

Factsheet

Inductie

Inleiding

Om bij te dragen aan een klimaatneutraal klimaat gaan we in Nederland stap voor stap van het aardgas af. In sommige wijken blijft er misschien een gasnet met groen gas, maar veel huizen zullen gasloos worden. Elektrisch koken is een goed alternatief voor het koken op gas.

Het Zeeuwse energieakkoord is opgericht met als doel de uitstoot van CO₂ te reduceren in Zeeland. Hoe? Door in eerste instantie de vraag naar energie te verminderen en daarnaast door te kiezen voor duurzame alternatieven, waarbij je geen gas hoeft te gebruiken. Overschakelen op elektrisch koken is zeker aan te bevelen op het moment dat je de keuken of apparatuur vernieuwt, omdat Zeeuwse gemeenten de komende 30 jaar stapsgewijs dorpen en wijken van het aardgas af gaan koppelen. Eind 2021 wordt bekend welke wijken als eerste aan de beurt zijn.



Bron: www.mygo.nl

Inductie

Makkelijk, veilig, energiezuinig en schoon

Wil je elektrisch koken, ga dan voor een inductiekookplaat: die gebruikt minder stroom dan andere elektrische kookplaten. Vergeleken met gas is er nu nog weinig verschil in CO₂-uitstoot. Maar als de stroom duurzamer wordt, wint inductie het van koken op gas.

Meer over koken op inductie

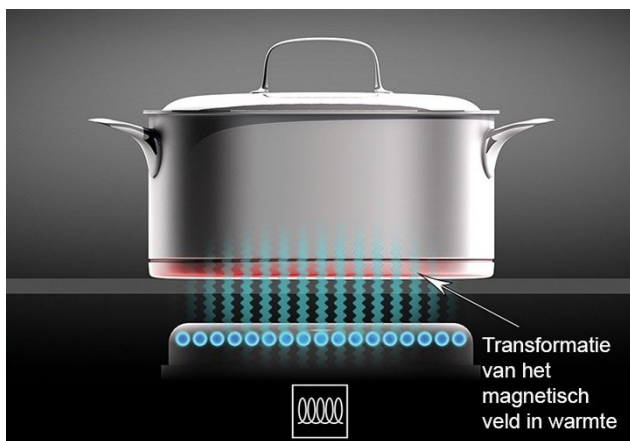
Voordelen

Veel mensen kiezen voor inductie omdat het een aantal voordelen heeft. Je kunt de temperatuur snel en goed regelen, waardoor het op koken op gas lijkt. De inductieplaat zelf wordt niet heet en de plek waar de pan staat (kookzone) koelt snel af als je de pan eraf haalt, waardoor het veilig is. De kookzones reageren alleen als er een pan op staat. Zet je de kookplaat of een kookzone per ongeluk aan zonder pan, dan wordt hij dus niet heet.

Er zijn geen vlammen en dus ook geen verbrandingsgassen: de lucht in de keuken is daardoor schoner. Verder heb je niet het risico dat je het gas per ongeluk aan laat staan. En eten dat naast de pan belandt, brandt niet snel in. Ten slotte is de kookplaat heel makkelijk schoon te maken met een doekje met afwasmiddel.

Wat is inductie?

Inductie werkt met magneten. Je pannen moeten dus een bodem hebben die magnetiseerbaar is, anders werkt verwarmen met inductiestroom niet.



Bron: www.meesterslijpers.nl

Daarvoor moet er een stalen laag in de bodem zitten. Pannen voorzien van het spoel symbool zijn geschikt voor inductie.

Heb je een pacemaker? Vraag dan aan de pacemakertechnicus/cardioloog of je op inductie mag koken. Andere vormen van elektrisch koken, zoals een keramische plaat, geven een veel minder sterk elektromagnetisch veld en vormen een goed alternatief.

Aansluiting voor inductie

Aparte groep nodig

Voor het aansluiten van een inductiekookplaat heb je een aparte stroomdraad nodig van de meterkast naar de inductiekookplaat en deze neemt 2 groepen van je meterkast in beslag (bij een grote kookplaat zelfs 3). Als je al elektrisch kookt, is er een grote kans dat de energieaansluiting in jouw woning al op orde is en je waarschijnlijk geen extra groep hoeft aan te leggen.

3-fase aansluiting

Een 3-fase aansluiting is de beste aansluiting voor het koken op inductie, omdat dit namelijk het meeste vermogen biedt. Een 1-fase aansluiting is wel mogelijk, maar de kooktijd is door het lagere vermogen langer.

Perilex stopcontact

Een inductiekookplaat moet worden aangesloten op een perilex stekker. In nieuwbouwwoningen worden perilex stopcontacten meestal standaard aangeleverd in de keuken, maar bij oudere woningen zal je deze vaak moeten laten aanleggen.

Kosten overstappen op inductie

De kosten van de aanschaf van een inductiekookplaat zijn gemiddeld € 600. Afhankelijk van de grootte, het merk en de functies zijn er inductiekookplaten te koop van € 200 - € 2.400.

Een extra stroomdraad naar de keuken en extra groep(en) in de meterkast kost gemiddeld € 600. Het verzwaren van de aansluiting op het stroomnet van 3x25A bedraagt ongeveer € 200.

Energieverbruik van verschillende kookplaten

Kookplaat	Dit gebruik je aan gas of stroom per jaar	Dit is je CO ₂ -uitstoot per jaar
-----------	---	--

Gas	37 m ³ gas	70 kilo
Inductie	175 kWh	70 kilo
Keramisch	225 kWh	90 kilo
Ouderwetse kookplaat (gietijzer)	260 kWh	110 kilo

Bronvermelding: voor deze uitgave van de factsheet 'Inductie' is gebruik gemaakt van informatie die te vinden is op de websites van Milieucentraal en van MyGo.