

RECETTES DE PRODUITS MENAGERS MAISON

sources : <http://www.autourdunaturel.com/>

Liste de courses de base pour le ménage quotidien de la maison (rappel des propriétés)

1. **VINAIGRE BLANC** : détartrant, antiseptique, antibiotique (moisissures, bactéries), désodorisant, assouplissant , détachant (chocolat, cerise fraîche...)
2. **CRISTAUX DE SOUDE** : dégraissant (canalisations, linge, sol)
3. **SAVON NOIR** : désinfectant, nettoyant, dégraissant (sol, four)
4. **SAVON DE MARSEILLE** (artisanal naturel, le vert à l'huile d'olive car le blanc est à l'huile de palme) : nettoyant, détachant
5. **BICARBONATE DE SOUDE/SODIUM** (c'est la même chose!): antifongique, alcalin, anticalcaire
 - Huile essentielle tea tree : désinfectant
 - Huile essentielle citron : nettoyant
 - Huile essentielle d'eucalyptus globulus : antiseptique aérien

Recettes des produits ménagers

1. LESSIVE

- 3L d'eau
 - 60g de savon de Marseille (copeaux ou râpés par vos petites mains)
 - 150g de cristaux de soude
 - 6 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- Faire chauffer 2L d'eau dans un grand faitout et y ajouter le savon de Marseille pour le diluer. Remuer pour bien le faire fondre à feu doux.
 - Diluer les cristaux de soude, puis le bicarbonate dans 1 litre d'eau chaude. Ajouter dans le faitout le mélange cristaux de soude et bicarbonate. Mixer le tout.
 - Laisser refroidir pour que ça épaisse. Attention, en refroidissant la lessive va se gélifier. Il faut régulièrement la re-mixer en rajoutant de l'eau au besoin. Le but est d'obtenir une lessive liquide et épaisse une fois froide. Une fois la lessive froide, vous pouvez la transvaser dans un récipient de votre choix. Un ancien bidon de lessive par exemple ...

2. ADOUCISSANT/ASSOUPLEISSANT

- un bouchon de vinaigre blanc (détartrant, antiseptique, antibiotique (moisissures, bactéries), désodorisant, assouplissant) dans le bac prévu à cet effet et

- **3 gouttes d'huile essentielle*** au choix selon votre besoin. Et c'est tout!

**Huile Essentielle de citron pour son action nettoyante, l'HE de Tea Tree (arbre à thé) pour son action désinfectante et nettoyante, l'HE de patchouli ou autre ayant une odeur "tenace" pour le parfum...*

3. LIQUIDE VAISSELLE

- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude,
 - 1 cuillère à café de cristaux de soude,
 - 1.5 cuillère à café de savon noir,
 - 20 g de savon de Marseille en copeaux,
 - *facultatif* : +/- 1 cuillère à café d'huile végétale (amande douce, argan ...au choix en fonction des vertus désirées **NOTAMMENT POUR LA PEAU**),
 - *facultatif* : +/- une dizaine de gouttes de l'huile essentielle pour l'odeur et les vertus : pamplemousse, arbre à thé, lavande...) (attention, ne mettez pas d'huile essentielle si il est utilisé par une femme enceinte).
- Dans un bol, mélangez : le [bicarbonate de sodium](#)+cristaux de soude + savon noir.
 - Dans un saladier, mélangez : les copeaux de savon de Marseille”+100 ml d'eau chaude.
 - Bien mélanger et rajouter dans le saladier le premier mélange. Puis rajouter l'huile végétale ou / et l'huile essentielle choisie.
 - Rajouter de l'eau jusqu'à obtenir environ 900 ml.
 - Mélangez le tout, activement, par exemple, dans un blinder pendant quelques minutes ou avec un mixeur, afin d'obtenir un mélange lisse et uniforme. Si l'épaisseur du produit ne convient pas, il est possible de rajouter de l'eau et de mélanger à nouveau.
 -
 - ☑ ***Penser à prévenir le dépôt de gras dans les canalisations*** : Versez un quart de tasse de bicarbonate de soude puis une demi-tasse de vinaigre d'alcool , le mélange va ainsi mousser. Laisser agir environ 30 minutes puis rincer avec de l'eau bouillante. Ce processus peut être utilisé en entretien des canalisations, avant qu'elles ne soient bouchées.

4. PRODUIT POUR LE SOL (bois, lino, stratifié)

Un seau d'eau chaude dans lequel vous mettrez 2 cuillères à soupe de savon noir liquide. Il n'est pas utile de rincer après avoir frotté le parquet. Le savon noir nourrira le bois, le protégera et le fera briller.

5. PRODUIT POUR LES SURFACES cuisine/ sdb

Laisser tremper une nuit des restes de citrons pressés ou autres agrumes dans un bocal de vinaigre blanc, passer au chinois le lendemain. A mettre dans un récipient pousse-pousse, très pratique!

OU Vous pouvez mélanger 1 cuillère à café de cristaux de soude, 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc, 1 cuillère à café de savon noir pour 1/2 litre d'eau chaude. Vous utiliserez ce mélange pour nettoyer avec une éponge vos salles de bains, surfaces en marbre, dessus de hottes, cuisinières, meubles de cuisine, ...

- Eviter le vinaigre sur les enduits type béton ciré (à nettoyer au savon noir)

Pour les surfaces très grasses comme les poubelles, la porte du four, ou les taches incrustées, mettez 3 cuillères à soupe de soude en cristaux et 1 cuillère à café de savon noir pour 1 litre d'eau chaude.

Vous pouvez ajouter à toutes ces recettes quelques gouttes d'huile essentielle de citron (agent nettoyant) et quelques gouttes d'huile essentielles de Tea tree (arbre à thé) comme désinfectant. Mais ce n'est pas indispensable.

6. PREVENTION CALCAIRE SDB

Pour 1 litre de préparation :

- 1/2 litre d'eau
- 1/2 litre de vinaigre blanc
- 5 gouttes d'HE de Tea Tree. Cette huile essentielle est un puissant désinfectant.
- 5 gouttes d'HE de Citron (Citrus limon). L'huile essentielle de citron est utilisée pour ses pouvoir nettoyant.
- 5 gouttes d'HE d'eucalyptus globulus. Cette huile essentielle est un antiseptique aérien et ajoute une note de fraîcheur.

Utilisation

Pulvériser le liquide dans votre douche. Laissez agir 2/3 minutes et rincez.

En faisant cela tous les jours ou tous le deux jours selon la dureté de votre eau vous préviendrez l'apparition de calcaire.

7. PRODUIT WC

- Faites chauffer dans une casserole ou une bouilloire (ainsi vous la détartrez en même temps) 1/3 vinaigre blanc et 2/3 eau. Si vous êtes pressés, vous pouvez l'utiliser froid.
- Poussez avec un balai pour WC l'eau afin qu'il y en ait le moins possible dans la cuvette.

- **Versez le mélange d'eau et de vinaigre dans les toilettes et laissez agir 5 minutes. Vous pouvez ajouter quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé (Tea Tree) pour désinfecter.**
- **Puis ajouter 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude. Le bicarbonate va réagir avec le vinaigre et mousser. Laissez agir encore 1 ou deux minutes et frottez avec votre balai.**

Conseils

Si la couche de calcaire déposée est vraiment importante, faites moitié de vinaigre et moitié d'eau et répétez l'opération jusqu'à ce que le calcaire ait disparu ou alors laissez agir toute la nuit.

Réaliser cet entretien 1 fois par semaine préviendra le dépôt de calcaire et gardera vos toilettes parfaitement propres.

8. REFRIGIRATEUR :

- *L'entretien courant :*

L'idéal serait de le nettoyer toute les semaines. Dans l'idée du respect de la Nature, plutôt que de l'eau de Javel, il sera possible d'utiliser du vinaigre blanc, disposé dans un vaporisateur rechargeable et de vaporiser sur les parois du frigo vidé. Il ne sera pas nécessaire de rincer.

Les étagères, grilles et rangements de porte seront lavés à l'aide du produit vaisselle et rincés. Il sera possible de les désinfecter en utilisant également le vinaigre d'alcool.

Une coupelle de bicarbonate de soude déposée dans un coin du réfrigérateur éliminera les odeurs.

- *Le nettoyage en profondeur :*

Si votre réfrigérateur est vraiment sale, il est possible de précéder le nettoyage au vinaigre blanc par un dégrassage à l'aide d'un produit que vous pourrez faire vous-même. Mélangez un cuillère à soupe de cristaux de soude dans un seau d'eau chaude et rajoutez quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé (ou tee tree). Appliquez cette solution à l'aide d'une éponge puis rincez à l'aide d'une éponge.

9. PRODUIT VITRE

– La papier journal

La première solution consiste à utiliser du papier journal humidifié. Non seulement cela permet de recycler nos vieux journaux, mais en plus cela ne coûte pas un centime. Cela fonctionne aussi pour nettoyer la vitre de son insert, en trempant le journal humide dans les cendres.

– Le vinaigre blanc

Vous pouvez aussi utiliser du vinaigre blanc que vous pouvez mélanger à de l'eau. Utiliser un chiffon pour frotter les vitres et une autre pour les essuyer sans laisser de traces. L' idéal est d'utiliser un tissu en microfibre. *Astuces* : Ne nettoyez jamais vos vitres en plein soleil.

10. DETACHANT LINGE AVANT LAVAGE

Mettez du savon noir sur l'envers et l'endroit du vêtement, au niveau de la tâche.

Frottez, puis mettez votre vêtement en machine.

Tache :

- cerise, lait : laisser tremper dans le vinaigre blanc qq heures ou toute la nuit puis laver
- sang : vinaigre d'alcool ou blanc
- cambouis : frotter à l'ail puis au savon de Marseille puis rincer
- sève : matière grasse (beurre ou huile végétale) pour frotter, puis frotter avec savon Marseille, puis laver ou alcool à 90
- graisse d'huile, de beurre, de gazole, de maquillage, de cire, vin, urine ...: terre de Sommières à sec, laissez agir 24h puis brosser

11. POUR NETTOYER LES JOUETS DES ENFANTS :

Dans 6 litres d'eau, mélangez 1/2 tasse de bicarbonate de soude et 1/2 tasse de savon noir ou de savon de Marseille. Frottez à l'aide d'une éponge et si besoin d'une brosse à dent usagée. Rincez à l'eau claire . Attention à ne pas mouiller les jouets contenant de l'électronique

12. Divers

- **POUR ELOIGNER LES MITES ALIMENTAIRES :**

Les mites détestent l'odeur du camphre : disposez-en en poudre ou en morceaux, à l'abri des enfants.

Vous pouvez aussi déposer des écorces de citron et d'orange ou un morceau de savon d'Alep qui auront également la faculté de les éloigner .

Les céréales complètes pourront être conservées dans le bas du frigo, à l'abri de l'humidité pour éviter le développement des mites alimentaires.

Ces astuces naturelles vous permettront de faire fuir ces mites qui salissent nos placards et nos aliments.

- **POUR DEBOUCHER LES CANALISATIONS**

Versez un quart de tasse de bicarbonate de soude puis une demi-tasse de vinaigre d'alcool , le mélange va ainsi mousser. Laisser agir environ 30 minutes puis rincer avec de l'eau bouillante. Ce processus peut être utilisé en entretien des canalisations, avant qu'elles ne soient bouchées.

- **FAIRE UN ANTI-MOUSSE ECOLOGIQUE**

Pour faire notre anti-mousse écologique, on utilisera de l'acide citrique. Cet acide, qui nous vient du citron, est très utile pour nettoyer les lichens et les mousses sur les murs, les tuiles, les terrasses.

Dans une grande quantité d'eau, mélangez de l'acide citrique, des extraits de plantes et des huiles végétales(huile de coco, huile de ricin, huiles essentielles de votre choix) et du bicarbonate de soude.

Pulvérisez simplement le mélange sur vos surfaces (murs, tuiles, terrasses) qui contiennent de la mousse. Il faut laisser agir le mélange 2 ou 3 jours sans pluie. Au bout de trois jours, les mousses auront séchées grâce au mélange et vous pourrez les nettoyer simplement au jet d'eau.

Cet anti-mousse écologique pourra traiter toutes vos surfaces, dalles, toits, murs, bois, tuiles, terrasses, ...

- **POUR CONSERVER PLUS LONGTEMPS LES FLEURS COUPEES**

Une pointe de bicarbonate de sodium dans l'eau des fleurs permet de les conserver plus longtemps.

- **RECETTE ANTI-ACARIEN LITTERIE**

- Prenez 1 litre d'eau, ainsi qu'un demi citron. Pressez le et diluez le avec votre litre d'eau. (Cela permettra aux huiles essentielles de se diluer dans l'eau).
- Ajouter 15 goûtes d'huiles essentielles de menthe, et de lavande, ainsi que 10 goûtes d'huiles essentielles d'eucalyptus.
- Vaporisez votre matelas.
- Laissez reposer 3 heures, et aérez bien votre chambre.

- **FAIRE BRILLER AVEC DE LA RECUP'**

- pour faire briller vos chaussures, frottez-les avec l'intérieur d'une peau de banane, puis frotter avec une vieille chaussette en laine.
- vous pouvez aussi utiliser une crème ou un lait hydratant périmé pour lustrer et nourrir le cuir.

- **FAIRE SON CIRAGE MAISON**

- 100g de pépites de [cire d'abeille](#),
- 25g de paillettes de [savon de Marseille](#),
- 60 mL d'huile de lin,
- 60 mL d'eau,
- si vous le souhaitez quelques gouttes d'[huiles essentielles](#) de votre choix pour parfumer.

Faites fondre au bain marie les pépites de cire d'[abeille](#) dans l'huile de lin, sans faire trop chauffer le mélange.

Dans un saladier, dissolvez les paillettes de [savon de Marseille](#) dans l'eau.

Une fois que les paillettes de savon de Marseille sont dissoutes, rajoutez le mélange huile de lin/cire d'abeille en remuant en permanence de manière à obtenir une pâte homogène. Si vous le souhaitez, c'est le moment de rajouter quelques gouttes d'huile essentielle.

Utilisez ce cirage maison, en le lustrant à l'aide d'une vieille chaussette.

Conservez-le dans un récipient.

- **POUR NETTOYER L'INTERIEUR DE LA VOITURE**

Le nettoyage se fera du haut, vers le bas, pour que les poussières et saletés soient nettoyées complètement.

- **Les plastiques**

Dans une bassine d'eau tiède, diluez un peu de savoir noir.

Sur vos tableaux de bords, habillage de portières... dépoussiérez, nettoyez à l'aide de cette préparation puis rincez à l'eau et séchez à l'aide d'un chiffon microfibrés.

- **Les sièges**

Le nettoyage dépendra du tissu recouvrant les sièges.

Si vos sièges sont en cuir, il faudra d'abord les dépoussiérer. Pour les laver, il est possible d'utiliser du savon noir qu'il faudra bien rincer. Riche en huile d'olive, le savon noir nourrira le cuir. Il sera tout de même judicieux de tester auparavant sur un endroit caché.

Puis le nettoyage dépendra du type de tache : la terre de Sommières, par exemple, pourra faire des miracles sur les tache de gras, d'urine...

- **Les vitres (et rétroviseurs)**

Le nettoyage des vitres de la voiture, intérieur et extérieur, se fera de la même manière que pour les vitres du logement : à l'aide de papiers journaux, de chiffons microfibrés ou de vinaigre blanc. Voir nos astuces à ce sujet .

- **L'odeur**

Parfois, des odeurs persistent dans les voitures : tabac, accident de nourriture, d'animaux de compagnie.

Pour aspirer ces odeurs, disposez du bicarbonate de sodium à l'endroit d'où émane l'odeur et laissez agir au moins 1/2 heure avant d'aspirer.

Il est possible de laisser en permanence du bicarbonate de soude dans un endroit discret (cendrier...) pour pomper les odeurs au fur et à mesure. Quand elles reviennent, c'est que c'est le moment de renouveler le bicarbonate de sodium.

- **Le sol**

Après avoir aspiré, il est possible, si vous en avez, de nettoyer le sol de votre voiture avec votre nettoyeur vapeur (vérifiez sur son mode d'emploi auparavant).

- **Les tapis**

Les tapis pourront être aspirés, et battus afin d'enlever le maximum de poussières.

Selon leur qualité et les indications fournies lors de leur achat, vous pourrez soit les mettre en machine, soit les laver en les brossant à la main. Dans les deux cas, le savon noir sera un nettoyant efficace.

- **POUR NETTOYER L'EXTERIEUR DE LA VOITURE**
 - *Pour nettoyer la carrosserie*

Dans un seau d'eau tiède, diluez un peu de savon noir. A l'aide d'une éponge ou d'un chiffon microfibre, nettoyez l'ensemble de la voiture, en commençant par les parties les plus propres et en finissant par les plus sales, c'est-à-dire, généralement de haut en bas.

Pour faire briller la carrosserie, rajouter dans votre eau de rinçage un peu de vinaigre blanc puis, si vous en avez le courage, séchez-la, toujours à l'aide d'un chiffon microfibre propre.

Pour enlever les gouttes de sève d'arbres sur la carrosserie, tamponnez une éponge humide dans du bicarbonate de soude puis nettoyez doucement la tache. Rincez.

- **Pour nettoyer les borne de la batterie :**
endiguez les de pâte de bicarbonate puis frotter à l'aide d'une brosse à poils durs.

- **Pour nettoyer les phares de la voiture**

Plongez une éponge humide non abrasive dans un peu de bicarbonate de sodium et frottez doucement vos phares avec ce produit naturel . Puis rincez à l'eau claire.

- **Pour nettoyer les jantes**

Les jantes sont un élément particulièrement sale de la voiture.

A l'aide d'un chiffon (éventuellement microfibras) humidifié à l'eau, frotté sur de la pierre d'argile, nettoyez ainsi vos jantes. Puis rincez à l'eau claire.