

Het kruid is zeer antiseptisch (=ontsmettend) en kan dus ook met die bedoeling worden ingezet. In combinatie met rozemarijn is het een uitstekend reinigingsmiddel voor de badkamer.

Recept

Spoelwater voor het toilet

1 liter water

50g verse tijm

6 soeplepels tijmazijn

10 druppels etherische olie van rode tijm

1. Maak een aftreksel van water en tijm.
2. Zeef je watercomponent.
3. Voeg je druppels etherische olie toe aan de azijn.
4. Giet de azijn in het watercomponent.
5. Giet in je toilet en laat 30 minuten staan alvorens te spoelen.

Gebruik: Bij iedere reinigingsbeurt van het toilet.

Bewaren: Onmiddellijk na bereiding gebruiken.

Klimopdetergent

Ingrediënten:

50 g verse bladeren van klimop (*Hedera helix* L.) + 1 liter leidingwater

Bereidingswijze:

Pluk de bladeren zonder steel. Weeg 50g af en doe ze in een blender. Voeg er 1 liter water aan toe en mix. Giet het mengsel in een kookpot en breng zachtjes aan de kook. Laat nog 2 minuutjes doorkoken en haal de pot van het vuur. Giet het afgekoelde afkooksel door een theedoek en doe in een fles.

Houdbaarheid:

Dit afkooksel is enkele weken houdbaar op een koele plaats. De saponinen in klimop hebben schimmelwerende en antibacteriële stoffen, waardoor dit afkooksel relatief lang houdbaar is. Het is mijn bedoeling om tot eenvoudige recepten te komen, die door iedereen, zonder voorkennis, te bereiden zijn. Ik gebruik liever geen vreemde verdikkingsmiddelen, emulgatoren, stabilisatoren, die je enkel vindt in gespecialiseerde handelszaken. Ik verkies pure bereidingen, zonder dure of schadelijke bewaarmiddelen en geef de voorkeur aan lokaal te vinden of te telen ingrediënten die overal voorhanden zijn.

In onderstaande recepten kan je het klimopafkooksel vervangen door een aftreksel/afkooksel van een andere zeeplanta die bij jou voorhanden is. Je zal echter wel wat moeten sleutelen aan de verhoudingen in het recept.

Zelfgemaakte vochtige doekjes

Zelfgemaakte vochtige doekjes zijn super handig in gebruik als je even snel iets wilt schoonmaken.

De meeste desinfecterende doekjes die je in de winkel kunt kopen bevatten allerlei schadelijke ingrediënten en vaak ook synthetische parfum.

Dat kan schadelijk zijn voor je gezondheid en die van je familie en huisdieren.

En het is echt zo simpel om deze doekjes zelf te maken.

Je kan deze doekjes met een keukenrol maken maar als je nog beter voor het milieu wilt zijn dan kan je ook katoenen doekjes gebruiken die je in een afsluitbare container doet. Deze

Mieke Vanderhaeghen, herborist

Recepten natuurlijke schoonmaakmiddelen 2017

katoenen doekjes kan je ook maken van oude witte t-shirts, oud wit laken of bijv. dunne (of oude) theedoeken.

Wat heb je nodig voor je zelfgemaakte desinfecterende doekjes ?

1 rol keukenpapier (zonder print)

400 ml. warm water

2 eetlepels olie (bijv. olijfolie, amandelolie of wonderolie)

4 druppels citroen etherische olie

4 druppels tea tree etherische olie

2 druppels tijm etherische olie

1 eetlepel neutrale vloeibare zeep (bijv. handzeep of je zelfgemaakte vloeibare zeep)

1 luchtdicht afsluitbare container. (bijv. een lege afsluitbare yoghurtbeker van Griekse of Turkse yoghurt, een oude lege verpakking van desinfecterende doekjes) . Je kan ook een koffieblik nemen maar dan moet je er wel een plastic zakje in hangen anders treed er roestvorming op.

Andere etherische oliën die je ook kan gebruiken voor de ontsmettende reinigingsdoekjes:

Sinaasappel, Grapefruit, Rozemarijn, Pepermunt, Wintergroen, Eucalyptus en Kaneel

Je kan zoeken tot je een combinatie gevonden hebt die je graag ruikt.

Snij de keukenrol door de helft met een broodmes (of als je dat hebt een elektrisch mes). Bij mij ging het heel makkelijk met het broodmes. Gebruik de helft nu en bewaar de andere helft voor de volgende keer.

Doe het lauwe water, de olie, de etherische olie en de zeep in een maatbeker en roer even voorzichtig door.

Leg de keukenrol in de container en giet het mengsel eroverheen. Doe dan de deksel erop en laat het mengsel 10 minuten intrekken.

Keer dan de container om en laat het geheel nog 10 minuten staan zodat de hele keukenrol het vocht goed geabsorbeerd heeft.

Verwijder dan voorzichtig het karton uit de keukenrol en je kan je doekjes vanuit het midden trekken als je ze nodig hebt.

Gebruik deze doekjes om je aanrecht snel schoon te maken, deuren, kranen, lichtknopjes te desinfecteren etc. etc.

En zelfs je kinderen kunnen mee helpen want je hoeft je geen zorgen te maken over schadelijke stoffen.

Krijg je een ganse rol in je container dan moet je uiteraard de hoeveelheden verdubbelen.

Je kan ook een variatie maken op je desinfecterende doekjes bijvoorbeeld voor **babydoekjes/snoetenpoetsdoekjes** door andere etherische olie te gebruiken.

Voor babydoekjes/snoetenpoetsdoekjes : mogelijke combinaties

- 10 druppels lavendel etherische olie

- 5 druppels lavendel etherische olie en 5 druppels mandarijn etherische olie.

- 5 druppels lavendel en 5 druppels palmarosa

Je kan er ook altijd een beetje aloe vera of kweeperenpittengel aan toevoegen

Vochtig toiletpapier kan je maken met bijvoorbeeld lavendel etherische olie, geranium etherische olie of wierook etherische olie.

Ook kan je aan zowel de baby-/snoetendoekjes als het vochtig toiletpapier een scheutje aloe vera gel toevoegen voor een extra verzorgend effect

Vochtige gezichtsreinigingsdoekjes

- 10 druppels lavendel etherische olie
- 10 druppels gerarium etherische olie
- Ev een combinatie van deze twee

Cif schuurzeep

1 kop natriumbicarbonaat

½ kop marseillezeep

8 druppels eo (ev iets meer) citroen, orange, eucalyptus, tea tree, rozemarijn, thijm

Alles samen mengen