



Umwelttipp!

Kühlschrank einräumen: Frisch halten und so Strom sparen

Im Kühlschrank herrschen unterschiedliche Temperaturzonen. Wer die Lebensmittel dazu passend einräumt, hält sie optimal frisch und kann dazu auch noch Strom sparen.

Optimal eingestellt ist der Kühlschrank bei 5 bis 7 Grad. Die lokalen Temperaturen variieren jedoch je nach Ablagefach zum Teil deutlich. Während es unten kühler werden kann, steigt die Temperatur im obersten Fach manchmal erheblich über die durch den Regler eingestellte Gradzahl.

Beim Regeln der Temperatur liegt ein grosses Sparpotenzial; Kühl- und Gefriergeräte machen in den Schweizer Haushalten einen Viertel des Strombedarfs aus.

Kühlschrank richtig einräumen kann auf Energieverluste hinweisen

Auf der obersten Kühlablage, bei einer teils etwas höheren Temperatur von 8 bis 9 Grad, bleiben Konfitüre, Käse, Saucen oder Butter frisch. Ein Hinweis darauf, dass Ihr Kühlschrank zu kalt eingestellt ist, und somit unnötig Strom verbraucht, ist übrigens, wenn die Butter im obersten Fach zu hart wird. In diesem Fall können Sie den Regler etwas weiter unten drehen. nach

Allein ein Grad wärmer spart bereits fünf Prozent der Energie. Viele Kühlschränke besitzen zudem ein separates Gefrierfach. Dessen Temperatur sollte zum Energiesparen nicht tiefer als -18 Grad eingestellt sein.

Ordnung im Kühlschrank: Milch in der Mitte, leicht Verderbliches unten

Die Mitte des Kühlschranks ist mit durchschnittlichen 5 Grad gut für Milchprodukte wie Joghurt, Quark oder Rahm geeignet. Auch angebrochene Milchverpackungen sollten in dieser Zone gelagert werden. Alternativ kann die Milch auch in die Kühlschranktür gestellt werden. Achten Sie dabei aber auch darauf, dass sie möglichst in der Mitte steht.

2 bis 3 Grad herrschen auf der untersten Glasplatte im Kühlschrank, weshalb Sie dort Wurstwaren, Fleisch oder Fisch am besten aufbewahren. Direkt darunter befinden sich in der Regel ein oder zwei getrennte Fächer für Gemüse und Obst. Bei zwischen 9 und 12 Grad ist die Luftfeuchtigkeit hier am höchsten, wobei Frisches länger knackig bleibt.

Wer die Lebensmittel nach diesem System richtig einräumt, kann die Umwelt dadurch schonen, dass weniger zu schnell verdirbt und weggeworfen werden muss. Zudem lohnt es sich, mit der richtigen Ordnung im Kühlschrank zu testen, ob die Lebensmittel auch bei einem Grad weniger ausreichend lange frisch bleiben.

Abteilung Bau und Umwelt