

## 85 Anwendungen mit Natron

Wir haben uns mal die Mühe gemacht und 85 verschiedene Anwendungen von Natriumhydrogencarbonat zusammengetragen. Anfänglich haben wir uns gar nicht vorstellen können, wie viele Möglichkeiten es tatsächlich für Natron im Haushalt gibt! An dieser Stelle möchten wir auch unseren treuen Kunden danken, die uns Ihre Tipps und Tricks verraten haben. Einfach super! Gerne können Sie uns auch weiterhin Ihre Tipps und Rezepte via Email oder Facebook zukommen lassen. Wir freuen uns und erweitern unsere Liste gerne. Aber Achtung: Verwenden Sie Natron nicht auf mineralischen Untergründen, wie z.B. Hochglanz-Bodenfliesen, da es diese angreift. Auch Kunstleder können durch Natron beschädigt werden. Testen Sie die Materialien, die Sie behandeln wollen, zunächst an einer weniger gut sichtbaren Stelle. Hinweis: Alle Rezepte und Ideen, die Sie hier vorfinden, sind Vorschläge. Wir können keine Garantie dafür geben, dass alle Rezepte bei jedem einzelnen gleich funktionieren. Außerdem gibt es viele unterschiedliche Materialien, auf die wir nicht im Einzelnen eingehen und Rücksicht darauf nehmen können. Bitte informieren Sie sich vorab, ob Ihre Fliese, Armatur oder Sonstiges Natron (oder auch Essig, Waschsoda, Zitronensäure) vertragen kann. Wie bereits erwähnt, sollten Sie vor der Reinigung zunächst an einer unauffälligen Stelle testen. Haben Sie beispielsweise Erfahrungswerte zu der Verträglichkeit bestimmter Produkte, geben Sie uns gerne Bescheid und wir ergänzen dies in unseren Anwendungen. Bitte beachten Sie auch bei Körperpflegeprodukten (bspw. Natron Deo) die individuelle Verträglichkeit. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

### NATRON ZUR KÖRPERPFLEGE

Mittlerweile boomt die DIY-Bewegung im Kosmetikbereich und das aus gutem Grund: Viele Kosmetikprodukte sind teuer und zum Teil echte Chemiekeulen, die Allergikern das Leben schwer machen. Vielen Menschen ist es mittlerweile einfach wichtig zu wissen, welche Inhaltsstoffe in Ihren Kosmetikprodukten tatsächlich enthalten sind. Man legt Wert auf vegane Produkte, die vor allem ohne Tierversuche auskommen. Wer sich 100 %ig sicher sein möchte, was in seinen Pflegeprodukten drin ist, kommt also nicht drum herum seine Kosmetik selbst herzustellen. Mit Natriumhydrogencarbonat können Sie dies! Nachfolgend unsere Anleitungen zur Selbsterstellung, die Ihnen eine Menge Geld sparen werden.

**1. DEODORANT AUS NATRON** Sie können mit Hilfe von Natron Ihr eigenes Deodorant herstellen. Erhitzen Sie 100 ml Wasser kurz in einem Topf, rühren Sie 1 - 2 Teelöffel Speisestärke unter bis die Konsistenz zäh ist und lösen Sie beim Abkühlen 2 Teelöffel Natron darin auf. Da Natron geruchslos ist, können Sie gerne 5 Tropfen einer Essenz (z.B. Rosenblätter) hinzugeben. Nehmen Sie möglichst keine ätherischen Öle, weil viele Menschen darauf allergisch reagieren. Benutzen Sie stattdessen z.B. BlütenEssenzen. Rühren Sie die Masse gut um und füllen Sie diese in einen leeren Deoroller. Gerne können Sie einen alten Deoroller nach gründlicher Reinigung (z.B. mit Natron) wiederverwenden oder Sie kaufen einen leeren Deoroller. Für ein Deospray einfach einen Teelöffel Natron in 90 ml Wasser auflösen, nach Geschmack Duft-Essenzen hinzugeben und in eine Sprayflasche umfüllen. Die Sprayflasche erhalten Sie bei uns im Zubehör.

**2. NATRON-SHAMPOO** Benutzen Sie Ihr Natriumbicarbonat doch einfach mal als Shampoo. Zwei Teelöffel Natron mit ein bisschen Wasser zu einer Paste vermengen, diese auf die Haare auftragen,

kurz einwirken lassen und mit lauwarmen Wasser ausspülen. Das Natron entfettet und macht die Haare schön weich. Aber Vorsicht bei colourierten Haaren: Natron kann die Haare aufhellen!

**3. TROCKENSHAMPOO AUS NATRON** Aufgrund seiner entfettenden Wirkung können Sie Natron auch als Trockenshampoo anwenden. Vermengen Sie zwei Teelöffel Mais- oder Kartoffelstärke mit einem Teelöffel Natron. Geben Sie bei dunklen Haaren einen Teelöffel Kakaopulver und bei roten Haaren einen Teelöffel Zimt hinzu. Ihre Mischung in den Ansatz einmassieren und die Haare anschließend wie gewohnt stylen.

**4. AUFHELLEN DER HAARFARBE MIT NATRON** Natron hat eine aufhellende Wirkung auf das Haar. Sicherlich ersetzt Natron keine Blondierung, aber je nach Haartyp kann das Haar 1-2 Nuancen heller werden, wenn Sie Natron dauerhaft als Shampoo anwenden.

**5. MIT NATRON ZÄHNEPUTZEN** Mit Natron können Sie entweder eine Zahnpaste oder ein Zahnpulver herstellen. Für beide Arten findet man einige Rezepte im Internet, die wir aber nicht einfach weiter geben wollen. Die persönliche Zahngesundheit ist zu wichtig, um dauerhaft auf ein ungetestetes Rezept aus dem Internet zu vertrauen. Die Herstellung benötigt neben dem Natron außerdem auch einige weitere Inhaltsstoffe, um z.B. Karies vorzubeugen. Unproblematisch ist es allerdings das Natron zusätzlich zur handelsüblichen Zahnpasta zu verwenden, um Mundgeruch einzudämmen und unschöne Beläge von den Zähnen zu entfernen. Dafür streuen Sie einfach eine Messerspitze Natronpulver nach dem Zähneputzen auf Ihre noch feuchte Zahnbürste und wiederholen den Zahnputzvorgang.

**6. MUNDSPÜLUNG AUS NATRON** Mit Natron können Sie sich auch eine einfache, aber effektive Mundspülung herstellen. Natron neutralisiert grundsätzlich Gerüche, aber achten Sie bitte darauf, dass alle Inhaltsstoffe mindestens Lebensmittelqualität haben. Geben Sie 2 Teelöffel Natron, 40 g Birkenzucker und 5-10 Tropfen Minzöl in 500 ml Wasser. Bestenfalls füllen Sie Ihre Mundspülung in eine Glasflasche mit Schraubverschluss oder nutzen eine alte, leere Mundwasser - Flasche.

**7. ZÄHNE MIT NATRON AUFHELLEN** Natriumhydrogencarbonat (Natron) hat eine aufhellende Wirkung. Wenn Ihr Natron mindestens Lebensmittelqualität hat, können Sie es zum bleichen Ihrer Zähne nutzen. Streuen Sie dafür eine Messerspitze Natron auf Ihre feuchte Zahnbürste und putzen Sie rund drei Minuten Ihre Zähne. Natron ist geschmacksneutral.

**8. BADEPRALINEN AUS NATRON HERSTELLEN** Badekonfekt ist ein natürliches Luxusprodukt, welches meist auch luxuriöse Preise hat – schließlich will man sich ja was gönnen. Sie können sich Ihre Badepralinen allerdings auch innerhalb von wenigen Minuten selbst herstellen. Geben Sie dafür 65 g Natron, 40 g Zitronensäure und 35 g Speisestärke in eine Schüssel. Schmelzen sie nun 35 g Kakaobutter und 30 g Kokosöl in einem Wasserbad. Vermengen Sie alle Bestandteile bis Sie eine feste Masse haben. Wenn Sie möchten, können Sie für einen angenehmen Geruch auch noch verschiedene Blüten-Essenzen unterrühren. Wichtig ist, dass diese hautverträglich sind. Die meisten ätherischen Öle sind dies nämlich nicht! Schön sieht es auch aus, wenn Sie Blütenblätter in Ihre Masse geben. Verteilen Sie die Masse anschließend gleichmäßig auf passende Silikonformen. Hierfür bieten sich vor allem Eiswürfel- oder Pralinenformen an. Legen Sie die Formen anschließend für mindestens 5 Stunden zum Aushärten in den Kühlschrank – fertig. Das Natron reinigt, die Kakaobutter pflegt, die Zitronensäure in Verbindung mit dem Natron sorgt für einen leicht sprudelnden Effekt.

**9. SPRUDELNDE BADEKUGELN AUS NATRON** Geben Sie 200 g Natron, 100 g Zitronensäure, 50 g Speisestärke und 75 g geschmolzenes Kokosöl bzw. Kokosfett in eine Schüssel und kneten Sie alles durch bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist. Für einen angenehmen Geruch können Sie Blüten-Essenzen unterrühren. Oftmals wird eine Verwendung von ätherischen Ölen empfohlen – bitte achten Sie darauf, dass die Öle dermatologisch getestet sind, damit es nicht gegebenenfalls zu einer

allergischen Reaktion kommt. Ätherische Öle sind im Gegensatz zu vielen Blüten-Essenzen oftmals nicht hautverträglich. Formen Sie die Masse zu Kugeln in Tischtennisball-Größe. Anschließend können Sie die Kugeln zusätzlich in Teeblättern oder Blütenblättern wälzen, um ein optisch schönes Ergebnis zu erzielen. Die selbstgemachten Badekugeln aus Natron eignen sich auch bestens als Geschenk.

**10. REINIGENDE GESICHTSMASKE MIT NATRON** Vermengen Sie einen Teelöffel Natron mit einem Teelöffel Kokosöl zu einer Paste. Tragen Sie diese Natronpaste dünn im Gesicht auf und lassen Sie die Maske rund 15 Minuten einwirken. Bitte achten Sie hier auf die individuelle Verträglichkeit und lassen Sie die Maske gegebenenfalls kürzer einwirken. Anschließend die Maske mit lauwarmen Wasser abwaschen. Abgestorbene Hautzellen lassen das Hautbild stumpf wirken und Make-up kann die Poren verstopfen, was wiederum zu Pickeln führen kann. Natriumhydrogencarbonat entfernt abgestorbene Hautschüppchen sanft und das Kokosöl spendet der Haut Feuchtigkeit.

**11. BASENBAD** Natron ist basisch und wird deswegen häufig als Basenbad eingesetzt. Gerne können Sie Ihre Haut sanft während des Badens massieren, um die Wirkung des Natriumhydrogencarbonats zu unterstützen. Ein schöner Nebeneffekt ist auch, dass die Haut so angenehm samtweich wird. Geben Sie für ein Basenbad ca. 100 g Natron in ein Vollbad und verzichten Sie auf weitere Badezusätze. Das Eincremen nach dem Basenbad ist unnötig. Empfohlen wird das Natronbad nicht häufiger als 2 x pro Woche durchzuführen

**12. BASISCHES FUßBAD** Wenn Ihnen ein Vollbad zu aufwendig ist, können Sie auch ein Natron-Fußbad nehmen. Neben dem Erholungsfaktor eines Fußbades, gerade nach einem stressigen Arbeitstag kann ein warmes Fußbad eine wahre Wohltat sein. Geben Sie für ein Fußbad 3 Teelöffel Natronpulver auf 3 Liter Wasser. Die Wassertemperatur sollte für Sie angenehm warm sein, so dass das Fußbad ca. 20 - 30 min dauern kann, ohne dass Ihre Füße auskühlen. Ein schöner Nebeneffekt ist, dass sich die Füße nach dem Natronbad auch noch samtweich anfühlen und optimal für eine anschließende Pediküre vorbereitet sind. Das Eincremen der Füße nach dem Natronbad entfällt.

**13. NATRON GEGEN SCHWEIßFÜßE** Da vor allem Bakterien für unangenehme Gerüche verantwortlich sind, neutralisiert Natron Gerüche. Gegen Schweißfüße kann es helfen, die Füße einfach mit Natron zu waschen. Geben Sie dafür eine Messerspitze Natron auf einen Waschlappen mit lauwarmen Wasser und waschen Sie die Füße wie gewohnt. Sie können natürlich auch direkt ein Natron Fußbad nehmen. Außerdem bietet es sich an Natron als Schuhdeo anzuwenden. So ausgerüstet, lassen Sie Schweißfüßen keine Chance.

**14. NATRON - PEELING** Sie können sich zur Hautpflege selbst ein Natronpeeling herstellen. Vermengen Sie 100 g Natron mit etwas Kokosöl oder Olivenöl zu einer Paste. Die Paste sparsam auf die Haut auftragen und ca. 5 - 10 Minuten einwirken lassen. Anschließend mit lauwarmen Wasser und einem Waschlappen oder Peelingschwamm abwaschen.

**15. NATRON - DUSCHGEL** Ein Duschgel selbst herzustellen ist gar nicht so einfach. Aber versuchen sie es doch mal mit einem Duschspray. Geben Sie dafür 2 Esslöffel Natron auf einen Liter Wasser – oder einen Esslöffel auf einen halben Liter Wasser und füllen Sie Ihre Mischung in eine handelsübliche Sprayflasche. So lässt es sich auch einfach mit Natron duschen. Bitte darauf achten, dass es sich um eine lebensmittelechte Sprayflasche handelt, so dass keine Nebenprodukte ins Duschspray gelangen.

**16. NATRON - HANDCREME** Natron hat generell eine reinigende Wirkung und entfernt dabei auch abgestorbene Hautschüppchen, so dass sich die Haut wieder schön weich anfühlt. Geben Sie eine Messerspitze Natron in die Handflächen und waschen Sie diese gründlich. Anschließend nur abtrocknen, aber nicht extra eincremen. Natron wirkt antibakteriell, basisch und rückfettend, was bereits schöne, geschmeidige Hände zaubert.

**17. NATRON FUßBAD FÜR GESCHMEIDIGE FÜßE** Was an den Händen funktioniert, funktioniert natürlich auch an den Füßen – die Füße werden mit einem Natron Fußbad schön geschmeidig und sind danach auch optimal für die Nagelpflege vorbereitet. Geben Sie 3 Teelöffel Natron auf 3 Liter Wasser. Die Wassertemperatur sollte 36 - 40 Grad haben und die Badezeit 20 - 30 Minuten nicht überschreiten. Trinken Sie vorher ausreichend Wasser. Viele nutzen es auch als Fußbad. Vor allem entfernt Natron allerdings abgestorbene Hautschüppchen und wirkt rückfettend, so dass sich die Füße nach einem Natronbad einfach schön weich anfühlen. Waschen sie die Füße nach dem Natronbad nicht extra ab, sondern lassen Sie sie an der Luft trocknen. Verzichten Sie allerdings auf ein Natron Fußbad, falls Sie offene Stellen bzw. Wunden an den Füßen haben. Es ist äußerst schmerzhaft, wenn Natron in Wunden gelangt.

**18. NATRON BEI HORNHAUT** Im Anschluss an ein Natron Fußbad bietet es sich an, ein Natron Fußpeeling zu machen. Die Poren sind bereits durch das Fußbad geöffnet, so dass sich Hornhaut leichter entfernen lässt. Vermengen Sie für das Natron Fußpeeling 100 g Natron mit Olivenöl oder Kokosöl zu einer Paste. Die Paste können sie ruhig auf dem gesamten Fuß verteilen. Lassen Sie die Paste 5 - 10 Minuten einwirken und rubbeln Sie die Hornhautstellen anschließend mit einer Nagelbürste oder einem Peelingschwamm. Die Füße danach mit lauwarmen Wasser abwaschen. Ein zusätzliches Eincremen der Füße im Anschluss an das Fußpeeling ist nicht notwendig.

**19. REINIGEN DER MENSTRUATIONSTASSE MIT NATRON** Hier ein Tipp nur für Frauen. Die Menstruationstasse erfreut sich aufgrund Ihrer guten Eigenschaften mittlerweile wachsender Beliebtheit. Leider kann es sein, dass Sie mit der Zeit unschöne Gerüche entwickelt. Natron neutralisiert Gerüche und wirkt antibakteriell. Füllen Sie einen Liter Wasser in einen Topf, geben Sie einen Teelöffel Natron hinzu und legen Sie die Menstruationstasse hinein. Kurz aufkochen lassen – fertig.

#### **NATRON IM HAUSHALT**

Natron ist ein wahrer Alleskönner und sollte in keinem Haushalt fehlen. Wofür man Natriumhydrogencarbonat im Haushalt überall verwenden kann, haben wir Ihnen nicht nur aufgelistet, sondern weitestgehend auch mit Rezeptvorschlägen versehen. Wir wünschen viel Spaß beim Ausprobieren!

**20. NATRON BEI ANGEBRANNTEN TÖPFEN** Einmal nicht aufpasst und schon ist es passiert: Das Essen ist im Topf angebrannt und lässt sich nur noch schwer und mit viel scheuern entfernen. Geben Sie einfach ein Esslöffel Natron auf 1 Liter Wasser und lassen Sie beides in dem angebrannten Topf aufkochen. Anschließend lassen sich die Speisereste leicht entfernen. Das gleiche Verfahren können Sie auch bei arg verkrusteten Töpfen anwenden.

**21. ÜBLEN GERUCH IM KÜHLSCHRANK MIT NATRON NEUTRALISIEREN** Füllen Sie 50-100 g Natron in eine kleine Schüssel oder Tasse und stellen Sie diese in den Kühlschrank. Nach rund 24 Stunden sind die üblen Gerüche verschwunden, da das Natriumhydrogencarbonat diese anzieht. Nach 24 Stunden das Natron entsorgen oder gegebenenfalls erneuern.

**22. NATRON FÜR DIE SPÜLMASCHINE** Ihre Spülmaschine stinkt oder Ihr Geschirr wird nicht mehr so sauber, wie es sollte? Geben Sie doch einfach 2 - 3 Esslöffel Natron in die Spülkammer und etwas Essig in den Klarspülbehälter. So können das Natron als Base und der Essig als Säure separat wirken. Sie werden überrascht sein.

**23. AUTO REINIGEN MIT NATRON** Bei fleckigen Sitzen verteilen Sie ca. 50 g Natron auf dem Autositz und arbeiten Sie das Pulver mit einem angefeuchteten Schwamm ein. Flecken mit kreisenden Bewegungen etwas intensiver behandeln. Das Natron mehrere Stunden einwirken lassen, bis der Autositz

getrocknet ist. Mit einem Staubsauger die Natron-Reste absaugen. Neben den Flecken, verschwinden auch unangenehme Gerüche aus Ihrem Innenraum. Sie können auch wunderbar Ihre Autofenster mit Natron putzen. Geben Sie Natron dafür auf einen Schwamm, putzen Sie wie gewohnt Ihre Scheiben, spülen Sie mit klarem Wasser nach und reiben Sie es mit einem Lederlappen trocken. Aber Achtung! Passen Sie auf, dass Ihr Natron nicht auf dem Autolack gelangt – dies kann zu Schäden führen, weil Natron den Lack angreifen kann.

**24. SCHEUERMILCH AUS NATRON** Gerade bei hartnäckigen Verschmutzungen reichen flüssige Putzmittel oftmals nicht aus. Sie können sich aber Ihre biologisch abbaubare Scheuermilch aus einfachen Zutaten auch selbst herstellen. Vermengen Sie dafür 50 g Natron mit einem Esslöffel Zitronensäure und einem Teelöffel Speisestärke. Sobald Sie Wasser hinzugeben reagiert das Natron mit der Zitronensäure und es beginnt leicht zu schäumen. Geben Sie für hartnäckige Verschmutzungen deswegen nur wenig Wasser hinzu, um eine Paste anzurühren. Verwenden Sie Ihre Scheuermilch nicht auf mineralischen Untergründen wie Marmor oder Stein – auch für Hochglanzbeschichtungen ist die Scheuermilch ungeeignet und kann die Untergründe beschädigen.

**25. DUSCHVORHANG WASCHEN MIT NATRON** Tägliches Duschen beansprucht selbstverständlich den Duschvorhang. Oft kommt es dabei vor, dass wir den Duschvorhang in der Eile nicht nach dem Duschen so ausbreiten, dass er trocknen kann. Verschmutzungen, Schimmel und Stockflecken sind das ungeliebte Resultat. Aber werfen Sie den Vorhang nicht gleich in den Müll, denn Natriumhydrogencarbonat kann helfen. Geben Sie Ihren Duschvorhang ohne weitere Wäsche in die Waschmaschine und 50 g Natron direkt in die Trommel. Füllen Sie Ihr normales Waschmittel in die Kammer und nehmen Sie 50 ml Essig- Essenz statt Weichspüler. Wenn Sie Ihren Duschvorhang nun bei 30 Grad waschen verstärkt Natron die Wirkkraft des Waschmittels, enthärtet das Wasser und wirkt antibakteriell. Nach dem Waschvorgang den Duschvorhang zum Trocknen aufhängen. Ziehen Sie ihn dabei möglichst weit auseinander, damit sich nicht erneut Falten bilden können.

**26. NATRON BLEICHT FUGEN** Fliesenfugen neigen leider dazu, sich mit der Zeit zu verfärben. Viele Reinigungsmittel sind dagegen chancenlos oder man muss sehr, sehr lange scheuern, um ein schönes Fugenbild zu bekommen. Verwenden Sie stattdessen doch mal Natron zum Fugen reinigen. Aber Achtung: Natron ist nicht geeignet, um Silikonfugen zu reinigen. Ebenfalls sollte man Natron nicht auf Naturstein- oder Marmorfliesen anwenden, weil diese matt werden können. Herkömmliche Fugen lassen sich allerdings hervorragend mit Natron reinigen. Rühren Sie sich dazu eine Natronpaste an, indem Sie zu 3 Esslöffeln Natron ca. einen Esslöffel Wasser hinzugeben, bis das Natriumhydrogencarbonat eine sämige Konsistenz besitzt. Verteilen Sie die Paste mit Hilfe einer Zahnbürste auf den Fugen und lassen Sie das Natron über Nacht einwirken. Am nächsten Tag können Sie die Zahnbürste anfeuchten und den Schmutz aus den Fugen wischen. Gegebenenfalls nachspülen. Hinweis: Bitte testen Sie vorab an einer unauffälligen Stelle, ob Ihre Fliesen und Fugen das Natron vertragen können.

**27. WASSERKOCHER MIT NATRON ENTKALKEN** Geben Sie eine halbe Tasse Essig und einen halben Teelöffel Natron in Ihren Wasserkocher. Füllen Sie den Wasserkocher zur Gänze mit Wasser auf und stellen Sie ihn normal an. Anschließend das Reinigungswasser heiß in den Ausguss gießen und den Wasserkocher mehrmals mit Leitungswasser gründlich ausspülen. Der Clou: Durch das Wegschütten der Natron-Essig-Lösung reinigen sie gleichzeitig auch noch Ihren Abfluss.

**28. ALLZWECK-REINIGER MIT NATRON HERSTELLEN** Natron ist eine wahre Allzweck-Waffe im Kampf gegen den Haushaltsschmutz, aber auch ein Spezialreiniger für viele Bereiche. Dementsprechend ist es manchmal besser, die speziellen Rezepte für einzelne Gebiete anzuwenden. Dennoch ist es aus zeitlichen Gründen auch schön, wenn man ein universelles Reinigungsmittel im Schrank hat. Um 0,5 Liter eines biologischen, aber wirksamen Allzweckreinigers herzustellen benötigen Sie 2 Teelöffel

Natron, 2 Teelöffel geriebene Kernseife, 2 Spritzer Zitronensaft und 2 Tassen warmes Wasser. Das Wasser im Topf erhitzen und die Kernseife darin auflösen. Anschließend vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Den Zitronensaft und das Natron unterrühren. Alles gut verrühren, erkalten lassen und die Natronmischung in eine handelsübliche Sprühflasche geben. Auf Wunsch können Sie für einen angenehmen Geruch auch noch ein paar Tropfen ätherisches Öl hinzugeben. Hier eignen sich vor allem Lavendel, Eukalyptus oder Teebaumöl.

**29. GESCHIRRSPÜLMITTEL AUS NATRON** Aus Natron lässt sich ebenfalls ein Geschirrspülmittel herstellen. Geben Sie 15 g kleingeriebene Kernseife in 500 ml kochendes Wasser und lassen Sie die Seife unter Rühren auflösen. Nehmen Sie die Mischung vom Herd und lassen Sie sie abkühlen. Geben Sie nun 4 TL Natron dazu und rühren Sie alles gründlich um. Füllen Sie das fertige Spülmittel in eine leere Spülmittelflasche oder in einen Seifenspender. Schauen Sie auch gerne auf unserem Blogbeitrag vorbei, hier haben wir Schritt für Schritt die Herstellung des Spülmittels beschrieben.

**30. MATRATZEN MIT NATRON REINIGEN** Mit Natriumhydrogencarbonat, also handelsüblichen Natron, können Sie sowohl Flecken, als auch schlechte Gerüche aus Ihren Matratzen entfernen. Saugen Sie Ihre Matratze zunächst ab, um sie von Fusseln und Hautschuppen zu befreien. Haben Sie gar keine Flecken auf der Matratze, sondern es geht Ihnen lediglich um einen guten Geruch, verteilen Sie ca. 500 g Natron auf Ihrer Matratze und lassen Sie es ca. 12 Stunden einwirken. Anschließend können Sie das Pulver einfach absaugen. Möchten Sie Ihre Matratze tiefer gehend reinigen, weil diese z.B. befleckt ist, arbeiten Sie das Natronpulver mit einer feuchten Bürste in die Matratze ein. Ebenfalls mindestens 12 Stunden einwirken und trocknen lassen. Im Anschluss die Pulverreste absaugen.

**31. KALK MIT NATRON ENTFERNEN** Kalk entsteht bei zu hartem Wasser – Natron enthärtet Wasser. Dementsprechend ist Natron bestens geeignet um Kalk zu entfernen. Wie Sie Ihren Wasserkocher mit Natron entkalken, haben wir Ihnen bereits unter Punkt 27 erklärt. Möchten Sie Kalk von Edelstahlspülen, Armaturen oder Fliesen entfernen, können Sie sich auch einen biologischen Kalkentferner mit Natron selbst herstellen. Mischen Sie dafür 2 Esslöffel Natron mit einem Esslöffel Wasser zu einer Paste und entfernen Sie damit die unschönen Kalkflecken. Bitte testen Sie auch hier die Verträglichkeit Ihres Gegenstandes, den Sie behandeln möchten, auf Natron.

**32. WEICHPÜLER MIT NATRON HERSTELLEN** Damit die Wäsche mit Natron schön weich wird, bedarf es keines speziellen Rezepts. Einfach 1 - 2 Esslöffel Natron direkt zum Waschmittel dazu geben und die Wäsche wie gewohnt waschen. Das macht den Weichspüler bereits überflüssig. Wünschen Sie außerdem einen intensiven, angenehmen Geruch, können Sie ca. 5 Tropfen Blüten-Essenzen mit ins Waschmittelfach geben.

**33. HEMDKRAGEN MIT NATRON RETTEN** Nach einiger Zeit neigen Hemdkragen zu unschönen Verfärbungen, die man auch nicht ohne Weiteres in der Waschmaschine raus waschen kann. Das Hemd wegzuwerfen erscheint manchmal als einzige Option, obwohl es sonst noch in Ordnung ist. Aber mit Natron, Essig und wenig Aufwand lässt sich ihr Hemd retten! Vermengen Sie einen Esslöffel Natron mit einem Esslöffel Essig zu einer Paste. Streichen Sie diese Paste auf die vergilbten Stellen und lassen diese 10 Minuten einwirken. Anschließend das Hemd einfach wie gewohnt in der Waschmaschine waschen.

**34. MIT NATRON FENSTER PUTZEN** Lösen Sie einen Esslöffel Natron in 5 Litern lauwarmen Wasser auf und putzen Sie damit Ihre Fensterscheiben. Als kleiner Tipp: Putzen Sie die Fenster niemals, wenn die Sonne direkt auf den Scheiben steht, weil es sonst erneut zu Schlierenbildung kommen kann.

**35. WASCHMASCHINE REINIGEN MIT NATRON** Das Reinigen der Waschmaschine sollte man regelmäßig vornehmen, da es sonst schnell zu Geruchsbildung kommen kann, die sich dann sogar auf die Wäsche überträgt. Das Reinigen der Waschmaschine mit Natron ist sehr einfach. Geben Sie 50 g Natron in das Fach für den Hauptwaschgang und 50 ml Essig-Essenz in das Weichspüler-Fach. Wichtig ist, dass das

Natron und das Essig in die unterschiedlichen Fächer eingefüllt werden, weil es sonst frühzeitig zu einer Reaktion kommt. Lassen Sie Ihre Maschine nun bei mindestens 60 Grad ohne Wäsche durchlaufen.

**36. WASCHPULVER** Ein Waschpulver kann aus wenigen Zutaten schnell selber hergestellt werden. Geben Sie 150 g Natron, 150 g Waschsoda, 100 g Kernseifeflocken & 100g Spülmaschinensalz in eine Schüssel und vermengen alles gut miteinander. Achten Sie darauf, dass Sie den Staub, der durch das Mixen der Zutaten entstehen kann, nicht einatmen. Lesen Sie die genaue Anleitung im Blogartikel "DIY Waschpulver mit Natron".

**37. MIT NATRON GERÜCHE AUS TEXTILIEN ENTFERNEN** Leider lassen sich viele Textilien nicht einfach in der Waschmaschine waschen. Besonders bei textilen Sofas, Autositzen, Stühlen usw. hat man trotzdem oftmals das Gefühl, dass die Textilien unangenehm riechen. Das kann auch leicht der Fall sein, da Textilien gerne Umgebungsgerüche und Flüssigkeiten annehmen und aufsaugen. Natron kann auch hier Abhilfe schaffen. Stellen Sie sich selbst einen Textilerfrischer her und besprühen Sie damit die gewünschten Textilien. Geben Sie dafür lediglich einen Teelöffel Natron auf einen Liter Wasser und füllen Sie Ihre Natronlösung anschließend in eine Sprayflasche um. So können Sie Ihre Textilien ganz einfach besprühen und das Natron neutralisiert die unangenehmen Gerüche.

**38. GERÜCHE AUS KLEIDUNG MIT NATRON ENTFERNEN** Um unangenehme Gerüche aus Kleidung zu entfernen, geben Sie einfach einen Esslöffel Natron zu Ihrem Waschmittel in das Waschmittelfach für den Hauptwaschgang Ihrer Waschmaschine und waschen Sie Ihre Wäsche wie gewohnt. Selbstverständlich gibt es auch Rezepturen mit Natron als Waschmittel, die gekauftes Waschmittel überflüssig machen sollen. Die Meinungen über die Wirksamkeit gehen hierbei jedoch auseinander, die Herstellung ist aufwendig und teils teuer, so dass wir uns dagegen entschieden haben, diese Rezepte vorzustellen. Sollten Sie eine einfache und effektive Anleitung für Natron als Waschmittel haben, freuen wir uns, wenn Sie uns diese zusenden.

**39. KUSCHELTIERE MIT NATRON REINIGEN** Die meisten Kuscheltiere kann man leider nicht einfach in die Waschmaschine geben, weil das Risiko zu groß ist, dass die Kuscheltiere dabei schlimmstenfalls kaputt gehen. Gerade, wenn es sich um das Lieblings-Plüschtier handelt, möchte man dieses Risiko gar nicht eingehen. Bestreuen Sie das Kuscheltier einfach mit Natron und lassen es 15 Minuten einwirken. Danach nehmen Sie eine saubere Bürste und bürsten das Natron aus dem Kuscheltier wieder aus. Das Kuscheltier sieht nachher nicht nur wieder gut aus, es riecht auch besser.

**40. MIT NATRON EINFACH FLECKEN ENTFERNEN** Nehmen Sie 2 Esslöffel Natron und vermengen Sie es mit ein bisschen Wasser zu einer Paste. Reiben Sie Ihren Fleck mit dieser Natronpaste ein und lassen Sie sie gut 12 Stunden einwirken. Anschließend mit lauwarmen Wasser auswaschen. Sollten Sie einen Fleck auf der Kleidung behandeln wollen, reiben Sie die Natronpaste auf den Fleck und geben Sie Ihr Kleidungsstück wie gewohnt in die Waschmaschine.

**41. RAUMSPRAY AUS NATRON** Geben Sie einen Teelöffel Natron auf 250 ml Wasser und ein paar Tropfen eines ätherischen Öls Ihrer Wahl hinzu. Die Mischung in eine Pumpflasche umfüllen und einfach in die Luft sprühen. Für eine längere Haltbarkeit empfiehlt sich die Verwendung von destilliertem Wasser.

**42. SCHUHDEO AUS NATRON** Streuen Sie Natronpulver direkt in die betroffenen Schuhe hinein und lassen Sie es über Nacht einwirken. Morgens das überschüssige Natronpulver einfach aus den Schuhen ausschütteln. Der miefige Fußgeruch ist aus den Schuhen verschwunden und Sie können diese wie gewohnt tragen. Sie können diese Prozedur beliebig oft wiederholen.

**43. NATRON ZUM WÄSSERENTHÄRTEN** Es gibt Haushalte, die haben einfach kalkhaltigeres (härteres) Leitungswasser. Hier empfehlen sich grundsätzlich verschiedene Filtersysteme, aber auch Natron hat die Eigenschaft den pH-Wert des Wassers zu erhöhen. Wenn Sie den genauen pH-Wert Ihres Wassers

bestimmen wollen, gibt es Teststreifen, die Sie einfach in Ihr Wasser tauchen. Je nach aktuellem PH-Wert Ihres Wassers, müssen Sie eine bestimmte Menge Natron hinzufügen. Um den pH-Wert um 1 zu erhöhen geben Sie 5 g Natron auf 100 Liter Wasser. Möchten Sie lediglich weiches Kaffeewasser, empfiehlt sich eine Messerspitze Natron pro Tasse, welche Sie direkt vor dem Kaffee kochen in den Filter geben.

**44. ABFLÜSSE MIT NATRON REINIGEN** Um Abflüsse zu reinigen können Sie entweder eine teure Chemiekeule kaufen oder Sie setzen auf altbekannte Hausmittel. In diesem Fall können Natron und Essig helfen. Natron und Essig reagieren miteinander, weil Natron basisch ist und Essig eine Säure. Geben Sie dafür erst eine Tasse Natronpulver in den Ausguss und anschließend eine Tasse Essig. Bestenfalls den Abfluss mit einem feuchten Tuch bedecken und 5 - 10 Minuten einwirken lassen. Anschließend eine Kanne kochendes Wasser nachschütten. Selbstverständlich kann mit dieser Methode nicht jede Art der Verstopfung gelöst werden, da das Gemisch z.B. keine Haare auflösen kann, sondern nur die Verschmutzung drum herum reduziert, so dass der „Propf“ durchs Rohr rutschen kann. Bevor Sie allerdings einen Klempner bestellen müssen, ist es eine günstige Variante, die Ihr Problem eventuell bereits lösen könnte.

**45. WC REINIGER TABS** Reinigungstabs für die Toilette lassen sich aus Natron, Zitronensäure und etwas Wasser herstellen. Für ca. 18 Stück geben Sie 150 g Natron in eine Schüssel. Nun kommt 1 TL Wasser hinzu. Achtung: Gehen Sie sehr sparsam mit dem Wasser um und nehmen Sie nicht zuviel. Sonst kann es passieren, dass die Tabs nicht in der Form bleiben und frühzeitig reagieren. Zum Natron kommen nun noch 50 g Zitronensäure. Geben Sie alles in eine Form und lassen Sie die Tabs am besten über Nacht durchtrocknen. Schauen Sie auch gerne in unserem Artikel "WC Tabs selber machen aus Natron & Zitronensäure" vorbei.

**46. TEPPICHE REINIGEN MIT NATRON** Teppiche liegen mitunter Jahre lang in der Wohnung und nehmen über diesen Zeitraum nicht nur den Staub, sondern auch Umgebungsgerüche auf. Mit Natriumhydrogencarbonat können Sie diese unangenehmen Gerüche vertreiben, so dass auch ein älterer Teppich wieder frisch duftet. Verteilen Sie dafür ca. 100 g Natron auf dem Teppich, massieren Sie es mit einer weichen Bürste ins Gewebe ein und lassen Sie das Bicarbonat nach Möglichkeit 24 Stunden einwirken. Anschließend können Sie die Pulverreste einfach absaugen. Sollten Sie Flecken und Schmutzspuren in Ihrem Teppich behandeln wollen, bestreuen Sie diese zusätzlich mit Natron, reiben Sie das Natronpulver in den Teppich ein und lassen Sie es mindestens 5 Stunden einwirken. Anschließend einfach absaugen. Tipp: Zunächst an einer unauffälligen Stelle testen!

**47. BACKOFENREINIGER AUS NATRON** Die meisten industriell hergestellten Backofenreiniger haben eine verdickte Konsistenz, damit sie auf den verkrusteten Stellen haften bleiben und so eine gewisse Zeit einwirken können. Auch unser kleines Rezept fusst auf der Herstellung einer Natronpaste. Nehmen Sie dafür so viel Natron wie Sie benötigen und vermengen Sie es lediglich mit etwas Wasser, bis Sie eine zähe Paste haben. Diese Natronpaste tragen Sie auf den gewünschten Stellen (im Backraum und auf der Backofenscheibe) auf und lassen diese bestenfalls über Nacht einwirken. Am nächsten Tag den Backofen lediglich mit etwas Wasser nachreinigen. Selbstverständlich hängt der Erfolg dieses Rezeptes vom Grad der Verunreinigung Ihres Backofens ab. Manchmal hilft eine zweite Anwendung mit der Natronpaste, gepaart mit etwas Scheuern. Auch die Zugabe von Essigessenz kann bei der Entfernung von eingebrannten Flecken weiterhelfen. Das Natron und der Essig reagieren miteinander und schäumen auf. Nach etwas Einwirkzeit lassen sich die Flecken nun mit einem Scheuerschwamm gut entfernen.

**48. KLEBERESTE MIT NATRON ENTFERNEN** Die Rückstände von Etiketten, Preisschildern und Aufklebern sind oft ziemlich hartnäckig und schwierig zu entfernen. Nicht für jeden Untergrund kann man das allseits bekannte Waschbenzin verwenden, weil es manche Untergründe angreifen kann. Vor allem bei

Holzmöbeln kann das schon mal der Fall sein. Die durchaus schonendere Variante ist tatsächlich das Entfernen der Klebereste mit Natron. Halbieren Sie dafür eine ganze Zitrone und geben Sie einen Teelöffel Natron auf die offene Zitronenhälfte, sodass Sie die Zitronenhälfte als eine Art Schwämmchen verwenden können. Reiben Sie mit der Zitronenhälfte über die Klebereste und spülen Sie anschließend mit etwas Wasser nach. Sollte es sich jedoch nicht um ein Holz Möbel handeln, von dem Sie Aufkleberreste entfernen wollen, können Sie eine Mischung aus Speiseöl & Natron versuchen. Mischen Sie beides zu gleichen Teilen und geben Sie die Paste auf die zu entfernen Klebereste. Lassen Sie alles ca. 40 Minuten einwirken. Anschließend können Sie die Reste mit einem Schwamm abnehmen.

**49. MIT NATRON VEREIST DAS GEFRIERFACH NICHT MEHR** Nachdem Sie Ihr Eisfach abgetaut haben, lösen Sie einfach einen Teelöffel Natron in einem Liter Wasser auf und reiben Sie Ihr Eisfach damit ein, damit es nicht wieder zu neuen Vereisungen kommt.

**50. NATRON BEI STINKENDEM STAUBSAUGER** Geben Sie einen Teelöffel Natron direkt in den Staubbeutel und saugen Sie anschließend wie gewohnt. Das Natriumhydrogencarbonat neutralisiert die Gerüche Ihres Staubsaugers.

**51. MIT NATRON BESTECK POLIEREN** Um Ihr angelaufenes Silberbesteck zu reinigen, benötigen Sie eine Schale mit Wasser, etwas Alufolie und etwas Natronpulver. Legen Sie die Alufolie in das Wasserbad und das zu reinigende Besteck auf die Alufolie. Streuen Sie anschließend etwas Natriumhydrogencarbonat über Ihr Besteck. Das Besteck sollte komplett mit dem Wasser bedeckt sein. Nach etwa zwei Minuten können Sie das Besteck aus dem Silberbad heraus nehmen. Die meisten Verfärbungen sollten nun der Vergangenheit angehören. Polieren Sie Ihr Besteck anschließend mit einem weichen Tuch, so dass Wasserablagerungen keine Chance haben und Ihr Besteck makellos glänzen kann.

**52. SILBERBAD FÜR SCHMUCK AUS NATRON HERSTELLEN** Um angelaufenen Silberschmuck zu reinigen, legen Sie eine kleine Schale mit Alufolie aus, füllen diese mit warmen Wasser, legen den Silberschmuck hinein und geben zwei Esslöffel Natron hinzu. Nach ca. 10 Minuten können Sie Ihren Schmuck wieder aus dem Silberbad heraus nehmen und abtrocknen. Ein glänzendes Ergebnis erwartet Sie.

**53. KAFFEEKANNEN/TEEKANNEN MIT NATRON REINIGEN** Tee- und Kaffeebeläge in Tassen und Kannen sind ziemlich lästig und hartnäckig – vor allem, weil man kaum zum Scheuern in die Kannen hinein kommt. Ein guter Tipp ist es da für das Entfernen der Beläge Natriumhydrogencarbonat zu nehmen. Geben Sie einen Esslöffel Natron in die zu reinigende Kanne und füllen Sie diese mit heißem Wasser. Lassen Sie das Natronwasser nun ein paar Stunden einwirken und reinigen Sie anschließend mit einer Flaschenbürste die Kanne nach. Hinterher die Kanne nochmals mit kaltem Wasser nachspülen.

**54. CERANFELDREINIGER AUS NATRON** Schnell ist es passiert: Etwas kocht über und zurück bleiben hässliche Flecken auf dem Ceranfeld. Meist rückt man diesen mit teurem Ceranfeldreiniger und viel Schruberei zu Leibe. Das muss allerdings nicht sein, weil man sich mit Natron eine effektive und kostengünstige Alternative schaffen kann. Mischen Sie dafür zwei Esslöffel Natron mit drei Teelöffel Wasser zu einer Paste und verteilen Sie diese auf Ihrem Ceranfeld. Je nach Grad der Verschmutzung lassen Sie Ihre selbst hergestellte Natronpaste auf Ihrem Ceranfeld einwirken. Möchten Sie Eingebrauntes entfernen, benötigt das Natriumhydrogencarbonat eine Einwirkzeit von mindestens einer Stunde. Anschließend entfernen Sie die Reste Ihrer Paste mit einem feuchten Tuch und polieren Ihr Ceranfeld mit einem Trockentuch nach.

**55. TOILETTEN MIT NATRON REINIGEN** Toiletten reinigen ist nie ein schönes Thema, umso schöner ist es dann, wenn man ein effektives Hilfsmittel zur Hand hat. Natriumhydrogencarbonat ist ein solches Hilfsmittel, das nicht nur unschöne Verkrustungen löst, sondern auch unangenehme Gerüche neutralisiert. Geben Sie dafür einfach eine halbe Tasse Natron und eine halbe Tasse Essig in Ihre

Toilette und schütten Sie einen Liter kochendes Wasser hinterher. Schließen Sie anschließend den Toilettendeckel, weil es im Inneren zu einer Reaktion kommen wird. Nach ca. 10 Minuten spülen Sie Ihre Toilette wie gewohnt. Ein schöner Nebeneffekt ist, dass Sie auf diese Art nicht nur die Verkrustungen in Ihrer Toilette beseitigen, sondern auch noch den Abfluss reinigen, so dass keine unangenehmen Gerüche weiter aufsteigen können.

**56. SNEAKER & TURNSCHUHE MIT NATRON REINIGEN** Sneaker und Turnschuhe zu reinigen ist oftmals mit viel Schruberei verbunden, da natürlich nicht alle Modelle vorbehaltlos in der Waschmaschine gewaschen werden können. Vor allem für das Putzen von hellen Sohlen eignet sich Natriumhydrogencarbonat bestens. Geben Sie ungefähr eine Messerspitze Natron auf einen feuchten Scheuerschwamm und reiben Sie die Außensohle der Sneaker damit ein. Sofern notwendig, lassen Sie das Natron ruhig etwas einwirken. Anschließend abwischen – fertig. Falls die Turnschuhe außerdem noch einen schlechten Geruch haben, verwenden Sie Natron einfach als Schuhdeo. Streuen Sie dafür etwas Natronpulver direkt in den Schuh bis die Einlage bedeckt ist und lassen Sie die Schuhe über Nacht einwirken. Am nächsten Tag können Sie die Schuhe einfach ausschlagen, um die Natronreste zu entfernen.

**57. NATRON FÜRS AQUARIUM (PH-WERT & KH)** Natriumhydrogencarbonat in der Aquaristik ist eigentlich ein alter Hut, da es schon lange von Fischliebhabern verwendet wird, um den pH-Wert und den KH-Wert (Karbonathärte) zu erhöhen. Testen Sie zuerst Ihr Leitungswasser. Um den pH-Wert um 1 zu erhöhen, geben Sie 5 g auf 100 Liter Wasser. Von Aquarienexperten wird allerdings empfohlen den pH - Wert und den KH - Wert in Aquarien nur langsam zu steigern, indem das Wasser des Beckens in Teilbefüllungen nach und nach durch natronhaltiges Wasser ausgetauscht wird. Gerade, wenn Sie bereits Fische in Ihrem Aquarium haben, geben Sie den Fischen so Zeit sich an die höheren Werte zu gewöhnen.

## **NATRON IN DER KÜCHE**

Auch in der Küche lässt sich Natron vielseitig verwenden - so können Sie damit beispielsweise Ihr Obst und Gemüse waschen, Kuchen backen und Brause herstellen. Bei der Verwendung von Natron in der Küche sollten Sie unbedingt darauf achten, dass Sie Natron mindestens in Lebensmittelqualität verwenden. Unser Natron aus dem Diacleanshop hat eine pharmazeutische Qualität und erfüllt damit alle Voraussetzungen für den Einsatz in Küche und Haushalt. Probieren Sie unsere Tipps aus und berichten Sie uns gerne von Ihren Erfahrungen.

**58. NATRON STATT BACKPULVER** Leider können Sie Backpulver nicht 1:1 durch Natron ersetzen, da Natron eine zusätzliche Säure benötigt. Dies kann z.B. Jogurt sein. In unserem Blog finden Sie aber ein leckeres Rezept für einen Grundteig mit Natron statt Backpulver.

**59. GEMÜSE, HÜLSENFRÜCHTE & KOHL MIT NATRON KOCHEN** Geben Sie pro Liter Wasser 1 Teelöffel Natron zu Ihrem Kochwasser hinzu. Das Gemüse, die Hülsenfrüchte und der Kohl kochen schneller weich und behalten Ihre Farben. Angeblich reduziert das Natron auch die blähende Wirkung des Kohls.

**60. BRAUSE MIT NATRON HERSTELLEN** Für 175g Brausepulver vermengen Sie 6 Esslöffel Puderzucker, 5 Teelöffel Zitronensäure, 2 Esslöffel Natron und 2 - 3 Esslöffel Wackelpuddingpulver miteinander. Benutzen Sie dafür am besten ein großes Schraubglas und schütteln es ordentlich durch. Unter Zugabe von kaltem Wasser wird aus dem Pulvergemisch eine leckere, bunte Brause. Damit werden Sie zum Helden des nächsten Kindergeburtstags. Die Erwachsenen dürfen Ihre Brause natürlich auch gerne mit Wodka mischen – ein prickelnder Partyspaß.

**61. OBST UND GEMÜSE MIT NATRON WASCHEN** Einfach ein Teelöffel Natron in einem Liter Wasser auflösen und damit Ihr Obst, Salat und Gemüse wie gewohnt waschen. Das Natron erhöht die Reinigungswirkung des Wassers und wirkt antibakteriell.

**62. EIER SCHÄLEN MIT HILFE VON NATRON** Geben Sie 1/2 Teelöffel Natron pro Ei in Ihr Kochwasser - so lassen sich die fertigen Eier viel einfacher schälen.

**63. LEBENSMITTEL MIT NATRON ENTSÄUERN** Bei saurem Obst wie z.B. Johannisbeeren, Pflaumen, Rhabarber und Stachelbeeren geben Sie einfach eine Messerspitze Natron auf das Obst. Das Natron nimmt dem Obst einen Großteil seiner Säure. Ein schöner Nebeneffekt ist, dass Sie, wenn Sie Ihr Obst mit Natron entsäuern, auch weniger Zucker hinzugeben müssen.

**64. GEBÄCK MIT NATRON LAUGEN** Um Ihr Gebäck zu laugen, bringen Sie 1 Liter Wasser mit 3 Esslöffeln Natron zum Kochen. Geben Sie das Gebäck anschließend der Reihe nach in den Topf, so dass es mit Wasser bedeckt ist. Ungefähr eine Minute kochen, danach kurz abtropfen und auf einem bemehlten Backblech trocknen lassen.

**65. FLUFFIGE MUFFINS DURCH NATRON** In amerikanischen Rezepten findet man häufig die Zutat Baking - Soda. Bei Baking - Soda handelt es sich ebenfalls um Natron. Das Natron macht die Muffins luftiger. Verschiedene Rezepte finden Sie u.a. bei [chefkoch.de](http://chefkoch.de).

**66. LUFTIGES KÄSEFONDUE DURCH NATRON** Geben Sie einfach eine Messerspitze Natron zu dem bereits flüssigen Käse hinzu. Die Konsistenz wird luftiger und der Käse besser bekömmlich.

**67. NATRON GEGEN STINKENDE FINGER** Wer Knoblauch oder Zwiebeln geschnitten hat, kennt ihn – diesen üblen Geruch, der den ganzen Tag nicht verschwinden will. Zerreiben Sie einfach etwas Natronpulver mit ein wenig Wasser zwischen den Fingern, kurz einwirken lassen, abwaschen und schon ist der üble Geruch verschwunden.

**68. GRÜNES GEMÜSE DURCH NATRON** Leider neigt grünes Gemüse wie z.B. Brokkoli oder Spinat nach dem Garen dazu, grau zu werden. Das sieht nicht sehr appetitlich aus. Geben Sie also einfach eine Messerspitze Natron mit ins Kochwasser und das grüne Gemüse behält seine herrliche Farbe.

**69. BESSERES KAFFEEAROMA DURCH NATRON** Ein altes Hausrezept und doch so wirksam. Wer hartes Wasser hat (kann man mit einem Teststreifen überprüfen), dessen Kaffee neigt zu einer bestimmten Bitterkeit, die nicht jeder mag. In diesem Fall kann man das Kaffeewasser entweder vorher filtern oder man gibt pro Tasse eine Messerspitze Natron in den Kaffee. Die entsprechende Menge Natron kann allerdings auch direkt in den Filter gegeben werden.

## **NATRON BEI HAUSTIEREN**

Wir lieben unsere Haustiere heiß und innig, aber manchmal gibt der Eigengeruch einfach keinen Anlass zur Freude. Natriumhydrogencarbonat neutralisiert aber auch hartnäckige Haustiergerüche – wir erklären Ihnen wie.

**70. ZOTTELIGES FELL BEKÄMPFEN MIT NATRON** Ihr Hund hat sich irgendwo draußen gewälzt oder ein schönes Schlammbad genommen, so dass Sie ums Baden gar nicht drum herum kommen? Schlagen Sie zwei Fliegen mit einer Klappe und mischen Sie Ihrem Liebling ein Natronshampoo an. Das Fell wird hinterher schön weich und glänzend, so dass das Kämmen ohne Tortur möglich ist. Zwei Teelöffel Natron mit ein bisschen Wasser zu einer Paste vermengen, ins Fell einmassieren, kurz einwirken lassen und mit lauwarmen Wasser ausspülen.

**71. NATRON IM KATZENKLO VERWENDEN** Selbstverständlich kommen Sie auch mit Natron nicht um die regelmäßige Reinigung des Katzenklos herum, aber Natron kann die unangenehmen Gerüche über

einen längeren Zeitraum binden. Geben Sie dafür ca. 100-200 g Natron in das Katzenstreu. Der Vorteil: der unangenehme Geruch verschwindet, ohne dass Sie Ihren Liebling an ein neues Streu gewöhnen müssen. Auch, wenn Sie das Katzenklo komplett auswaschen bietet es sich an Natron zu verwenden, weil es auch Verkrustungen löst. Geben Sie dafür zwei Teelöffel auf einen Liter Wasser. Es bietet sich an das Natronwasser in eine Sprühflasche zu füllen und es als Putzspray zu verwenden.

**72. NATRON IN KLEINTIERKÄFIGEN** Ähnlich wie bei Katzenklos riechen Kleintierkäfige trotz regelmäßiger Reinigung hin und wieder unangenehm. Diesen Geruch können Sie mit Natron eindämmen. Geben Sie dafür ca. 100 g Natron mit ins Einstreu. Wenn Sie Natron mindestens in Lebensmittelqualität verwenden, ist es für die Tiere unbedenklich. Auch, wenn Sie den Käfig komplett auswaschen, bietet es sich an Natron zu verwenden, weil es Verkrustungen lösen kann. Geben Sie dafür zwei Teelöffel auf einen Liter Wasser. Sie können Ihr Natrongemisch auch als Spray verwenden, wenn Sie es in eine handelsübliche Sprayflasche umfüllen.

**73. HUNDEKISSEN MIT NATRON REINIGEN** Sofern Ihr Hundekissen in die Waschmaschine passt, fügen Sie Ihrem Waschmittel einfach zwei Esslöffel Natronpulver hinzu. Beides können Sie direkt in das Waschmittelfach für den Hauptwaschgang hinzu geben. Anschließend einfach einen normalen Waschgang durchführen. Falls Ihr Hundekissen nicht in die Waschmaschine passt, können Sie es auch in der Badewanne behandeln. Um lediglich einen angenehmen Geruch zu erzeugen, bietet es sich an einen Textilerfrischer mit Natron herzustellen. Dafür geben Sie einen Teelöffel Natron auf einen Liter Wasser und füllen das Gemisch in eine Sprühflasche. So können Sie den selbstgemachten Textilerfrischer direkt auf das Hundekissen aufsprühen.

#### **NATRON ZUR GARTENPFLEGE**

Natriumhydrogencarbonat ist nicht nur ein praktischer Begleiter im Haushalt, sondern Sie können das Wundermittel Natron auch im Garten einsetzen. Die basischen Eigenschaften des Bicarbonats machen den meisten Plagegeistern das Leben schwer, so dass Sie Natron hervorragend zum Schutz Ihrer Pflanzen und Bäume einsetzen können.

**74. NATRON ALS FUNGIZID UND INSEKTIZID** Natron bekämpft Sprossigkeit, Schorfbildung, Schimmel, Pilze und wirkt antibakteriell. Ein Natronwasser eignet sich am besten zur Behandlung der einzelnen Oberflächen und Pflanzen. Geben Sie für ein universelles Natronwasser 3 bis 5 Esslöffel Natron auf einen Liter Wasser und füllen Sie es erkaltet in eine Sprayflasche um. In den nächsten Punkten haben wir Ihnen spezielle Konzentrationen für die unterschiedlichen Anwendungsgebiete von Natriumhydrogencarbonat im Garten aufgelistet.

**75. NATRON BEI LÄUSEBEFALL** Um einen Läusebefall zu bekämpfen oder diesem vorzubeugen, besprühen Sie Ihre Pflanzen in den Abendstunden mit einem Natronspray. Für die Selbsterstellung des Natronsprays geben Sie einen halben Teelöffel Natron auf einen Liter kochendes Wasser. Möchten Sie Schild- und Wollläuse bekämpfen geben Sie außerdem noch 2 Teelöffel Alkohol oder Bio-Spiritus hinzu. Ein Teelöffel Sonnenblumenöl verhindert zusätzlich, dass das Natronspray direkt beim nächsten Regen weg gewaschen wird.

**76. MIT NATRON AMEISEN VERTREIBEN** Mit Natron können Sie sowohl Ameisenstraßen als auch Ameisenhögel zerstören. Fressen die Ameisen das Natriumhydrogencarbonat führt dies zu einer Zerstörung Ihres Magen-Darm-Traktes. Sie sollten sich also darüber im Klaren sein, dass das Natron die Ameisen an der bestreuten Stelle nicht vertreibt, sondern ausrottet. Bestreuen Sie die betroffenen Stellen einfach mit einer dünnen Schicht Natron.

**77. MIT NATRON MOOS ENTFERNEN** Besprühen Sie die bemoosten Flächen mit Natronwasser. Zur Herstellung des Natronwassers, geben Sie einen Esslöffel Natron auf einen Liter lauwarmes Wasser.

Verreiben Sie das Natronwasser mit einer Bürste und lassen Sie es rund fünf Stunden einwirken. Anschließend mit Wasser nachspülen.

**78. UNKRAUT MIT NATRON BEKÄMPFEN** Wenn Sie Unkraut oder Beikraut effektiv bekämpfen möchten, bietet sich auch hier ein Natronwasser an. Um das Natronwasser selbst herzustellen, lösen Sie einen Esslöffel Natron in kochendem Wasser auf, lassen es erkalten und füllen es in eine Sprayflasche. Halten Sie bei der Behandlung 10 cm Abstand zu Ihren Nutzpflanzen, um diese nicht zu gefährden.

**79. NATRON HILFT BEI PILZBEFALL (MEHLTAU UND GRAUFÄULE)** Geben Sie für weichblättrige Pflanzen (z.B. Gurken und Gemüse) 2,5 g Natron in ein Liter lauwarmes Wasser. Für hartblättrige Pflanzen (z.B. Rosen und Obstbäume) geben Sie 10 g Natron in ein Liter lauwarmes Wasser. Anschließend die Natriumhydrogencarbonat - Lösung in eine Sprühflasche umfüllen und erkalten anwenden. Nutzen Sie am besten die Abendstunden zur Behandlung Ihrer Pflanzen.

**80. NATRON FÜR DEN POOL** Der optimale pH - Wert von Schwimmbadwasser liegt zwischen 7,0 - 7,4. Verwenden Sie pH - Teststreifen, um den aktuellen pH - Wert Ihres Wassers zu bestimmen. Sollte dieser Wert zu niedrig sein, geben Sie 5 g auf 100 Liter Wasser hinzu, um den pH - Wert um 1 zu erhöhen. Umgerechnet entspricht das 500g Natron auf 10000 Liter (10 Kubikmeter) Wasser für eine Erhöhung um 1. Verteilen Sie das Natronpulver dafür gleichmäßig auf der Wasseroberfläche und lassen Sie Ihre Poolpumpe laufen. Kontrollieren Sie auch zwischenzeitlich den pH - Wert Ihres Wassers.

**81. SPLITTER MIT NATRON ENTFERNEN** Auf kleine, lästige Splitter können Sie eine Prise Natron mit ein paar Tropfen Wasser vermengen und auf die Stelle geben. Mit ein bisschen Glück zieht die Reaktion den kleinen Splitter aus der Hautoberfläche.

## EXPERIMENTE & IDEEN FÜR KINDER

Natron sollte grundsätzlich natürlich nicht unbeaufsichtigt in Kinderhände geraten, aber unter Anleitung von Erwachsenen lassen sich viele tolle Sachen mit Natriumhydrogencarbonat machen, die Kinderaugen zum Leuchten bringen. Wie Sie eine leckere Brause herstellen können, haben wir bereits unter Punkt 56. beschrieben. Aber Natron kann mehr! Vor allem in Verbindung mit Zitronensäure lassen sich mit Natron viele einfache, aber effektive Experimente durchführen.

**82. LUFTBALLON-EXPERIMENT** Für Kinder ist es äußerst spannend zu sehen, wenn Stoffe miteinander reagieren. Ein ganz einfaches und doch wirkungsvolles Experiment bewerkstelligen Sie mit: 1 Glasflasche, 1 Luftballon, 1 Trichter, 1 Teelöffel Natron und 2 Teelöffel Zitronensäure. Setzen Sie den Trichter auf die Glasflasche. Pusten Sie den Ballon auf und lassen Sie die Luft wieder heraus. Setzen Sie den Trichter auf die Glasflasche und füllen Sie erst zwei Teelöffel Zitronensäure-Pulver und anschließend den Teelöffel Natron in die Flasche. Geben Sie etwas Wasser hinzu, entfernen Sie schnell den Trichter und stülpen Sie den Ballon auf den Flaschenhals. Die Zitronensäure wird zischend mit dem Natron reagieren – es bildet sich ein Gas und der Ballon wird „von Zauberhand“ aufgeblasen.

**83. KERZEN-EXPERIMENT** Für dieses Experiment benötigen Sie: 1 Backblech (als feuerfeste Unterlage), 1 Glasflasche, 1 kleines Glas, 1 Trichter, 1 Schlauch, lange Streichhölzer, etwas Knete, 1 Teelicht, 2 Teelöffel Natron und 4 Teelöffel Zitronensäure. Stellen Sie das Teelicht in ein kleines Glas. Füllen Sie in die Glasflasche zwei Teelöffel Natron und vier Teelöffel Zitronensäure. Schütten Sie anschließend etwas Wasser in die Glasflasche, stecken Sie den Schlauch hinein und dichten Sie den Schlauch ringsum mit der Knete ab. Zünden Sie das Teelicht an und halten Sie den Schlauch in das Glas mit dem Teelicht. Die Zitronensäure und das Natron reagieren unter Zugabe von Wasser, so dass sich ein nicht entzündliches Gas bildet – dieses Gas (Kohlenstoffdioxid) erstickt die Kerzenflamme, so dass sie erlischt.

**84. KNETE** Aus Natron können Sie auch ganz einfach selbst Knete herstellen. Dazu stellen Sie einen Teig aus 60g Speisestärke, 250 g Natron & 150 ml Wasser her. Vermengen Sie alle Zutaten in einem Topf miteinander und erhitzen Sie das Ganze. Wer mag, kann noch Lebensmittelfarbe oder Ähnliches hinzugeben. Rühren Sie so lange um, bis eine Konsistenz wie Kartoffelpüree entsteht. Den Teig abkühlen lassen und die Knete ist fertig.

**85. DER NATRON-VULKAN** Für den eindrucksvollen Natron-Vulkan benötigen Sie: 1 Teller, 1 Schere, 2 Gläser, Alufolie und Klebeband, 2 Esslöffel Natron, etwas rote Lebensmittelfarbe für die Lava, ein halbes Glas Essig, ein halbes Glas Wasser, ein Tablett. Kleben Sie eines der Gläser mit Klebeband mittig auf den Teller. Legen Sie zwei Bahnen Alufolie darüber, so dass Teller und Glas bedeckt sind. Kleben Sie die Enden unter dem Teller fest und schneiden Sie in der Glasmitte ein Kreuz in die Alufolie. Knicken Sie die Ecken des Kreuzes nach innen und kleben Sie sie im Glasinneren fest. Geben Sie das Natron in den Vulkankrater (Glas). In dem zweiten Glas mischen Sie das Wasser, das Essig und die Lebensmittelfarbe. Geben Sie anschließend einen Spritzer Spülmittel dazu. Stellen Sie Ihren Vulkan spätestens jetzt auf das Tablett als wasserdichte Unterlage, da sonst die Lava unkontrolliert abfließt! Wenn Sie Ihre rote Mischung nun in den Krater schütten, wird der Vulkan zwar nicht explodieren, aber er wird „ausbrechen“ und die rote Lava wird leicht schäumend aus dem Krater fließen.