

A woman with long brown hair in a ponytail, wearing a white headband with a colorful pattern and a white and black vertically striped shirt, is cooking in a kitchen. She is holding a wooden spoon to her lips and has her other hand on a stainless steel pot on a black induction cooktop. The kitchen has white cabinets and a range hood.

Cocina
más eficiente



Cocina, mi lugar favorito

En la cocina podemos mostrar amor a nuestros seres queridos, podemos descubrir sabores, colores y texturas que alegran la vida; pero también es una de las áreas de la casa donde se da un mayor consumo de energía eléctrica, por eso tome en cuenta los siguientes consejos e información:



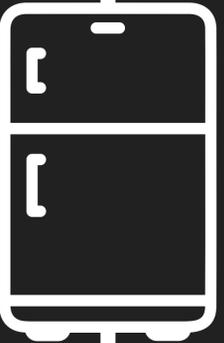
 **24**
horas

Iniciemos con la refrigeradora

- 1** Es el electrodoméstico que más trabaja pues permanece conectado siempre.
- 2** Si se va a ausentar por muchos días, puede dejarla desconectada, limpia y con la puerta abierta para que no se formen hongos ni bacterias.
- 3** Recuerde no abra la refrigeradora sin necesidad, ni por periodos mayores de diez segundos.

Tips de eficiencia

- 1 Mantenga el congelador lleno, puede colocar recipientes con agua así ayudará a conservar el frío.
- 2 Colóquela en un lugar ventilado, a una distancia de la pared de unos **10 cm como mínimo**.
- 3 Evite colocar objetos y prendas de vestir en la parte posterior.
- 4 Ubíquela fuera del alcance de la luz solar directa y lejos de equipos que produzcan calor.
- 5 Procure no ubicarla en espacios cerrados o empotrarla en los muebles de cocina.
- 6 Permita que los alimentos alcancen la temperatura ambiente antes de guardarlos.
- 7 Limpie la parte trasera de la refrigeradora un mínimo de tres veces al año, la acumulación del polvo reduce su rendimiento.





Sabía que...

El calor genera una carga térmica al sistema de refrigeración y ocasiona que el compresor trabaje más y consuma más energía, por eso aléjela del calor.

**Si va
a comprar...**



**Consulte
la etiqueta
energética**

¿Cuál es su función?

Sirve como guía para comparar equipos con características similares, pero con consumos de energía diferentes, lo que permite escoger el equipo que consuma menos energía eléctrica.



ETIQUETA ENERGÉTICA

CARACTERÍSTICAS DEL EQUIPO

MARCA MODELO

TIPO **REFRIGERADOR CONGELADOR**

TIPO DE DESCONGELACIÓN **AUTOMÁTICO**

VOLUMEN DEL EQUIPO

CONGELADOR **71.2 L** AJUSTADO **306.7 L**

ENFRIADOR **204.2 L** **TOTAL 275.4 L**

CONSUMO DE ENERGÍA

PARA ESTA UNIDAD **312 kWh / AÑO L**

MÁXIMO RECOMENDADO
PARA ESTE TIPO DE UNIDAD **342.4 kWh / AÑO L**

PERSONA FÍSICA O JURÍDICA QUE COLOCÓ ESTA ETIQUETA

La información contenida en esta etiqueta es para que usted compare el desempeño energético de este refrigerador con otros similares que se ofrecen en el mercado nacional. Dichas características han sido determinadas mediante métodos controlados en laboratorios, por lo tanto podrán variar según las condiciones y los hábitos de uso y el estado del equipo.

**IMPORTANTE, REMOVER ESTA PLACA ANTES
DE SU COMPRA POR EL CONSUMO FINAL
ES UNA VIOLACIÓN A LA LEY N 7447**

Esta etiqueta responde a la ley 7447, Uso Racional de la Energía y solo puede ser retirada por el consumidor final del equipo.

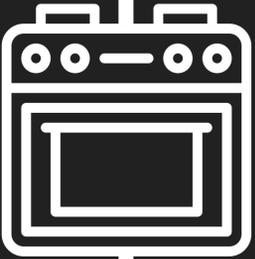


La Cocina Eléctrica

La cocina ha venido sustituyéndose por otros electrodomésticos que ocupan menos espacio, pero de igual manera le daremos las siguientes recomendaciones:

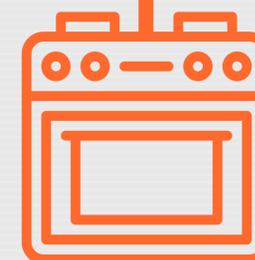
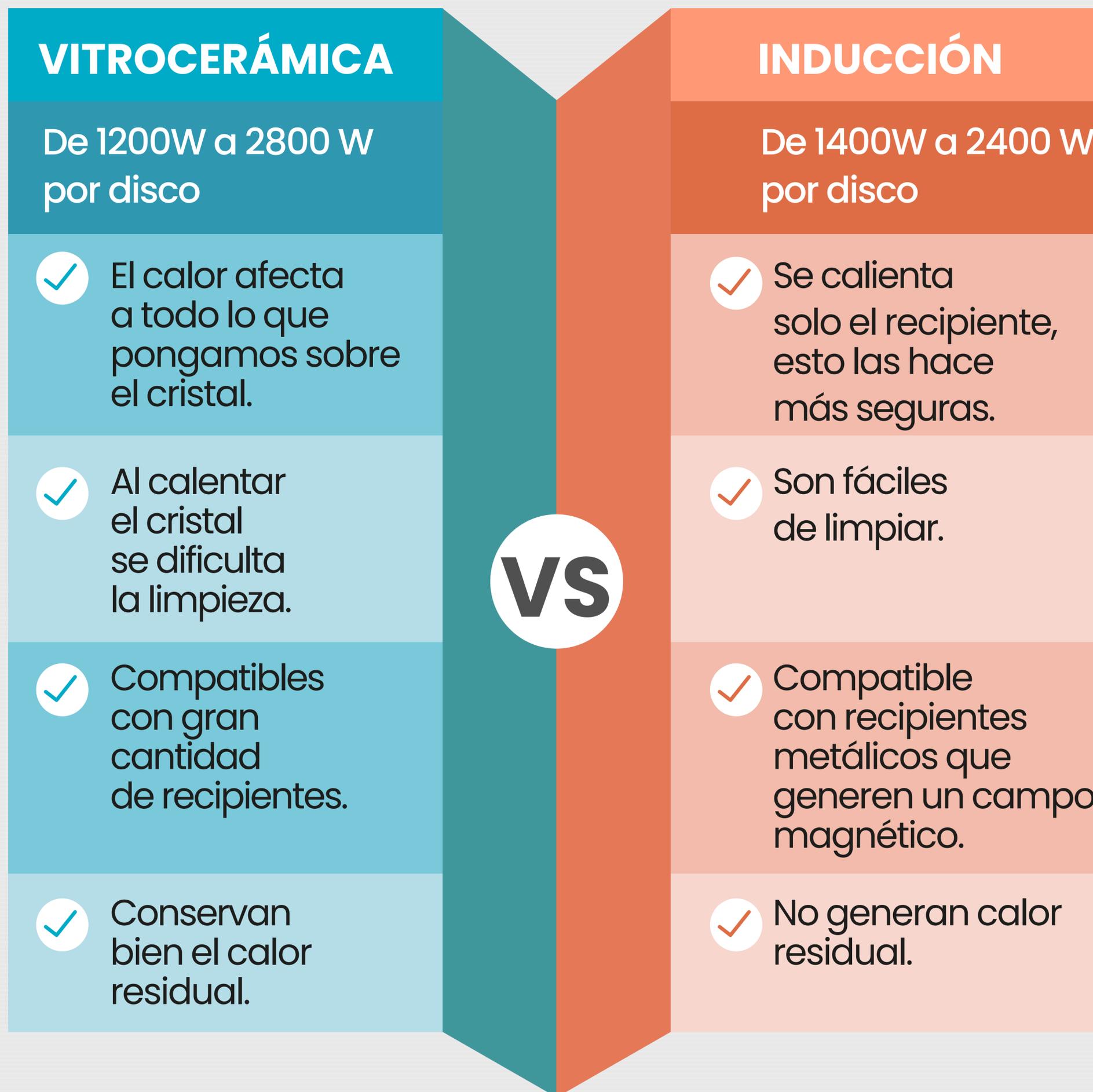
Tips de eficiencia

- 1 Aproveche las temperaturas mínimas de los discos y procure apagarlos antes de que los alimentos estén listos.
- 2 Utilice ollas y sartenes con fondo plano y del mismo tamaño del disco.
- 3 Al cocinar tape las ollas y sartenes para conservar el calor.
- 4 Apague los discos y el horno un poco antes de finalizar la cocción y así aprovechar el calor residual.
- 5 Aproveche al máximo la capacidad del horno.
- 6 Evite abrir la puerta del horno constantemente, de esta manera conservará el calor interno.



Tecnologías en cocinas

Le presentamos algunas características:





Recuerde

Hoy en día, hasta el más mínimo detalle se tiene en cuenta a la hora de personalizar y desarrollar electrodomésticos que nos faciliten y simplifiquen la vida.

Actualmente las plantillas de inducción son las más modernas, contienen bloqueo del panel para seguridad de los niños, temporizador y control de temperatura y potencia.



El horno microondas

Potencia promedio: 1100W





Sabía que...

Según el código eléctrico de Costa Rica establece que los microondas deben tener un interruptor individual de acuerdo con su potencia.



Tips de eficiencia

- 1** Utilícelo principalmente para calentar, es rápido y eficiente.
- 2** Lea el manual del fabricante para conocer todas las funciones que trae.
- 3** Si lo desea utilizar para cocinar, busque recetas de corto tiempo de cocción.





El Lavaplatos

Es un equipo cada vez más frecuente en los hogares pues facilita las labores en la cocina. Si tiene uno es importante leer el manual del fabricante para que conozca su correcto uso y logre un óptimo funcionamiento.

Tips de eficiencia

- 1** Active la opción de ahorro de energía si está disponible.
- 2** Enjuague cargas completas.
- 3** Procure usar el ciclo de secado sin calor.
- 4** Abra la puerta inmediatamente después del enjuague final para que los platos se sequen al aire.





**Electrodomésticos
periféricos**

*aliados
en la cocina*



**Sartén
eléctrico
1200 W**



**Vaporera
800 W**



**Freidora
de aire
de 1200
a 1700 W**





¿Cómo funciona?

El aire caliente circula deprisa alrededor de los alimentos, lo que los va cocinando, sirve para hornear y freír.



Licuadaora
450 W



**Licuadaora
de inmersión**
250 W



**Procesador
de alimentos**
160 W



Batidora
150 W



Opciones para el café



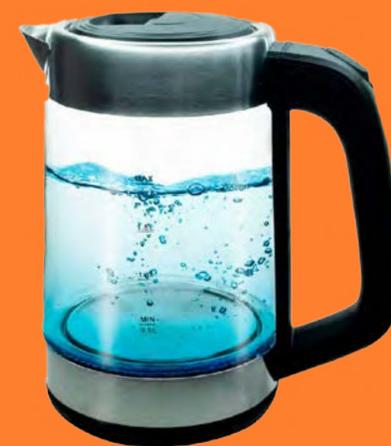
**Coffee
maker**
1100 W

Sandwichera
900 W



Tostadora
850 W

**Pichel
eléctrico**
1100 W



Hornito tostador
1200 W

Si tiene dudas...

Si tiene dudas o requiere más información puede contactarnos al correo



amercadeorelacional@cnfl.go.cr



2295-5821



esencial
**COSTA
RICA**

