässt sich zusätzlich Energie sparen. Es lohnt sich außerdem die Restwärme des Herds zu nutzen und Kochstellen früher auszustellen. Beim Backofen sollte man möglichst immer die Heiß- oder Umluftfunktion nutzen. Damit spart man sich das Vorheizen und kann in der Regel eine 20 bis 30 Grad niedrigere Backtemperatur wählen. (Regionale Energiagentur Ulm)

Ihr  
Klimastammtisch Holzheim

