Checkliste

für Ihre Kaufentscheidung

Dampfgarer

HAUSGERÄTE+
Energieeffizienz im Haushalt

Impressum

Herausgeber:
HEA – Fachgemeinschaft für
effiziente Energieanwendung e.V.
Reinhardtstraße 32
10117 Berlin
www.hea.de

Text: Elke Bittner,
HEA-FA Haushalttechnik
Redaktion: Claudia Oberascher

Bildnachweis: AEG, Miele

© HEA, 2020

3. Auflage

Checkliste Dampfgarer

Richtig Kaufen – Effizient Nutzen
Eine Aktion im Rahmen der Initiative HAUSGERÄTE+

Nicht nur Profis, sondern auch immer mehr Kochfans setzen auf Dämpfen als komfortable, schonende und fettarme Zubereitungsmethode. Vitamine, Mineralstoffe und auch der Eigengeschmack sowie die Eigenfarbe der Lebensmittel bleiben erhalten. Neben dem Dampfgaren von Lebensmitteln sind die Geräte auch ideal zum Erwärmen fertiger Speisen, zum schonenden Auftauen, zur Zubereitung von Joghurt, um einen Hefeteig aufgehen zu lassen, zum Auskochen von Babyflaschen, Einkochen von Lebensmittel in Einmachgläser, Blanchieren oder um Schokolade zu schmelzen. Es werden keine Aromen übertragen, so können süße und herzhafte Gerichte gleichzeitig gegart werden. Die Speisen bleiben bissfest und saftig. Durch die Benutzerfreundlichkeit und die leichte Reinigung liegen Dampfgargeräte voll im Trend und das große Angebot an Ausstattungsvarianten ermöglicht eine rundum individuelle Geräteauswahl.

Die Checkliste Dampfgarer hilft Ihnen das optimale Gerät für Ihre Bedürfnisse zu finden. (Hierbei werden Tischgeräte in kleiner Bauart sowie Dampfgar-Mikrowellengeräte nicht berücksichtigt.)

Weiterhin erhältlich sind:
Checkliste Herde & Kochfelder
Checkliste Geschirrspüler
Checkliste Kühlgeräte
Checkliste Gefriergeräte
Checkliste Kühl-Gefrierkombinationen
Checkliste Waschmaschinen
Checkliste Wäschetrockner
Checkliste Dunstabzugshauben

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.hausgeraete-plus.de sowie im Elektro-Fachhandel.

Anmerkung: Worin unterscheidet sich der Einsatz eines Mikrowellengerätes im Vergleich zum Dampfgargerät? Ein Mikrowellengerät empfiehlt sich zum Erwärmen von Flüssigkeiten und Garen von kleinen Mengen aufgrund der Schnelligkeit und des geringen Stromverbrauches. Beim Dampfgargerät steht bei der Zubereitung der Speisen der Genuss, die Qualität sowie die Gelinggarantie im Mittelpunkt.

Welche Bauform kommt in Frage?

Die Gerätefront von Dampfgargeräten ist bei allen Bauformen sichtbar.

Standgerät

- ☐ frei aufstellbar

Einbaugerät

- ☐ zum Einbau in einen Hochschrank: mit einer Nischenhöhe von 38, 45 oder 60 cm, Nischenbreite 60 cm, Nischentiefe bis 58 cm
- ☐ zum Einbau in/unter einen Oberschrank: mit einer Nischenhöhe von 38 cm, Nischenbreite von 50 oder 60 cm und einer verringerten Nischentiefe von 31 cm
- ☐ zum Einbau unter die Arbeitsfläche in einen Unterbauschrank: mit einer Nischenhöhe von 38 (teilweise), 45 oder 60 cm, Nischenbreite 50 oder 60 cm, Nischentiefe bis 58 cm

Beim Einbau in einen Möbeloberschrank/Hängeschrank ist auf eine ergonomische Bedienung zu achten, z. B. mit Bedienfeld im unteren Gerätebereich.

Wie viel Platz steht für das Gerät zur Verfügung?

Abmessungen:

Höhe ..... cm
Breite ..... cm
Tiefe ..... cm

Türanschlag:

- ☐ unten
- ☐ rechts
- ☐ links

6 Welcher Gerätetyp kommt in Frage?

Fast alle Geräte haben einen manuell befüllbaren Wasservorratsbehälter (Wassertank/Wasserschublade). Je höher das Fassungsvermögen ist, desto länger ist der Dampfgarprozess möglich. Grundsätzlich sind die Garzeiten stark abhängig vom Gargut, Zustand des Lebensmittels (z. B. gefroren) wie auch der Geräteeffizienz.

Nur wenige Modelle benötigen einen Festwasseranschluss und Wasserablauf. Der Vorteil dieser Geräte ist, dass der Wasservorratsbehälter nicht manuell befüllt oder entleert werden muss.

Solo-Dampfgargeräte

- ☐ **Drucklos:** Dampfgaren bei Temperaturen zwischen 30 bis max. 100 °C. Die Garzeiten entsprechen in etwa denen auf der Kochstelle bzw. können um die Aufheizzeit des Gerätes bzw. der Lebensmittel verlängert sein. Diese Geräte haben einen Wasservorratsbehälter (0,8–2 l), der sich außerhalb des Garraumes befindet. Überwiegend wird dieser Gerätetyp angeboten.
- ☐ **Druck-Dampfgarer:** Ermöglicht zusätzliches Dampfdruckgaren bei Temperaturen von 101–120 °C, welches die Garzeit um bis zu 50 Prozent verkürzt. Diese Funktionsweise ist vergleichsweise mit einem Schnellkochtopf. Zur Erreichung dieser höheren Temperatur wird der 19 l Garraum hermetisch verriegelt. Diese Geräte werden fest an Frischwasser und Abwasser angeschlossen und benötigen einen Drehstromanschluss.

Dampfgargeräte mit Backofen

- ☐ Alle Geräte arbeiten drucklos und können entweder als reine Dampfgarer oder in Kombination Dampf mit Beheizungsarten wie Um-/Heißluft, Ober- und Unterhitze und Grill genutzt werden. In der Regel haben diese Geräte einen Wasservorratsbehälter (0,7–2 l). Einige Hersteller bieten Geräte mit festen Wasserzu-/ablauf an.
  Mit der Kombination aus trockener und feuchter Hitze gelingen saftige Braten, Aufläufe, Gebäcke, Kuchen und besonders krosses Brot.

System-Dampfgarer-Einsatz zum Nachrüsten

- ☐ Mit diesem Zubehör kann der vorhandene Backofen mit druckloser Dampffunktion nachgerüstet werden. Wasser wird in eine Auffangschale mit Glasdeckel gefüllt und mit der Backofenbeheizung „Unterhitze“ beheizt, um Wasserdampf zu erzeugen.

Wie hoch ist das nutzbare Dampfgar-Volumen?

Dampfgarer verfügen über 3 bis 5 Einschubebenen, wovon maximal 3 gleichzeitig nutzbar sind. Das Dampfgaren ist prinzipiell Ebenen unabhängig. Je nach Anwendung bzw. Gargut ist der Einsatz einer Auffangschale sinnvoll.

Dampfgargeräte

- ☐ mit geringer Tiefe (z. B. 31 cm): 20–24 l
- ☐ mit Standardtiefe (z. B. 58 cm): 31–74 l

Wie viel Energie verbraucht das Gerät?

Dampfgargeräte sind vom Energielabel ausgenommen. Wird bei Dampfgargeräten mit Backofen eine Energieeffizienzklasse angegeben, bezieht sich diese ausschließlich auf die Beheizungsarten Ober- und Unterhitze und Um-/Heißluft.

Wie soll das Gerät bedient werden?

- ☐ Drehwähler
- ☐ Drucktasten
- ☐ Sensorbedienung
- ☐ Touch-Control-Bedienung
- ☐ TFT-Farbdisplays
- ☐ LED-Anzeigen oder LC-Display

Die Beschriftung kann in Klartext oder über Symbole erfolgen.

Welche Grundfunktionen soll das Gerät bieten?

Alle Geräte bieten:
Dämpfen (30–100 °C), Regenerieren/Erwärmen (80–100 °C), Auftauen (30–60 °C). Bei Dampfgargeräten mit Backofen erlaubt der Regenerier-Bereich mit bis zu 120 °C ein effizienteres und schnelleres Regenerieren.

Weitere Funktionen vom Dampfgarer:

- ☐ Gärstufe (30–50 °C)
- ☐ Teller erwärmen (65 °C)
- ☐ Speisen warmhalten (70 °C)
- ☐ Niedrig-Temperatur-Dämpfen, Sanftgaren (80/85 °C)
- ☐ Menükochen manuell oder automatisch
- ☐ Sterilisieren, Entsaften (100 °C)
- ☐ Dampfdruckgaren (101–120 °C)
- ☐ Mikrowelle

Dampfgargeräte mit Backofen verfügen über weitere Beheizungsarten, z. B.:

- ☐ Um-/Heißluft
- ☐ Ober- und Unterhitze (auch einzeln)
- ☐ Grill
- ☐ Umluftgrillen
- ☐ Intensivbacken

Werden diese Beheizungsarten gleichzeitig mit der Dampffunktion genutzt, so werden die Funktionen je nach Anbieter als Intervall-Dampfgaren, Heißluft+Dämpfen, Heißluft und Feuchtgaren, Regenerieren, Profibacken oder Combigaren bezeichnet.

Bei modernen Geräten ist eine Dosierung der Dampfmenge möglich:
100% Dampf für Fisch, Reis oder Gemüse
50% Dampf zum Aufwärmen und für Gefrorenes
25% Dampf für Fleisch, Geflügel, Brot und Kuchen
0% Dampf zum Backen, Braten, Grillen auf herkömmliche Art.

Welche Extras sind wichtig?

- ☐ Automatikprogramme: Mit hinterlegten Programmen laufen Garvorgänge und optimal abgestimmte Dampferzeugung vollkommen automatisch ab.

- Einstell-Hilfen/-Empfehlungen: Für jede Speise die richtige Vorschlagsheizart/Temperatur.
- Umfang des Zubehörs für unterschiedliche Anwendungen, z. B. Auffangschale, gelochte/ungelochte Garbehälter, Rost, emailliertes Universal-Backblech, Servier-Porzellanschalen, Fettfilter zum Einsatz bei Dampfgargeräten mit Backofen, herstellerseitig beigelegtes Kochbuch.
- Memory-Funktion: Speichern von eigenen Programmen.
- Zeitschaltautomatik: Programmierung von Ein- und Ausschaltzeitpunkt bzw. nur Ausschaltzeitpunkt.
- Warmhaltefunktion: Nach Ablauf der Garzeiten werden die Speisen über einen Zeitraum automatisch warm gehalten.
- Automatisches Menügaren: Temperatur, Garzeit und Abfolge werden mit bis zu 3 verschiedenen Lebensmitteln automatisch bestimmt.
- Kerntemperatursensor: Bei Erreichen einer bestimmten Kerntemperatur im Fleisch/Fisch wird das Gerät automatisch abgeschaltet.
- Sous Vide (spezielles Programm): Gradgenaue Temperaturregelung zum gelingsicheren Sous Vide Garen von vakuumierten Lebensmitteln im Dampf.
- Festanschluss an Wasserzu- und -ablauf.
- Vernetzung möglich.

Welche Einrichtungen für Reinigung und Pflege gibt es?

- Entkalkungsprogramm: Automatisches Entkalken zur Reinigung des Dampfgenerators.
- Dampffunktion für die Reinigung des Garraums, teilweise zum Einweichen, zum Spülen des Garraumbodens sowie des Kondensatabflusses und eine Trockenfunktion zum Trocknen des Garraumes.
- Kombinierte Entkalkungs- und Reinigungsprogramme.
- Spülmaschinenfestes Zubehör.
- Schmutzunempfindliche Edelstahl-Front verhindert sichtbare Fingerabdrücke.
- Diverses Reinigungszubehör u. a. zur Erhaltung des hochwertigen Edelstahlgarraumes.
- Leichtreinigungstür: Tür ist ohne Werkzeug aushängbar und die Scheiben einzeln entnehmbar.

10 Welche Sicherheitseinrichtungen soll das Gerät haben?

- ☐ Aufheizkontrolle.
- ☐ Füll- bzw. Leeranzeige für den Wasservorratsbehälter und Kondensatbehälter.
- ☐ Anzeige Entkalken.
- ☐ Kühlgebläse.
- ☐ Kindersicherung/Verriegelungsfunktion: Sperrung des Bedienfeldes verhindert ungewolltes Einschalten oder Verändern einer gewählten Einstellung.
- ☐ Sicherheitsabschaltung: Automatisches Abschalten, teils abhängig von eingeschalteter Temperatur und eventuell Beheizungsart.

Modellvergleich	Modell 1
Firma / Marke	
Modell	
Abmessungen: Höhe/Breite/Tiefe	
Bauform / Gerätetyp	
Gerätepreis	
Gesamtbewertung	

Besonders wichtig für mich:

Welchen Service/Kundendienst gibt es?

Es ist sinnvoll, sich beim Gerätekauf zu erkundigen:

- Welche Garantieleistungen gibt es?
- Gibt es einen Kundendienst?
- Gibt es die Möglichkeit der Ersatzteilebeschaffung?
- Wann ist das Gerät lieferbar?
- Zu welchen Konditionen wird das Gerät angeliefert und aufgestellt bzw. eingebaut?
- Übernimmt der Händler die Entsorgung des Altgerätes?

Wie hoch sind die Kosten für die Anschaffung?

Preisvorstellung für das Neugerät: ..... Euro

	Modell 2	Modell 3

HAUSGERÄTE+
Energieeffizienz im Haushalt

Reinhardtstraße 32
10117 Berlin
info@hausgeraete-plus.de

Weitere Informationen unter
www.hausgeraete-plus.de