

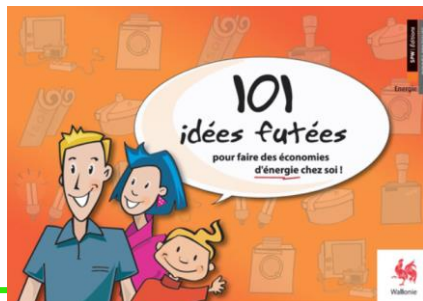
ASTUCE DU MOIS

101 idées futées

Vous cherchez d'avantage de conseils pour économiser l'énergie au quotidien ?

La brochure « **101 idées futées pour faire des économies chez soi !** » éditée par le Service Public de Wallonie est à votre disposition sur les présentoirs de l'Hôtel de Ville et de la Maison Bourgeois.

Elle est également téléchargeable sur le site energie.wallonie.be



LE COMITE PAED VOUS INFORME

Cuisiner économiquement !

Cuisiner en économisant l'énergie c'est possible. Voici quelques conseils pour y arriver :

- préférez les appareils électriques de classe énergétique faible (A++,...),
- choisissez des casseroles adaptées au diamètre de la zone de cuisson et n'oubliez de placer les couvercles,
- utilisez plutôt une casserole à pression (40 à 70 % de temps de cuisson gagné),
- coupez l'alimentation de votre taque électrique quelques minutes avant la fin de la cuisson,
- sortez les aliments du frigo 15 minutes avant la cuisson,
- n'utilisez pas la grande vitesse de votre hotte (ou rarement) car son aspiration est souvent surdimensionnée,
- choisissez un four à air chaud, il chauffe plus vite,
- utilisez le micro-ondes pour réchauffer de faibles quantités (tasse de thé, de lait ,...) ou cuire vos pommes de terre.

Contact : Isabelle Capron - 061/27 51 47 - isabelle.capron@neufchateau.be
Info : www.neufchateau.be (taper PAED dans le moteur de recherche)