

Klima-Spartipp des Monats März 2023: Aber Vorsicht, it's zu cool man (and woman)!

Eines vorweg, es geht beim Motto dieses Tipps nicht um Rapper mit vielen Goldketten und Bling-Bling um den Hals. Stattdessen ist Coolness hier wortwörtlich zu verstehen, denn es geht darum, wie cool, also kalt, ein Kühlschrank minimal sein sollte.

Während beim Heizen möglichst niedrige Temperaturen den Wärmeverbrauch niedrig halten, gilt bei Kühlgeräten das exakte Gegenteil. Je wärmer diese sind, umso weniger Energie wird zum Kühlen benötigt.

In der Praxis ist es oftmals so, dass die Regler von Kühlschränken zu hoch eingestellt sind, weshalb zu viel gekühlt wird. Dies hat zur Folge, dass deutlich mehr Strom benötigt wird, als eigentlich nötig wäre. Der Kühlschrank ist so also im wahrsten Sinne des Wortes zu cool.

Die **optimale Kühlschrank-Temperatur**, ohne zu riskieren, dass sich grüne, blaue, weiße oder grüne Pilze im Kühlgerät heimisch fühlen und die eingelagerten Lebensmittel verderben, liegt bei **7°C für das mittlere Kühlfach**.

Als kleine Merkhilfe in Anlehnung an das Kürzel CR7 eines berühmten Fußballers, dient für die optimale Kühlschranktemperatur das Kürzel KR7. Dieses steht für:

Kühlschrank reicht 7 (also sieben Grad Celsius)

Bei Temperaturreglern des Kühlschranks mit Skala von 1 bis 5, ist meist bereits die Stufe 1 ausreichend, um diese Optimaltemperatur zu erreichen. Bei Reglern von 1 bis 7 ist Stufe 2 der Weg zum Glück. Wer in seinem Kühlschrank keinen eingebauten Thermometer besitzt, kann sich für kleines Geld einen separaten Kühlschrank-Thermometer anschaffen oder ganz unkompliziert den Regler auf die entsprechende Stufe einstellen.

Neben dem Thema Energieeinsparung ist es bei Lebensmitteln besonders wichtig, wie verhindert werden kann, dass diese verderben und weggeschmissen werden müssen. Hilfreich ist hier Trennkost, also in diesem Fall die Trennung nach bestimmten Lebensmittelarten und Einordnung an der richtigen Stelle im Kühlschrank. Somit kann sichergestellt werden, dass die Lebensmittel möglichst lange frisch bleiben.

Es ist so, dass ein Kühlschrank ähnlich den Klimazonen auf der Erde, in verschiedene Temperaturzonen unterteilt ist. Hieraus abgeleitet wird laut Ökotest für die optimale Lagerung von Lebensmitteln in einem Kühlschrank folgendes empfohlen:

- **Oberstes Fach: Käse und Co.** Das oberste Fach des Kühlschranks eignet sich für Käse, gut verpackte Speisereste, Geräuchertes und rohen Schinken.
- **Mittleres Fach: Frische Milchprodukte.** Hier sind am besten Milchprodukte wie Joghurt, Quark sowie geöffnete Obst- und Gemüsegläser einzuquartieren.
- **Unteres Fach: Fleisch und Fisch.** Das kälteste Fach ist ideal für leicht verderbliche Lebensmittel wie Fleisch und Fisch geeignet.
- **Gemüsefächer: Obst & Gemüse.** Wie der Name es bereits verrät, sollten hier kühlschranktaugliche Gemüse wie beispielsweise Salate, Spinat, Karotten und Früchte wie Beeren oder Aprikosen aufbewahrt werden.

Neben der Wahl der optimalen Temperatur lässt sich beim Kühlschrank weitere Energie einsparen, indem dieser so selten und kurz wie möglich geöffnet wird. Denn so bleibt die kalte Luft im Inneren. Übrigens hätten Sie gewusst, dass ein Kühlschrank der regelmäßig geöffnet wird, gefüllt sogar weniger Strom benötigt, wie bei gähnender Leere. Der Grund hierfür ist, dass die Gegenstände im Inneren wie Kühlakkus wirken und daher dazu beitragen kalte Luft im Inneren halten.

Florian S. Roth
Gemeinden Baienfurt, Baidt und Berg
Koordinator für eine klimaneutrale Kommunalverwaltung -
gefördert durch das Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg

Mobil: 0157 80661690
klima@b-gemeinden.de