

Consommez moins d'énergie en cuisinant



Diminuez le chauffage de 1° quand vous cuisinez = **7% d'économie sur la facture.**

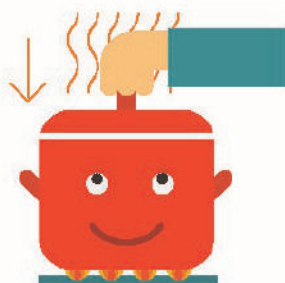
Coupez l'alimentation d'une plaque électrique ou du four quelques minutes avant la fin de la cuisson. La chaleur encore présente sur la plaque est suffisante pour terminer et garder au chaud les aliments.

Couvrez vos casseroles.

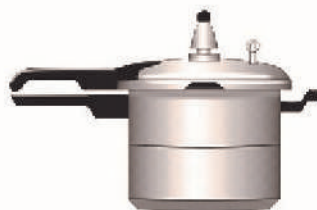
Sans couvercles il faut 3 fois plus de temps.



Adaptez vos casseroles à la zone de cuisson. Ne pas mettre une petite casserole sur une zone de cuisson plus grande.



Une casserole à pression permet de cuire beaucoup plus rapidement les aliments (40 à 70% de temps gagné) et donc le coût de l'énergie diminue.



Coupez la friteuse quelques minutes avant la fin de la cuisson. Et veillez à ne pas l'allumer trop tôt.



Plus le filtre de votre hotte est propre plus cela réduit la consommation et l'usure des moteurs.



Sortez les aliments du frigo 15 min avant la cuisson. Ils cuiront avec moins d'énergie.

Laissez les aliments refroidir avant de les placer dans le frigo ou le congélateur car les appareils vont utiliser beaucoup plus d'énergie.



Evitez de placer le frigo et le congélateur à proximité d'un appareil chauffant (four, lave-vaisselle, ...) car ils devront consommer plus d'énergie pour garder leur température suffisamment basse (4 à 5°).

Dépoussiérez régulièrement l'arrière du frigo.

Les congélateurs horizontaux (bahut) consomment 15% de moins que les autres congélateurs.

Dégivrez régulièrement le congélateur. Plus il y a de givre plus il y a de consommation.

- 2mm de givre = 10%
- 5mm de givre = 30%
- 1cm = 75%

Pour éviter la formation de givre, veillez à ne pas ouvrir l'appareil trop longtemps.

