

02.04.2012 – 08:30 Uhr

Economisez 75% d'électricité en cuisant vos oeufs de Pâques

Zurich (ots) -

Chaque année, les Suisses consomment plus de 900 millions d'oeufs durs et gaspillent quantité d'énergie lors de leur préparation. Le WWF a donc testé différentes méthodes de cuisson: idéal pour économiser de l'électricité et pas seulement à Pâques!

Lorsqu'il y a plus de vingt ans, le conseiller fédéral de l'époque, Adolf Ogi, fit la démonstration de sa légendaire technique de cuisson des oeufs durs à la télévision suisse, devant un million de téléspectateurs, il militait en faveur d'une cuisine efficace sur le plan énergétique. Le WWF et l'EWZ Zürich (les services de l'électricité) ont voulu savoir si la méthode Ogi avait encore lieu d'être à l'ère des plaques à induction. C'est la raison pour laquelle ils ont chargé le centre de test SALT (Swiss Alpine Laboratories for Testing Energy Efficiency) de comparer sept techniques de cuisson des oeufs. Le verdict est sans appel: la plus efficace d'entre elles consomme environ quatre fois moins d'énergie que la moins efficace (voir graphique).

En tête du classement, on trouve les cuiseurs à oeufs, qui ne requièrent qu'une infime quantité d'eau pour fonctionner et s'éteignent dès que celle-ci s'est évaporée. Tout de suite après vient la méthode Ogi, basée sur une cuisson à couvert dans deux doigts d'eau. Lorsque le liquide bout, on éteint la plaque afin d'utiliser la chaleur résiduelle. L'efficacité de cette technique varie peu qu'elle soit pratiquée sur une plaque à induction ou vitrocéramique. Dans le premier cas, le manque de chaleur résiduelle est compensé en allumant la plaque sur le thermostat le plus bas.

La méthode la moins efficace, mais probablement la plus fréquente, consiste à cuire les oeufs dans une grande quantité d'eau sans couvercle: la dépense énergétique est trois fois et demie à quatre fois supérieure à celle d'un cuiseur à oeufs, qu'il s'agisse d'une plaque vitrocéramique, à induction ou en fonte. «Malheureusement, la plupart des livres de cuisine recommandent encore la technique la plus gourmande en énergie», regrette Jennifer Zimmermann du WWF Suisse. Les Suisses consomment plus de 900 millions d'oeufs durs par année. En optant pour les solutions les plus efficaces, les Suisses pourraient réduire de 75% les dépenses en électricité générées par la cuisson. Une manière simple d'économiser de l'énergie. Bonne chasse aux oeufs!

((Encadré)) Conseils pour cuire les oeufs de Pâques: - Toujours couvrir la casserole avec un couvercle. - Utiliser une plaque de cuisson adaptée à la taille de la casserole. - Deux doigts d'eau suffisent: les oeufs ne doivent pas être recouverts. - Utiliser la chaleur résiduelle des plaques de cuisson traditionnelles; sur une plaque à induction, terminer la cuisson à feu doux.

Grafic: http://assets.wwf.ch/downloads/2012_04_02_mm_ostereierkochen_grafik_f_1.pdf

Contact:

Pierrette Rey, porte-parole pour la Suisse romande WWF Suisse, 021
966 73 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100017820/100715984> abgerufen werden.