



Energispartävling okt-nov 2010

Stoppa onödan!



Det här har de
aldrig vågat
göra i TV:s
matprogram.

Spara el i köket

- Sätt på locket
- Använd eftervärme
- Tina fryst mat i kylan
- Frosta av frysen regelbundet
- Håll 5-8° i kylskåpet och -18° i frysen. Grönsaker och frukt kan förvaras i 10-12°.
- Använd vattenkokare (men inte till mjölk!)
- Rengör kondensorgallret på baksidan av kylskåp och frys
- Planera matlagningen
- Stäng av fläkten när den inte behövs
- Välj platta efter kastrullens storlek
- Byt ut kastruller med bucklig botten och lock som inte sluter tätt

Foto: Per Bengtsson / Energirådgivningen

**Sigtuna är en
ekokommun!**

