

Deine stilvolle Notfall-Küche

Kochen ohne Strom

Warme Mahlzeiten sind in Krisensituationen (k)ein Stück Normalität. Bei Bellaprepper machen wir das mit Stil!

Mit diesem Guide richtest du deine autarke Notfall-Küche ein, um auch ohne Strom leckere Gerichte zu zaubern. Hake die Punkte ab und entdecke noch mehr auf <https://bellaprepper.com>!

Gaskocher bereitstellen

- Warum? Ein Gaskocher ermöglicht dir, bei Stromausfällen zu kochen. Sicher und stilvoll.
- Was tun? Stelle einen Petromax Gaskocher (z. B. GE90 mit 2 Brennern) im Garten oder auf dem Balkon bereit. Teste die Piezozündung und die stufenlose Regulierung, indem du Wasser erhitzt.
- Tipp: Nutze ihn nur draußen, um Sicherheitsrisiken zu vermeiden.
- Inspiration: Erfahre mehr über den Petromax Gaskocher: <https://bellaprepper.com/petromax-gaskocher>.

Gas sicher lagern

- Warum? Ohne Gasvorrat nützt der beste Kocher nichts. Sicherheit ist hier entscheidend.
- Was tun? Lagere eine 11-kg-Propangasflasche (reicht für 200–300 Mahlzeiten) an einem kühlen, trockenen Ort außerhalb des Hauses. Für unterwegs kannst du Gaskartuschen nutzen.
- Tipp: Prüfe die Flasche regelmäßig auf Undichtigkeiten. Deine Sicherheit geht vor!
- Inspiration: Lies mehr über Notfall-Küche: <https://bellaprepper.com/petromax-gaskocher>.

Kochgeschirr wählen

- Warum? Das richtige Kochgeschirr macht das Kochen einfacher und gesünder!
- Was tun? Besorge eine Gusseisen-Pfanne & Dutch Oven oder Edelstahl-Töpfe (z. B. von Petromax)
- Teste sie, indem du ein Spiegelei mit Butterschmalz brätst. Die natürliche Patina sorgt für Antihaft-Eigenschaften. Die Gusseisenpfannen und Töpfe von Petromax sind die Einzigen, die bereits eingebrannt geliefert werden. So kannst du sofort mit Kochen, Braten oder Grillen loslegen. Richtig toll!
- Tipp: Reinige Gusseisen nur mit heißem Wasser und reibe es mit Bio-Pflegepaste ein. Niemals in die Spülmaschine hineinstellen!
- Kein Aluminium oder Pfannen mit Antihaftbeschichtung. Diese sind nicht geeignet für solche Strapazen und geben auch Gifte ins Essen ab. Vermeide diese.
- Inspiration: Erfahre mehr über Gusseisen: <https://bellaprepper.com/petromax-gaskocher>

Sauberes Wasser fürs Kochen sichern

- Warum? Ohne sauberes Wasser kein Kochen. Autarkie ist hier der Schlüssel.
- Was tun? Stelle sicher, dass du ein Wasserdestilliergerät hast, das du an die EcoFlow Delta anschließen kannst. Alternativ kannst du einen Katadyn-Wasserfilter nutzen. Fülle 2–3 blaue Glasbauchflaschen mit gefiltertem Wasser. Mehr sind natürlich besser.
- Tipp: Koche das Wasser mindestens 5 Minuten ab, um Keime abzutöten. So wie mein Onkel es empfiehlt! Es verhindert körperliche Probleme.
- Mit dem von mir empfohlenen Wasserfilter wird das Wasser bereits so gut durchgekocht. Damit hast du gleich von Anfang an hochreines, trinkbares Wasser zur Verfügung.
- Inspiration: Lies mehr über Wasseraufbereitung: <https://bellaprepper.com/reines-wasser>.

Kochen und Backen im Alltag testen

- Warum? Nur wer übt, ist im Notfall fit. Und es macht Spaß!
- Was tun? Nutze den Gaskocher im Alltag, z. B. für ein Garten-Dinner mit Freunden. Koche eine einfache Suppe oder grille Fleisch, um dich mit dem Gerät vertraut zu machen.
- Tipp: Du kannst sogar Brot im Dutch Oven auf dem Gaskocher backen. Oder Gulasch & Eintopf kochen. Ein absolutes Highlight für Notfälle!
- Dieses Brotbackbuch ist für solche Notfälle perfekt und zeigt dir sogar, wie du selbst Hefe oder Sauerteig ansetzen kannst. Ein tolles Notfall-Taschenbuch extra für's Brotbacken:
https://benable.com/bellaprepper/brotbacken-bei-stromausfall/details?detail_id=11850632
- Inspiration: Erfahre mehr über Notfall-Küche:
<https://bellaprepper.com/petromax-gaskocher>.

Deine stilvolle Notfall-Küche ist nun bereit.

Koche mit Klasse, auch ohne Strom!

Hier findest du meine Favoriten für die Notfall-Küche auf Benable:

<https://benable.com/bellaprepper/kochen-bei-stromausfall>.

Hier findest du auch die sämtliche Übersicht, ob Erste Hilfe, Wasser, Stromversorgung, wichtige Alltagsgegenstände etc. und vieles mehr!

<https://benable.com/bellaprepper>

(Ich bin mir 100%-ig sicher, dieses oder jenes hattest du noch gar nicht auf dem Schirm.)

Bleib dran für noch mehr Tipps auf <https://bellaprepper.com>!

**Bereit für den nächsten Schritt?
Hol dir das Bellaprepper E-Book!**

Du bist begeistert vom Prepping und willst noch mehr praktische Tipps, um in jeder Krise selbstbewusst und gut vorbereitet zu sein? **Dann trag dich jetzt unverbindlich für den Bellaprepper-Guide ein!**

Darin findest du einfache, motivierende Schritte plus Checklisten, um deine Krisenvorsorge auf das nächste Level zu bringen. Perfekt für Anfänger und Fortgeschrittene.

Klick hier drauf:

[JA, ich will vorbereitet sein](#)

<https://bellaprepper.com/vbebook>

Deine Daten sind sicher, und du bekommst nur die besten Prepper-Tipps direkt in dein Postfach! Für das E-Book bekommst du noch weitere unverbindliche Informationen!

Falls etwas schiefgeht, kontaktiere mich bitte hier:

<https://jumagosupport.com>

Du hast es fast geschafft! YAY!

Mit deiner stilvollen Notfall-Küche bist du der Krise jetzt immer einen Schritt voraus. Ganz ohne Stress, aber mit Stil, Struktur und Selbstvertrauen.

Und das Beste? Das hier war erst der Anfang.

Mit jeder Entscheidung, jedem Haken auf deiner Liste wirst du autarker, souveräner und bereit für alles, was kommt.

Lass dich weiterhin inspirieren. Entdecke neue Tipps, Tools & Tricks zum Umsetzen auf bellaprepper.com oder sichere dir jetzt den nächsten Schritt in deinem Prepper-Level-Up:

Hol dir den Bellaprepper-Guide und bring deine Krisenvorsorge auf ein ganz neues Level:

[JA, ich will vorbereitet sein!](#)

Bleib wachsam, aber immer mit Stil

Juma Bellaprepper

PS.: Wir können uns auch über Benable austauschen. Bei Benable braucht man einen Einladungslink zum Registrieren (kostenlos):

<https://klck.cx/dbenable>

PPS: Wenn du mehr Informationen über Benable brauchst, schreibe mir:

<https://jumagosupport.com>