

## Kochen mit Induktion



Fachverband Elektroapparate für Haushalt und Gewerbe Schweiz  
Association Suisse des Fabricants et Fournisseurs d'Appareils électrodomestiques

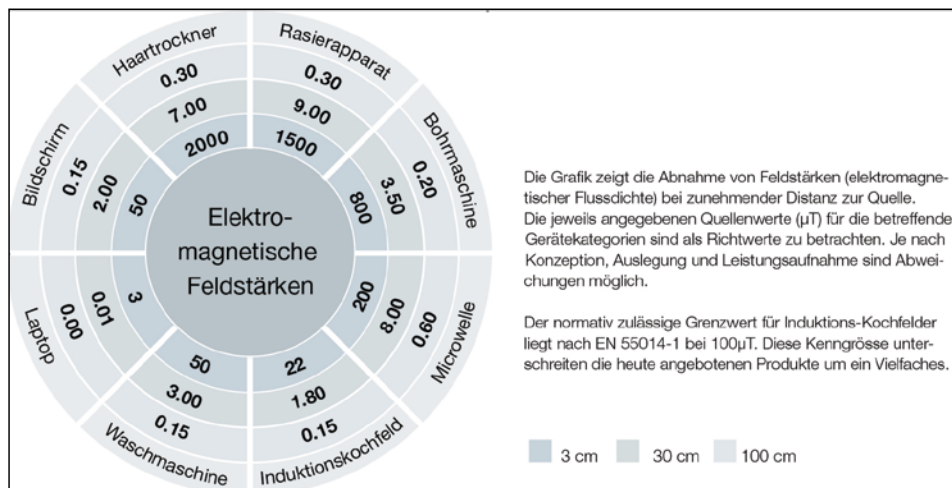
### FEA Merkblatt zum Kochen mit Induktion

#### Physikalische Gegebenheiten

Elektromagnetische Felder kommen überall in unserer Umwelt aus natürlicher und immer häufiger auch aus künstlicher Quelle vor.

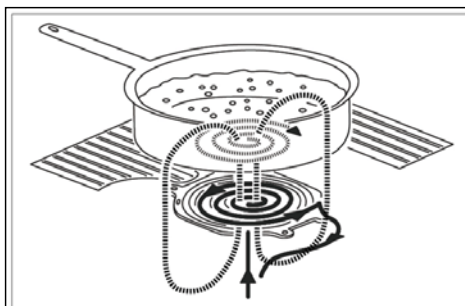
Der technologische Fortschritt der Menschheit beruht auf der Erzeugung und Nutzung von Energie und einer vernetzten Elektrifizierung. Überall wo elektrischer Strom zur Verfügung steht, fliesst und verbraucht wird, werden elektrische bzw. elektromagnetische Wechselfelder induziert.

#### Einwirkung und Belastung für Mensch und Biologie



Die Wissenschaft konnte bis heute trotz zahlreichen Studien nicht nachweisen, dass elektromagnetische Felder für die Natur und die Gesundheit des Menschen schädlich sind. Es ist aber nützlich und beruhigend zu wissen, dass elektromagnetische Felder schon bei kleiner Distanz zur Quelle stark an Intensität verlieren und bei kurzer Verweildauer im Nahbereich die Belastung entscheidend reduziert. Diese Erkenntnisse sind besonders für sensibilisierte Menschen von Bedeutung. Sie können mit ihrem persönlichen Verhalten eine wirksame Minimierung der elektromagnetischen Belastung erreichen.

## Funktionsprinzip und schematischer Aufbau eines Induktionskochherdes



Funktionsprinzip und schematischer Aufbau eines Induktionskochherdes

### Kochen mit Induktion (Stand der Technik)

Induktionskochherde bieten bemerkenswerte Nutzwert-Vorteile:

- energiesparende Wärmeerzeugung
- schnelles Ankochen
- präzises und reaktionsschnelles Regelverhalten
- keine heissen Kochzonen
  - kleinere Verbrennungsgefahr
  - kleinere Brandgefahr
  - weniger Reinigungsaufwand
- mehr Sicherheit
  - automatische Topferkennung
  - keine Heizfunktion ohne Topf möglich

Für die optimale Funktionserfüllung bei tiefen Emissionswerten (Elektromagnetik) spielen Qualität und Eigenschaften der Kochtöpfe eine wichtige Rolle. Für den Einstieg in das Kochen mit Induktion sollte beim Kauf eines Induktionskochfeldes ein – gemäss den Empfehlungen des Herstellers – passendes und geeignetes Kochtopf-Set angeschafft werden.

Wer das minimale Strahlungspotential vermindern will, beachte folgende Hinweise:

- Stellen Sie die Pfannen in die Mitte der Kochzonen. Passen Sie die Pfannengrösse der Grösse der Kochzone an, stellen sie keine kleinen Pfannen auf grosse Kochzonen, sondern bedecken Sie die Kochzonen vollständig mit entsprechend grossen Pfannen.
- Auf den hinteren Kochzonen profitieren Sie von grösserer Distanz zur Quelle!
- Verwenden Sie die Powerstufe vorzugsweise für das Ankochen von grossen Mengen
- Verwenden Sie keine defekten Pfannen mit unebenen Böden, auch nicht wenn sie problemlos erhitzt werden!
- Verwenden Sie idealerweise Kochlöffel aus Kunststoff.
- Personen mit Herzschrittmacher oder implantierten Defibrillator sollten die Verwendung eines Induktionskochfeldes mit ihrem Arzt/ihrer Ärztin besprechen (Störfestigkeit der implantierten Produkte abklären)

### Verweis auf wissenschaftliche Publikationen

Bundesamt für Gesundheit (BAG) ==> (Induktionskochherd und andere Geräte)  
<http://www.bag.admin.ch/themen/strahlung/00053/00673/03156/index.html>

15.2.2008 / © Copyright by FEA Zurich



## Induktions-Kochfelder Kochen wie in der Profi-Küche

[Zum Thema](#)

### Kochen mit ZUGer Induktion ist energiesparend

Induktion hat sich ganz dem Zeitgeist verschrieben – schneller und noch energieeffizienter. 1 Liter Wasser wird in ca. 2 Minuten zum Sieden gebracht. Das geht nur, wenn eine intelligente Technik eingesetzt wird.

