

Wasser in der Küche einsparen

Die Küche ist ein Bereich im Haushalt, in dem oft viel Wasser verbraucht wird. Durch bewusste Entscheidungen und einfache Änderungen im Alltag können Sie jedoch erheblich Wasser sparen. Hier sind einige praktische Tipps, wie Sie in der Küche Wasser einsparen können:

1. Effiziente Nutzung beim Kochen

- **Wasserbedarf minimieren:** Verwenden Sie beim Kochen nur so viel Wasser, wie unbedingt nötig ist. Zum Beispiel kann Gemüse oft auch im Dampf gegart werden, was weniger Wasser benötigt und die Nährstoffe besser erhält.
- **Deckel verwenden:** Decken Sie Töpfe beim Kochen ab, um die Kochzeit zu verkürzen und den Wasserverbrauch zu reduzieren.

2. Wasser beim Abwaschen sparen

- **Spülmaschine nutzen:** Verwenden Sie eine Spülmaschine, wenn möglich, da diese in der Regel weniger Wasser verbraucht als das manuelle Spülen von Geschirr. Achten Sie darauf, die Maschine nur bei voller Beladung zu starten.
- **Abwasch mit zwei Becken:** Wenn Sie von Hand spülen müssen, verwenden Sie zwei Becken: eines zum Einweichen und Vorreinigen des Geschirrs und das andere zum Spülen. So können Sie den Wasserverbrauch erheblich reduzieren.

3. Lebensmittel richtig waschen

- **Gemüse und Obst:** Waschen Sie Obst und Gemüse in einer Schüssel oder einem Becken mit Wasser anstatt unter fließendem Wasser. Nutzen Sie das Wasser anschließend für Pflanzen oder zur Zubereitung von Brühe.
- **Wasser wiederverwenden:** Wenn Sie Lebensmittel abspülen, sammeln Sie das Abwasser und verwenden Sie es für die Bewässerung von Pflanzen.

4. Wasserhahn effizient nutzen

- **Hahn abdrehen:** Drehen Sie den Wasserhahn während des Zähneputzens oder des Einseifens beim Geschirrspülen ab. Dies kann eine erhebliche Menge Wasser sparen.
- **Durchflussbegrenzer installieren:** Überlegen Sie, einen Durchflussbegrenzer oder einen wassersparenden Wasserhahn zu installieren, um den Wasserverbrauch zu reduzieren.

5. Einkauf und Lagerung

- **Lebensmittelvorräte:** Planen Sie Ihre Einkäufe und Mahlzeiten, um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden. Weniger Abfall bedeutet auch, dass weniger Wasser für die Produktion und den Transport von Lebensmitteln verschwendet wird.

Fazit

Wasser in der Küche einzusparen ist nicht nur umweltfreundlich, sondern auch kostensparend. Durch kleine Veränderungen im Alltag können Sie den Wasserverbrauch erheblich reduzieren und gleichzeitig einen positiven Beitrag zum Schutz dieser wertvollen Ressource leisten. Jeder Schritt zählt – machen Sie mit und setzen Sie sich aktiv für den Wasserschutz in Ihrer Küche ein!