

# Koken zonder gas zo werkt het

Steeds meer woningen gaan van het gas af. Koken gebeurt daarom steeds vaker op een inductiekookplaat. Dat is veilig, makkelijk schoon te maken en beter voor het klimaat. De meeste mensen wennen snel aan koken op inductie. 85% van de nieuwe kookplaten is op inductie. Bij koken op gas komen verbrandingsgassen vrij in huis. Dat kan slecht zijn voor de lucht in huis. Als je gaat koken op inductie heb je dit probleem niet.

## Waarom koken op inductie?

- ✓ **Veilig** – geen open vuur
- ✓ **Snel** – water kookt snel
- ✓ **Makkelijk** – zo weer schoon



## Hoe werkt koken op inductie?

Bij inductie wordt de pan warm, niet de kookplaat. Dat is veilig en energiezuinig.

Let op: niet elke pan werkt op inductie. Je controleert dit eenvoudig met de magneettest:

### Houd een magneet tegen de onderkant van je pan.

✓ **Geschikt** Magneet blijft plakken

✗ **Niet geschikt** Magneet plakt niet



Nieuwe pannen herken je aan het inductiesymbool (spoele).

**Goed om te weten**



Van speciale pannen, zoals een wok of tajine, bestaan ook inductie-varianten.

## Voorbereiden op koken op inductie

### 1 Check je meterkast

1- of 3-fase, met of zonder fornuisgroep. Hoe meer fasen, hoe meer vermogen.

### 2 Bepaal en kies

Kies een kookplaat die past bij je gebruik én aansluiting:  
**1-fase:** eenvoudig koken  
**2-fase:** meeste huishoudens  
**3-fase:** grote kookplaten of fornuis met oven

### 3 Zo nodig aanpassen

Past je wens niet? Dan zijn vaak aanpassingen nodig, zoals een Perilex-stopcontact, extra groepen of een 3-fase aansluiting.

**Laat altijd een elektricien meekijken en vraag advies in de winkel.**

### Extra tips:

- Heb je een **gasplaat met elektrische oven**? Dan kun je soms een **inductieplaat op pootjes** gebruiken die over het gasstel past. Zo kun je de oven blijven gebruiken.
- Heb je een **pacemaker**? Overleg met je arts of inductiekoken voor jou geschikt is.



## Vragen? !WOON helpt

Heb je vragen over koken zonder gas of over energietransitie en aardgasvrij wonen? !WOON geeft bewoners gratis informatie en advies.

020 5230 130  
aardgasvrij@wooninfo.nl



Scan de QR-code of ga naar  
[www.wooninfo.nl/aardgasvrij](http://www.wooninfo.nl/aardgasvrij)