

24 Νοεμβρίου 2016

## 10 τρικ για οικονομία στην κουζίνα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Απλές

συμβουλές για να μειώσεις τον λογαριασμό του ηλεκτρικού. Ξεκίνα από την κουζίνα σου

- 1. Προτίμησε τα εμαγιέ σκεύη μαγειρικής,** που απορροφούν καλύτερα τη θερμότητα.
- 2. Υιοθέτησε μια χύτρα ταχύτητας!** Εξοικονομεί κατά 30%-60% ηλεκτρικό ρεύμα.
- 3. Σβήσε τον φούρνο** ή το μάτι της κουζίνας δέκα λεπτά προτού ολοκληρώσεις το μαγείρεμα. Η θερμοκρασία που έχει ήδη αναπτυχθεί αρκεί για να «γίνει» το φαγητό σου.
- 4. Να καθαρίζεις τακτικά τον φούρνο** και τα μάτια της κουζίνας, μειώνοντας έτσι τις απαιτήσεις για ενέργεια.
- 5. Ρύθμισε** τη θερμοκρασία του ψυγείου στη μεσαία σκάλα ψύξης και όχι στο μέγιστο.
- 6. Να αποψύχεις** κατεψυγμένα τρόφιμα στη συντήρηση του ψυγείου, μειώνοντας έτσι τη θερμοκρασία του και, συνεπακόλουθα, την κατανάλωση ενέργειας.
- 7. Μην τοποθετείς το ψυγείο** κοντά στο καλοριφέρ, την κουζίνα ή άλλη πηγή θερμότητας.
- 8. Φρόντισε να αερίζεται καλά** η πλάτη του ψυγείου, εξοικονομώντας έτσι έως και 30% ηλεκτρική ενέργεια.
- 9. Περίμενε να κρυώσει καλά** το ζεστό φαγητό προτού το βάλεις μέσα στο ψυγείο.
- 10. Έχε υπόψη ότι το πλυντήριο πιάτων** ξοδεύει λιγότερο νερό και λιγότερο ηλεκτρικό ρεύμα απ' αυτό που θα «έκαιγες» για να ζεστάνεις νερό στο θερμοσίφωνα.

Πηγή: [womenonly.gr](http://womenonly.gr)