



ÉCONOMISEZ L'ÉNERGIE DANS LA CUISINE

LA CUISINE EST LE CŒUR DE VOTRE MAISON, mais elle ne doit pas forcément augmenter votre consommation d'énergie. Voici quelques moyens simples d'économiser l'énergie dans votre cuisine.

RECHERCHEZ LE SYMBOLE ENERGY STAR



Vous remplacez vos vieux appareils électroménagers ? Recherchez le symbole ENERGY STAR.

Les produits certifiés ENERGY STAR sont testés et certifiés pour répondre à des normes d'efficacité strictes. Cela signifie qu'ils consomment moins d'énergie que les appareils standards. Ils contribuent également à réduire votre facture d'électricité mensuelle.



LAVE-VAISSELLE

12 % moins d'énergie*



RÉFRIGÉRATEUR

10% moins d'énergie*



CONGÉLATEUR

10% moins d'énergie*

*En comparaison avec les modèles standards.



CONSEIL : Les appareils électroménagers certifiés « ENERGY STAR Most Efficient » sont les meilleurs en matière d'économie d'énergie. Recherchez également l'étiquette « ÉnerGuide ». Elle vous indiquera la quantité d'énergie consommée par un modèle comparé à des modèles similaires.

NETTOYEZ INTELLIGEMMENT



Obtenez le meilleur de votre lave-vaisselle.



REMPLISSEZ-LE À PLEINE CAPACITÉ.

Un chargement complet vous permet de gagner du temps et d'utiliser votre lave-vaisselle plus efficacement. Alors, faites le plein, même avec des articles casseroles et des poêles – et ne vous sentez pas coupable !



ÉVITEZ L'ÉVIER.

Ne pré-rincez pas la vaisselle ou ne lavez pas les articles à la main, sauf s'ils ne peuvent pas être mis au lave-vaisselle, car cela ne fait que gaspiller de l'eau. Les lave-vaisselles plus récents peuvent éliminer la saleté.



UTILISEZ LES BONS RÉGLAGES.

Essayez le réglage air sec sans chaleur ou le cycle d'économie d'énergie pour économiser encore plus d'énergie.



LE SAVIEZ-VOUS ? En plus d'économiser l'énergie, les lave-vaisselles permettent d'économiser beaucoup d'eau. Comparés au lavage à la main, les lave-vaisselles ENERGY STAR permettent d'économiser 26 400 litres d'eau par an. Cela représente 87 baignoires remplies d'eau !

CUISEZ INTELLIGEMMENT



Pas besoin d'utiliser plus d'énergie pour préparer des mets délicieux.



CHOISISSEZ LA BONNE BATTERIE DE CUISINE.

Choisissez la casserole qui correspond à la taille de l'élément de votre cuisinière et utilisez des couvercles pour cuire les aliments plus efficacement. Pour la cuisson au four, essayez des plats en verre ou en céramique plutôt qu'en métal. Ils répartissent la chaleur plus uniformément pour une cuisson plus efficace.



CUISEZ DE GRANDES QUANTITÉS OU PASSEZ-VOUS DU FOUR.

La cuisson en grande quantité peut vous aider à économiser de l'énergie, car vous ne chauffez le four qu'une seule fois. Essayez aussi des recettes sans cuisson, pour des gâteries délicieuses sans la chaleur.



PETITS REPAS ? ESSAYEZ LES PETITS APPAREILS.

L'utilisation d'un micro-ondes, d'une cocotte-minute ou d'une mijoteuse peut consommer moins d'énergie qu'une cuisinière ou un four, alors ne laissez pas ces petits appareils accumuler la poussière.



CONSEIL : Réfrigérez intelligemment et ne remplissez pas trop le frigo. Réglez votre réfrigérateur entre 1,7° et 3,3°C et votre congélateur à -18°C pour une efficacité maximale et un entreposage sécuritaire des aliments. Remplir moins des deux tiers de votre réfrigérateur permet également de le faire fonctionner plus efficacement.

ENCORE PLUS DE MOYENS D'ÉCONOMISER

RAPPELÉZ-VOUS CES CONSEILS SUPPLÉMENTAIRES POUR ÉCONOMISER ENCORE PLUS.



NETTOYEZ LES SERPENTINS.

Les serpentins de réfrigérateur poussiéreux retiennent plus de chaleur, il faut donc les nettoyer régulièrement pour rendre votre réfrigérateur plus efficace.



DÉBRANCHEZ, ÉCONOMISEZ.

Pensez à débrancher les petits appareils, comme votre micro-ondes ou votre cafetière, lors de votre routine de nettoyage. Cela vous aidera à éviter que les charges fantômes n'augmentent votre consommation d'énergie.



VOYEZ-Y CLAIR.

Améliorez l'éclairage de votre cuisine grâce à des ampoules LED, qui économisent l'énergie et durent plus longtemps. Recherchez des ampoules LED certifiées ENERGY STAR lorsque vous faites votre magasinage.