

Küche – Die Anforderungen an die Beleuchtung in der Küche sind hoch. Die LED-Technologie hat sich dank ihrer Eigenschaften auch hier durchgesetzt und bietet beides: richtiges Arbeits- und angenehmes Stimmungslicht.

Gutes Licht beim Kochen

Verglichen mit den Gesamtkosten für eine Küche ist der Anteil, den man für deren Beleuchtung ausgibt, klein. «Um in einer Küche arbeiten zu können, ist

JUTTA GLANZMANN GUT
Dipl. Arch. ETH, Faktor Journalisten

gutes Licht aber essenziell», sagt Gilles Debled von der Störi Licht AG, die Leuchten und Lichtsteuerungen für den Einbau in Küchen anbietet. Eine gute Küchenbeleuchtung zeichnet sich in erster Linie durch eine gute Ausleuchtung der Arbeitsflächen aus. Zum einen spielt dabei die Helligkeit der Beleuchtung eine Rolle. «Dafür ist eine Beleuchtungsstärke von 500 Lux ideal», sagt Lichtexperte Stefan Gasser von eLight. Diese erreicht man beispielsweise, indem man eine Arbeitsfläche von einem Quadratmeter mit einer punktförmigen LED-Lichtquelle mit einer Leistung von fünf Watt beleuchtet. Wichtig sei auch, dass das Licht direkt auf die Arbeitsfläche falle. Neben der Helligkeit spielt die Farbwiedergabe eine Rolle. Laut Debled sollte diese CRI/Ra 80 oder mehr sein. Je höher dieser Wert liege, desto weniger würden die Farben von Lebensmitteln verfälscht. Der maximal erreichbare Wert liegt bei CRI/Ra 100. «Dabei erscheinen Gegenstände wie in natürlichem Licht», sagt Debled. Ein dritter Aspekt ist die Lichtfarbe: Diese kann warmweiss, neutralweiss oder kaltweiss sein. Für welche man sich entscheidet, sei in erster Linie eine individuelle Vorliebe, so die Erfahrung von Gasser.

Hohes Sparpotenzial

Ein weiterer Punkt ist die Wahl der Lichtquelle. Wurden in Küchen früher vor allem Halogenlampen als punktförmige Strahler und Leuchtstoffröhren für eine Linienbeleuchtung eingesetzt, heisst das Zauberwort heute LED. «Auch in der Küche setzen wir gegenwärtig praktisch nur noch LED als Lichtquellen ein», sagt Gilles Debled. Rund 85 Prozent der von ihnen verkauften Produkte seien LED, die restlichen 15 Prozent

seien vor allem Ersatzleuchtmittel für bestehende Beleuchtungen. «Mit der Steigerung der Lichtausbeute, der Anpassung des Preises nach unten und der mittlerweile guten Farbqualität des Lichts bieten LED ein gutes Arbeitslicht in der Küche», sagt Claude Gehri, CEO der Beat Bucher AG, die massgeschneiderte Lichtlösungen für Küchen anbietet. Vorteile gegenüber den herkömmlichen Leuchtmitteln wie Halogen oder Leuchtstoffröhren sind, dass bei LED die Wärmeabgabe nach unten entfällt und die Leuchtdioden klein und filigran sind. Im Vergleich zu früher bietet sich so ein viel grösserer Gestaltungsspielraum für Lichtlösungen in der Küche. Und dies bei reduziertem Energieverbrauch. Laut Stefan Gasser können Spots mit einer Leistung von fünfzig Watt durch LED mit einer Leistung von sieben Watt ersetzt werden, was einem Reduktionsfaktor von sieben entspricht.

Je nach Stimmung eine andere Lichtfarbe

Damit LED die versprochene Lebensdauer von bis zu 30 000 Brennstunden erreichen, ist es wichtig, dass die Qualität der gewählten LED hoch ist und dass die entstehende Wärme richtig abgeführt wird. Dies spielt vor allem beim Einbau eine Rolle. «Wir kombinieren die kleinen Dioden als Stripes mit Aluminiumprofilen», erklärt Claude Gehri. Aluminium deshalb, weil sich damit die Wärme der LED, die im hinteren Bereich der Leuchte entsteht, ableiten lässt. Diese auf Mass gefertigten, filigranen Leuchten lassen sich vom Küchenbauer in Sockel, Möbel und Schränke einbauen oder können als Tisch- und Wandleuchten sichtbar gezeigt werden. «Generell geht der Trend in der Küche weg vom Spot hin zu Langfeldleuchten, welche die ganze Fläche ausleuchten», sagt Gehri. Neben einer guten Ausleuchtung der Arbeitsfläche ist mit LED auch eine Abstimmung mit der Gesamtbeleuchtung des Raumes möglich – vor allem auch, wenn es sich um eine offen gestaltete Küche im Wohnraum handelt. Bei einer dyna-



In einer gut ausgeleuchteten Küche macht das Kochen mehr Spass.

BILD BEAT BUCHER



Warmweiss oder kaltweiss – je nach individueller Vorliebe.

BILD STÖRI LICHT

mischen LED-Leuchte lässt sich die Lichtfarbe mit einer entsprechenden Steuerung überdies beliebig ändern. So kann die Lichtfarbe auf das Licht der Dunstabzugshaube abgestimmt werden, das meistens fix ist. Oder man wählt fürs Kochen ein neutra-

les Arbeitslicht und beim Essen am Tisch stellt man auf eine warme Lichtstimmung um. Die Steuerung kann dabei über ein spezielles Gerät oder eine App auf dem Smartphone laufen. Neben einer Lösung, die nur die Beleuchtung der Küche betrifft –

beispielsweise bei einem Umbau der Küche – ist diese Art der Steuerung auch als Teil eines Smarthome-Systems realisierbar. Unabhängig von der formalen Ausgestaltung der Leuchten, sei es bei der Lichtplanung wichtig, den sogenannten Rebound-Effekt zu vermeiden, sagt Gasser. Dieser tritt dann ein, wenn die mit effizienteren LED eingesparte Energie durch den Einsatz von zusätzlichen Leuchten wieder aufgebraucht wird.

WEITERE INFOS

Im Ratgeber «Effiziente Beleuchtung im Haushalt» finden Sie viele Tipps und Informationen, mit deren Hilfe Sie Ihr Zuhause gemütlich beleuchten und dabei erst noch eine Menge Geld und Energie sparen können (www.energieeffizienz.ch).

BestLight
www.bestlight.ch