

MICROGOLFOVEN

HOE KAN JE JE VERLICHTING ZUINIG GEBRUIKEN?

Er zijn een paar richtlijnen die helpen om het verbruik van een microgolfoven terug te dringen:

- ⚡ De microgolfoven gebruik je best om eten of een **kleine hoeveelheid** vloeistoffen op te warmen. Maaltijden bereiden of voedsel ontdooien kun je beter op een andere manier doen. Voor een grotere hoeveelheid water, is een (elektrische) waterkoker of een waterketel op het kookfornuis aangeraden.
- ⚡ **Roer** tussentijds het gerecht door zodat het sneller gelijkmatig warm is.
- ⚡ Gebruik de microgolfoven **niet** om te **ontdooien**. Laat de bevroren etenswaren in de koelkast ontdooien. Zo bespaar je niet alleen op het verbruik van microgolfoven, de koelkast verbruikt ook minder. Een win-win situatie.
- ⚡ Als je de microgolfoven niet gebruikt, haal dan de **stekker uit** het stopcontact. Bij een ouder elektronisch model zorgt het ingebouwde klokje voor 25-40% van het jaarlijks elektriciteitsverbruik. Dit is niet het geval bij mechanische systemen met draaiknop en belletje.
- ⚡ Zet bij een combi-oven de **heteluchtfunctie** aan, in plaats van de boven- en onderwarmte ('gewone oven').
- ⚡ Het **rendement** van een microgolfoven is vier keer zo groot als dat van een elektrische oven. Dit komt omdat de microgolf alleen het eten opwarmt, niet de lucht, de schotel of de wanden.

WAT LEVERT HET OP?

Het sluisverbruik van een microgolfoven loopt op tot 25 kWh per jaar. Als alle Limburgse gezinnen dit sluisverbruik verhinderen, bespaart dat evenveel energie als de hoeveelheid energie die de 2 windturbines in Ham Zwartenhoek (8 GWh) jaarlijks produceren!

WAAR MOET JE OP LETTEN BIJ DE AANKOOP?

Ben je van plan om een nieuwe microgolfoven aan te kopen? Let dan op de volgende punten:

- ⚡ Kies een **passende** oven die overeenstemt met je eetgewoonte en kookwijze.
- ⚡ Koop een **mechanische** microgolfoven zonder klokje of ga na of het klokje kan uitgeschakeld worden.
- ⚡ Een **combi-oven** combineert de microgolfoven en boven- of onderwarmte (net als een gewone oven), hetelucht, grill in één toestel. Dit type oven kan een gerecht sneller en energiezuiniger opwarmen dan een gewone oven, door de microgolf- en de andere functies tegelijk te gebruiken. Een combi-oven met heteluchtfunctie is het milieuvriendelijkst: deze bespaart energie doordat hij de warmte efficiënter gebruikt.
- ⚡ Je vindt ook **stoomovens**. Deze ovens verbruiken meer dan een klassieke oven en een microgolfoven.

ACHTERGRONDINFORMATIE

Net zoals bij koelkasten en diepvriezers worden ook ovens voorzien van een **energielabel**. De overgrote meerderheid van de aangeboden modellen behoren tot de klasse A of B. In tegenstelling tot bijvoorbeeld de koelkast wordt het energieverbruik van de oven in de eerste plaats bepaald door de frequentie van het gebruik. Bij een gemiddeld gebruik van 3-maal per week kunnen we de volgende waarden vastleggen:

Energieklasse	A	B	C	D
Stroomverbruik kWh/jaar	110	140	170	200

Een microgolf heeft een vermogen van 1000 tot 1500 Watt. Gebruik je hem een kwartier per dag, dan verbruikt je per jaar (100u) 100 kWh (tot 150 kWh).

BRONNEN EN REFERENTIES

- ⚡ www.milieucentraal.nl/themas/energie-besparen/apparaten-kopen-en-gebruiken/kookplaat-en-keukenapparaten
- ⚡ www.degrotekeukengids.be/nl/elektro-ovens-energie.php
- ⚡ www.energids.be/nl/vraag-antwoord/wat-is-het-verbruik-van-mijn-huishoudtoestellen/71