

Tilbered julemaden energieffektivt

Snart skal julemaden koge og brase, men det betyder ikke, at energiforbruget i køkkenet behøver at eksplodere. Nemme råd gør julen klimavenlig og giver et lavere energiforbrug.

Julen varer længe, koster mange penge. Sådan lyder Peter Fabers absolut korrekte analyse i juleklassikeren Højt fra træets grønne top. Alene juleaften bruger danskere strøm for godt 10 millioner kroner ekstra ifølge tal fra Dansk Energi. Men julen kan sagtens blive billigere, uden at danskere skal gå på kompromis med hyggen og traditionerne. Mor og far i køkkenet kan nemlig få energiforbruget ned, hvis maden tilberedes på en energieffektiv måde.

"Helt op til 40 procent af en husstands elforbrug bruges i køkkenet, og i julen bruger vi typisk ovnen og komfuret mere end på noget andet tidspunkt i løbet af året. Men faktisk er det ret nemt at tilberede julemaden energieffektivt," siger Mads Lindevall Kristiansen, projektleder i Go' Energi.

Lad det koge og brase i samme ovn

Ovnen er køkkenets store energisluger, og det er også her, grisen og anden steges, frikadelleme lunes, og leverpostej bages. Men faktisk kan forbrugene skære op til 60 procent af energiforbruget, hvis grisen, anden og deres venner steges sammen. Husk blot at stege ting sammen, som kræver samme temperatur.

Ovnen rummer flere besparelser, hvis stegen sættes ind, mens ovnen er kold. Efter den tilberedningstid, der står i opskriften, slukker du ovnen og lader stegen stege færdig i 5-10 minutter i eftervarmen. Det skærer 25 procent af energiforbruget.

De største besparelser opnår du dog, hvis du bruger mikroovnen i stedet for ovnen. Er fiskefileterne og frikadelleme til julefrokosten allerede stegt, kan du varme dem op i mikroovnen, der bruger op til 75 procent mindre energi end den almindelige ovn.

Du kan finde flere gode råd til energieffektivitet i hjemmet på www.GoEnergi.dk.

Yderligere oplysninger:

Mads Lindevall Kristiansen, projektleder i Go' Energi, tlf. 41 96 49 84, e-mail: malk@goenergi.dk

Go' Energis Pressetelefon: 41 31 90 09 (åben kl. 07-22).

Om Go' Energi

Go' Energi er en uafhængig organisation med bestyrelse udpeget af klima- og energiministeren. Formålet med Go' Energi er at fremme energieffektiviseringer i husholdninger, det offentlige og erhvervslivet inden for alle former for energiforbrug – undtagen transport. Virkemidlerne er kampagner og formidling af viden i et konstruktivt samarbejde med markedets aktører. Go' Energi bygger videre på Elsparefondens arbejde.