Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft e.V.

dgh for future

Das digitale Lexikon der nachhaltigen Hauswirtschaft

SDG 12 Nachhaltige/r Konsum und Produktion

Für nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sorgen: Richtiges Kochgeschirr spart Energie

Verwenden Sie das richtige Kochgeschirr!
Kochgeschirr muss zur jeweiligen Plattengröße passen. Wenn Töpfe und Pfannen kleiner als die Kochplatte sind, geht Wärme und Energie ungenutzt verloren. Ebenfalls muss das Kochgeschirr passend zur anstehenden Kochmenge ausgewählt werden. Dieses muss immer so groß wie notwendig gewählt werden.
Um Energieverluste zu vermeiden, sollte das Kochgeschirr unbedingt auch über ebene Böden verfügen. Kochgeschirre mit unebenen Böden sollten repariert oder ersetzt werden, da diese bis zu 30 % mehr Strom verbrauchen. Vor allem minderwertiges Kochgeschirr verformt sich leicht, Wärmeenergie geht verloren.
Zum Braten sind Chromstahlpfannen energiesparender als Gusspfannen, da sie weniger Wärme abstrahlen.

Schlagworte: Kochgeschirr, Topf, Plattengröße, Kochmenge, Chromstahl, Gusseisen, Kochen, Energiesparen.

Quellen:
HKI (2019): Klima schützen und Kosten senken – Ein Leitfaden zur Energieeffizienz in Großküchen. https://www.hki-online.de/pdf/2020.0210%20HKI%20Leitfaden%20Final%202%20Logo.pdf

Bundeszentrale für Ernährung (BZfE) (2022): Energiesparen beim Kochen. https://www.bzfe.de/presse/pressemeldungen-archiv-2024-und-frueher/energiesparen-beim-kochen (aufgerufen am 14.02.2026)

Ein Tipp von Andreas Helm, 15. Mai 2026

Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft e. V.
Kaiser-Friedrich-Str. 13, 53113 Bonn, Tel.: 0228 9212592
E-Mail: dgh@dghev.de, www.dghev.de