

# ASTUCES AVEC LE BICARBONATE DE SOUDE

## 1 Fabriquer vos produits d'entretien

Le bicarbonate adoucit l'eau. De plus, il empêche la formation de dépôts incrustés. Grâce à cette double action, il sert de base à vos produits d'entretien faits maison.

## 2 Améliorer vos lessives

Le bicarbonate agit contre les tâches difficiles, élimine les odeurs et désinfecte de façon naturelle.

## 3 Redonner de la brillance

Pour faire briller les verres, l'argenterie, les éviers (même en inox) et les plaques de cuisson, frottez-les avec un chiffon en coton saupoudré de bicarbonate.

## 10 Éloigner les insectes

Pulvérisez vos plantes avec un mélange de café, d'huile d'olive et de bicarbonate pour les protéger des insectes et autres parasites.

## 4 Dégraisser la vaisselle

Du bicarbonate de soude et une éponge sont tout ce qu'il faut pour se débarrasser de la graisse, même dans les récipients en plastique.

## 9 Désherbant naturel

Le bicarbonate ralentira la repousse des herbes indésirables, si on le saupoudre entre les pierres ou les dalles du jardin.

## 5 Désinfecter les WC

Versez du bicarbonate de soude et du vinaigre dans le fond de la cuvette pour une désinfection totale.

## 8 Nettoyer les légumes

Pour éliminer les traces d'engrais et des pesticides sur les fruits et les légumes, lavez-les avec du bicarbonate de soude.

## 7 Blanchir les dents

Utilisez le bicarbonate de soude sur une brosse à dents humide pour blanchir vos dents et en gargarisme, pour rafraîchir votre haleine.

## 6 Éliminer les odeurs

Dans le placard, le frigo ou contre les odeurs du tabac, une coupelle de bicarbonate de soude est un remède efficace et naturel.

## RECETTES NATURELLES

### Désincrustant

Pour décaper les casseroles brûlées : **mettez 2 ou 3 cuillères de café de bicarbonate de soude dans le fond du plat et ajoutez un peu d'eau chaude. Laissez agir 20 min puis rincez.**

Si les résidus sont vraiment incrustés : **remplissez la casserole avec de l'eau et 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et portez à ébullition pendant 5 minutes.**

### Cuisson des légumes

Pour préserver la couleur des légumes, éviter les mauvaises odeurs et supprimer le goût amer de certains légumes, ajoutez :

**Ajouter 1 cuillère à café de bicarbonate de soude par litre d'eau bouillante avant de faire cuire les légumes.**

### Antifongique bio

Pour empêcher le développement de champignons sur vos plantes, vaporisez sur les feuilles un mélange de :

**1 litre d'eau  
1 cuillère à café de bicarbonate de soude  
1 cuillère à café de savon de Marseille liquide.**