

„Klimaschutz gibt Autonomie“

Alte Hausmittel  
neu entdeckt.

Zusammenstellung  
Ökologische Putzmittel



Ein Leitprojekt gefördert vom Klima- und Energiefonds  
Durchführung Verein kultur.GUT.natur in Kooperation mit Phönix Wiener Neustadt

## Allgemeines

Heute gibt es in den Geschäften eine Vielzahl an unterschiedlichen Putzmitteln. Mit weniger Chemikalieneinsatz kann genauso sauber geputzt werden und das mit gleichem Hygienestandard. Eine Umstellung auf ökologische Reinigung schont die Umwelt, fördert die Gesundheit und spart Geld. Durch den Einsatz von alten Hausmitteln in der ökologischen Reinigung lässt sich viel Chemie und Geld sparen.

### Wichtig für wirkungsvolle Reinigung sind:

- Temperatur
- Zeit
- Mechanische Kraft (Mikrofasertücher, Staubsauer, Nasswischgeräte, Abflusssiebe, Saugglocken, Fußmatte vor der Eingangstür)
- Chemie (richtige Dosierung! Für jeden Raum das passende Reinigungsmittel)

Jeder Faktor beeinflusst den anderen.

Desinfektionsmittel im privaten Haushalt müssen nicht sein. Sie haben oft aggressive Inhaltsstoffe, die durch die Haut aufgenommen werden können oder Allergien und Hautschäden fördern.

Desinfektionswirkstoffe in „anti-bakteriellen“ Reinigungsmitteln reduzieren die für die Menschen nützlichen Bakterien – das kann sogar das Immunsystem schwächen. Außerdem stören Desinfektionsmittel die nützlichen Bakterien in der Kläranlage, die das Abwasser reinigen. Mit alten Hausmitteln in der ökologischen Reinigung lassen sich auch Verpackungsmaterialien und teilweise Transportwege, aber auch Geld sparen, da selbst gemachte ökologische Reinigungsmittel durchaus viel preiswerter sein können.



Wer ökologische Reinigungsmittel fertig kaufen möchte, erkennt diese in den Verkaufsregalen durch die Kennzeichnung mit dem **Österreichischen Umweltzeichen** oder der **EU-Blume** (z.B. Frosch-Produkte).



## Soda

Soda ist ein natürlich vorkommendes Salz:  $\text{Na}_2\text{CO}_3$  und  $\text{Na}_2\text{CO}_3 \cdot 10\text{H}_2\text{O}$  (Kristallsoda). Erhältlich im Handel als Kristallsoda (in fast allen Geschäften) oder kalziniertes Soda (Waschsoda). Es sollte aufgrund seiner wasseranziehenden Eigenschaft immer trocken und luftdicht gelagert werden. Bei der Dosierung der Rezepte ist immer kalzinierendes Soda (Waschsoda) angegeben. Bei der Verwendung von Kristallsoda die 2,6 fache Menge nehmen. Für manche Rezepte wie Waschpulver, etc. kann nur kalziniertes Soda verwendet werden.

*Anwendung:* effektives Reinigungsmittel, Wasserenthärter, für viele Waschmittel, Weichspüler

*Achtung:* Soda kann die Haut, Augen und Atemwege reizen, deswegen Einatmen, Augenkontakt und übermäßigen Hautkontakt vermeiden.

## Schlammkreide (Wiener Kalk)

Eine gute Alternative zu herkömmlichen Scheuermitteln. Sie eignet sich gut zur Reinigung von Waschbecken, Badewannen und Herdplatten. Schlammkreide ist ein reines Naturprodukt ohne chemische Zusätze. Es handelt sich um gebrannten Dolomit, der sehr fein gemahlen wird. Rein mineralisch, ohne Tenside, noch Duft- und Konservierungsstoffe.

## Natron

In natürlicher Form kommt es in Lagerstätten in Afrika und Nordamerika vor und wird heute noch dort abgebaut. Der überwiegende Teil wird jedoch in chemischen Verfahren aus natürlichem Kochsalz gewonnen. Es ist ein Natriumsalz ( $\text{NaHCO}_3$ ) (Natriumhydrogencarbonat). Beim Kochsalz wird das Chlorid mit Kohlensäure ausgetauscht. Natron setzt durch Hitze, Feuchtigkeit und im Kontakt mit Säuren Kohlensäure frei.

*Anwendungen:* Backpulver, als Reinigungsmittel desinfizierend und kalklösend, guter Fettlöser.

*Nachteile:* industrielle Herstellung mit Nebenwirkungen: viel frisches Wasser wird verbraucht, chemische Abfallprodukte, deswegen bei der Dosierung genau einhalten.

## Essig

Entsteht bei der Fermentation von alkoholh. Flüssigkeiten durch Essigsäurebakterien. Für Haushaltsreiniger normalen Taflessig verwenden. Essigessenz müsste stark verdünnt werden (1 Teil Essenz mit 4 Teilen Wasser – es entsteht wieder ein 5%-Essig in der Konzentration von Taflessig). Essigessenz wird meist chem. hergestellt.

## Kernseife

Kernseife ist ein natürliches Tensid, bei der Verseifung werden pflanzlichen und tierischen Fetten unter Zuhilfenahme einer Lauge in Seife und Glycerin umgewandelt. Kernseife entsteht, wenn in weiteren Arbeitsschritten die reine Seife vom Glycerin getrennt wird. Sie ist leicht basisch und gut zur Lösung von Fetten geeignet.

## Schmierseife

Schmierseife ist eine reine Kaliseife ohne Zusätze, ein universelles umweltfreundliches Reinigungsmittel. Der Unterschied zu Kernseifen besteht darin, dass bei der Herstellung von Schmierseife die Aussalzung nicht stattfindet.

## Gallseife

Gallseife ist ein Seifenprodukt aus Kernseife und Rindergalle. Sie ist als festes oder flüssiges Endprodukt erhältlich und ein altes Hausmittel zur Behandlung von Flecken in Textilien.

## Zitronensäure

Im Handel erhältliche Zitronensäure ist ein fast immer industriell hergestelltes Produkt. Dabei verarbeitet ein Schimmelpilz zuckerhaltige Melasse oder Glukose. Ausgangsmaterial kommt meist aus Zuckerrüben oder Mais. Die Verwendung von frisch gepressten Zitronensaft ist ökologischer.



## Sonstige Tipps:

- Verschmutzungen am Herd sofort entfernen, solange der Herd noch lauwarm ist
- Eine Fußmatte vor der Eingangstür verringert wesentlich den Schmutz im Haus oder in der Wohnung
- Mit Wachs verklebte Gegenstände legt man in sehr heißes Wasser, nach kurzer Zeit lässt sich das Wachs abwischen. Oder man deponiert sie im Gefrierfach und hebt danach das Wachs ab
- Hohe enge Vasen lassen sich leicht reinigen, wenn man in sie warmes Wasser mit einer Messerspitze Backpulver hineingießt, zuhält, kräftig schüttelt und das Wasser eine halbe Stunde einwirken lässt.
- Wachsflecken auf dem Teppichboden mit einem Messer abkratzen und die Reste mit Küchenpapier ausbügeln
- Verschmutzte Besen werden sauber, wenn man sie in einer Schmierseifenlauge wäscht, gut nachspült und zum Trocknen aufhängt. Zerdrückte Borsten richten sich wieder auf, wenn man sie kurz über Wasserdampf hält
- Gewürznelken gegen Obstfliegen (einige neben das Obst legen)
- Ameisen mögen keinen Zimt und kein Backpulver. Etwas von dem eine oder anderen auf die Ameisenstraße streuen und schon kehren die Ameisen um
- Fliegen in der Küche kann man mit ein paar Tropfen Essigessenz vertreiben, die man auf die warme Herdplatte gibt
- Etwas Bier in einer Flasche abseits vom Gartentisch aufgestellt, zieht Wespen an. Sie krabbeln in die Flasche und sind gefangen

**Gutes Gelingen und  
viel Freude beim Ausprobieren!**



## REINIGUNGSMITTEL FÜR DIE KÜCHE



### Allgemeine Reinigung – Essigreiner

500 ml Tafelessig und 250 ml Wasser in einer Flasche direkt vermischen, eventuell noch einige Tropfen ätherische Öle zugeben (z.B. Zitrone, Lavendel oder Teebaumöl). Am besten eignet sich eine Sprühflasche (z.B. von einem alten Reiniger). Den Essigreiner auf die verschmutzten Stellen sprühen und mit einem Schwamm oder Putzlappen reinigen. Bei stärkeren Verschmutzungen einwirken lassen und dann abspülen.

### Allgemeine Reinigung – Allzweckreiniger aus Zitronenschalen

Ca. 500 g Schalen von Zitrusfrüchten (z.B. Zitronen, Orangen, Grapefruits) dicht in ein Glas schichten. Mit ca. 500 ml Tafelessig aufgießen, bis die Schalen vollständig bedeckt sind.

2-4 Wochen stehen lassen, bei Bedarf Essig nachgießen, da die Schalen ihn aufsaugen. Die Schalen sollten immer komplett bedeckt sein. Danach abseihen und in eine leere Sprühflasche gießen. So entsteht ein nach Zitronen duftender Haushaltsreiniger, der eine hohe Kalklösekraft besitzt.

### Allgemeine Reinigung – Natron – Allzweckreiniger

3 TL geriebene Kernseife in 700 ml warmen Wasser in einem Topf langsam erhitzen. Ausgiebig mit einem Schneebesens rühren, bis sich die Kernseife gelöst hat. Nach dem Abkühlen 3 TL Natronpulver und eventuell einige Tropfen ätherisches Öl dazugeben und gut umrühren.

Fertigen Universalreiniger in eine Sprühflasche füllen. Für Küche – Bad – WC

### Starke Verschmutzung – Scheuervpulver – Soda – Schlämmkreide

10 Teile Schlämmkreide (Wiener Kalk), 8 Teile Feinsoda und 5 Teile feine Seifenflocken in einer Schüssel mit einem Löffel vorsichtig verrühren. In eine Dose füllen und beschriften. Mit etwas Wasser (ca. 1:1) vermischen und als Scheuervpaste bei hartnäckigen Verschmutzungen in Küche, Bad und WC verwenden.

### Starke Verschmutzung – Scheuervpaste – Natron

Je nach Bedarf 1 EL bis 1 Tasse Natron nehmen, 1:1 mit Wasser vermischen und auf die Verschmutzung auftragen. Kurz einwirken lassen und bei Bedarf schrubben. Mit Wasser nachwischen.

Paste wirkt auch bei verkrusteten Speiseresten in Töpfen, Auflaufformen und Pfannen.

### Backöfen putzen – Scheuervpaste – Natron

Wie oben beschrieben. Paste auf die verschmutzten Stellen im Backrohr oder vollflächig auftragen, am besten über Nacht einwirken lassen, am nächsten Tag mit einem Haushaltsschwamm und Wasser entfernen.

### Töpfe reinigen – Scheuervpaste – Natron oder Soda – Lösung

Entweder die oben angeführte Scheuervpaste verwenden, wenn die Wirkung nicht ausreicht 1 EL Soda mit je 1 Liter Wasser in den Topf bzw. die Pfanne geben und die Lösung kurz aufkochen.

Anschließend stehen lassen, bis sich die Verkrustung mit dem Schwamm abwischen lässt.

### **Spülbecken reinigen – Essigreiner, Natron – Allzweckreiniger, Kartoffel**

Spülbecken mit Essigreiner oder Natron-Allzweckreiniger (Rezepte siehe vorherige Seite) reinigen, oder bei Edelstahlspülbecken mit einer halben rohen Kartoffel. Die Kartoffel durchschneiden und mit Druck die Spüle und eventuelle Abtropftassen damit reinigen. Die Stärke der Kartoffel lässt den Stahl glänzen.

### **Kühlschränke reinigen – Essigreiner**

Rezept siehe oben, Kühlschrank alle 4 – 6 Woche reinigen.

### **Entkalken (Teekocher, Kaffeemaschinen) – Essig**

Kaffeefiltermaschinen und Teekocher können optimal mit Essig gereinigt werden.

*Kaffeemaschine:* Wasser und Tafelessig im Verhältnis 1:1 in den Wasserbehälter füllen und 1 Tasse durch die Maschine laufen lassen. Danach die Maschine für 20 Minuten ausschalten und den Essig einwirken lassen. Dann den Rest durchlaufen lassen und 2-mal mit klarem Wasser durchspülen.

*Wasserkocher:* Ebenso Wasser und Tafelessig im Verhältnis 1:1 einfüllen, und mehrere Stunden einwirken lassen. Einmaliges Aufkochen beschleunigt den Vorgang. Ebenso mit einer Lösung aus Wasser & Zitronensäure möglich.

### **Reinigung von Vasen, Flaschen, Karaffen – Backpulver**

Hohe enge Vasen, Flaschen oder Karaffen lassen sich leicht reinigen, wenn man in sie warmes Wasser mit einer Messerspitze Backpulver hineingießt, zuhält, kräftig schüttelt und das Wasser eine halbe Stunde einwirken lässt. Danach noch gründlich mit einer Flaschenbürste reinigen.

### **Reinigung von Thermoskannen oder Trinkflaschen – Soda**

Beläge von Thermoskannen und schlechte Gerüche - Belege in Sporttrinkflaschen lassen sich mit einer Soda – Wasserlösung reinigen. 1 TL gehäuftes Soda pro 1 Liter heißem Wasser. Einwirken lassen (auch über Nacht) und mit heißem Wasser gründlich nachspülen.

### **Geschirrspüler reinigen – Tafelessig & Natron**

Eine Schüssel mit ½ Liter Tafelessig aufrecht in die Spülmaschine stellen und Reinigungsprogramm (ohne Vorspülen) durchlaufen lassen. Bei schlechten Gerüche in der Geschirrspülmaschine 1 EL Natron hineingeben und beim nächsten Waschgang mitwaschen.



### **REINIGUNGSMITTEL FÜR BADEZIMMER**

#### **Reinigung von Dusche, Badewanne, Waschbecken, Klo – Essigreiner**

Rezept siehe oben.

#### **Entkalkung von Duschköpfen – Zitronensäure – Unverdünnter Tafelessig**

3 EL Zitronensäure in einem halben Liter Wasser auflösen und die verkalkten Teile in der Lösung einweichen. Unverdünnter Tafelessig ist auf die gleiche Weise nutzbar.

## REINIGUNGSMITTEL FÜR WOHN- UND SCHLAFZIMMER

### Holzmöbel reinigen – Spülmittel & Wasser oder Schmierseife & Wasser

Sehr wenig Spülmittel in das Wischwasser geben, bei Holzmöbeln eventuell auch mit Schmierseife wie Parkettpflege.

### Holzböden aufwischen – Schmierseife & Wasser

Etwas Schmierseife in einen Kübel mit lauwarmem Wasser geben und den Parkettboden nach dem Staubsaugen nebelfeucht (Wischtuch sehr gut auswringen) aufwischen.

Schmierseife reinigt den Boden, gleichzeitig versehen die enthaltenen Öle den Boden mit einem Schutzfilm.

### Fenster & Glasflächen putzen – Schwarztee & Zitrone

2 Beutel Schwarztee mit 1 Tasse heißem Wasser überbrühen und 10 Minuten ziehen lassen. ½ Zitrone dazu pressen und mit 3 Liter warmen Wasser vermischen. Fenster damit putzen und mit einem Mikrofasertuch oder einer Stoffwindel nachwischen. Für alle Fensterreinigungen gilt: zuerst den Rahmen, Fensterbrett,... gründlich abwischen und erst dann das Glas reinigen.

### Fenster & Glasflächen putzen – Essig

Drei Teile Wasser mit einem Teil Haushaltsessig mischen, eventuell ein Tropfen Handgeschirrspülmittel dazu geben. Mit einem Fetzen reinigen und mit einem Mikrofasertuch oder einer Stoffwindel nachwischen. Für alle Fensterreinigungen gilt: zuerst den Rahmen, Fensterbrett,... gründlich abwischen und erst dann das Glas reinigen.



### Fenster & Glasflächen putzen – Spiritus

Einen Schuss Spiritus in einen Kübel warmes Wasser geben und eventuell noch einen Hauch Spülmittel zugeben, Fenster damit gründlich reinigen und mit einem Mikrofasertuch oder einer Stoffwindel nachwischen.

Für alle Fensterreinigungen gilt: zuerst den Rahmen, Fensterbrett, etc. gründlich abwischen und erst dann das Glas reinigen.

### Abflussverstopfung lösen – Soda & Essig

4 EL Soda oder Natron direkt in den Abfluss geben. Sofort ½ Tasse hellen Essig hinterherschütten. Es entsteht unter heftigem Blubbern weißer Schaum. Die Lösung noch 2 – 3 Minuten im Abflussrohr stehen lassen, damit sie gut einwirken kann, dann mit reichlich heißem Wasser nachspülen. Soda und Essig reagieren zusammen recht heftig und setzen dabei Kohlensäure und Wärme frei. Diese Reaktion sowie die entstehende alkalische Lösung führen zu einer intensiven Reinigung des Abflusses. Möglich ist auch die Verwendung einer Saugglocke.

## GESCHIRR WASCHEN

### Geschirrspülmittel herstellen – Natron, Flüssigseife oder Soda

Einen TL Natron in eine Flasche geben, 100 ml neutrale Flüssigseife (oder alternativ 1 EL Waschsoda) hinzufügen. Flasche mit 400 – 500 ml Wasser auffüllen und eventuell noch 20 Tropfen ätherisches Öl hinzufügen (z.B. Zitrone). Flasche gut verschließen, sanft schütteln und beschriften.

## **Geschirrspülmittel herstellen – Kernseife, Natron, ätherisches Öl**

25 g Kernseife fein raspeln und in 600 ml kochendem Wasser auflösen. Gut mit dem Schneebesen verrühren. Dann 2 TL Waschsoda dazugeben und nochmals gut durchrühren.  
In eine alte Spülmittelflasche füllen. Kann je nach Kernseife sehr dickflüssig werden.

## **Klarspüler herstellen – Zitronensäure**

In 1 Liter Wasser 3 EL Zitronensäurepulver auflösen und in eine Flasche abfüllen und beschriften.  
Wie gewohnt in die Maschine füllen.

## **Klarspüler herstellen – Zitronensäure und Alkohol (z.B. Spiritus)**

300 g Alkohol (einfacher Spiritus), 200 g lauwarmes Wasser, 80 g Zitronensäure; Zitronensäure in lauwarmen Wasser auflösen, die Mischung in eine leere Flasche füllen und den Alkohol dazugeben.  
Flasche gut verschließen, durchschütteln und verschließen.

## **Geschirrspülpulver – Zitronensäure, Soda, Natron, Spülmaschinensalz**

Für ca. 10 – 12 Waschgänge: 100 g Zitronensäure in Pulverform, 100 g Waschsoda (nicht Kristallsoda!), 100 g Natron, 35 g Spülmaschinensalz. Alle Zutaten müssen trocken sein und werden miteinander vermischt und in einem großen Schraubverschlussglas gelagert. Für das Waschen einer Geschirrspülmaschinenladung 1 – 2 gehäufte TL des Pulvers verwenden, bei starker Verschmutzung etwas mehr. Klarspüler wie oben beschrieben verwenden. Zitronensäure dient zur Wasserenthärtung, Soda und Natron bilden zusammen einen guten Fett- und Schmutzlöser. Salz unterstützt die Wasserenthärtung und schützt die Maschine vor Verkalkungen.

## **WASCHE WASCHEN**

### **Flüssigwaschmittel herstellen – Kastanien**

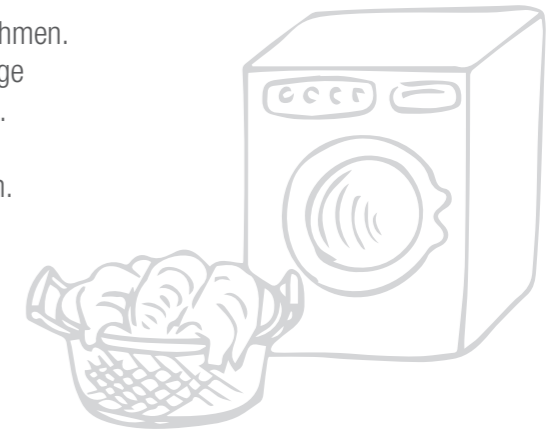
Rosskastanien im Herbst sammeln, 3 – 7 Tage luftig trocknen, in einem Bad aus 1 EL Natron und 1 Liter Wasser waschen und anschließend zerkleinern.

Zuerst mit einem großen Messer in erbsengroße Stücke, dann in einer Küchenmaschine zu groben Pulver. Dann bei 80°C ca. 3 Std. im Backrohr oder auf einem Tuch am Wäscheständer (ca. 3 Tage) trocknen.

Flüssigwaschmittel stellt man damit 1 Std. vor dem Waschen her: 5 EL Pulver mit einem Liter kaltem Wasser übergießen und gut umrühren. 1 Std. stehen lassen, dann in einem feinen Sieb abseihen, 50 ml Naturoessig dazugeben und fertig ist das flüssige Waschmittel.

Für Bunt- oder Weißwäsche, wie üblich waschen.  
Bei hartem Wasser die doppelte Menge Kastanienpulver nehmen.  
Pulver kann bis zu vier Mal zum Ansetzen einer neuen Lauge verwendet werden. Dazwischen immer wieder gut trocknen.

Lauge immer frisch ansetzen und nicht auf Vorrat herstellen.



## Flüssigwaschmittel herstellen - Kernseife, Soda

30 g Kernseife fein reiben, 700 ml Wasser aufkochen, Kernseifenraspeln und Soda vorsichtig dazugeben und verrühren, bis sich alles im Wasser aufgelöst hat.

Eine Stunde stehen lassen, danach mit weiteren 1300 ml Wasser aufgießen, kurz aufkochen und gut verrühren (mit dem Schneebesen).

Nach dem Abkühlen nochmals gut mit dem Schneebesen verrühren und 10 – 20 Tropfen ätherisches Öl dazugeben. Ergibt ca. 2l Waschmittel, für einen Waschgang 100 – 200 ml Waschmittel verwenden, bei weißer Wäsche noch 1-2 TL Natron in die Maschine geben, um das Weiß zu erhalten und das Ergrauen zu verhindern.

Für Weiß- und Buntwäsche, nicht für tierische Fasern wie Wolle und Seide verwenden. Das Waschmittel kann sehr dick, teilweise sogar geleeartig werden, deswegen in der Flasche vor der Benützung gut schütteln. Ist es zu dickflüssig mit warmen Wasser verdünnen.



## Waschpulver herstellen -

**Kernseife, Soda, Natron, Spülmaschinensalz, ev. Zitronensäure**

100 g Kernseife fein reiben und mit 150 g Waschsoda, 150 g Natron und 100 g Spülmaschinensalz vermischen. Möglichst trocken und luftdicht verschlossen (in einem Schraubverschlussglas oder Bügelglas) lagern. Bei weißer Wäsche noch 100 – 150g Zitronensäure zugeben für eine leicht bleichende Wirkung.

*Weichspüler:* 1 kräftiger Schuss Essig kann als Weichspüler verwendet werden

## Waschmaschinenpflege - Essig, Zitronensäure

Alle paar Monate sollte die Waschmaschine entkalkt und gereinigt werden. Alle Ablagerungen aus Sieb in der Abpumpeinrichtung nach Herstellerangaben entfernen.

Dann alle Seifenreste und Kalkablagerungen die sichtbar sind wegwischen, die Laden für das Waschmittel reinigen.

Einen halben Liter hellen Essig in das Waschmaschinenfach leeren und normalen Waschgang durchführen. Alternativ dazu 150 g Zitronensäure in einem halben Liter Wasser auflösen und diesen in die Waschmaschinentrommel geben und Programm bei 60°C durchlaufen lassen.



## Rezepte teilweise aus:

Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie, Smarticular.net, 2016

Großmutter Haushaltstipps, Garant Verlag, 2011

<http://www.umweltberatung.at/sauber-gsund-und-guenstig>

<http://www.umweltberatung.at/oh-schreck-ein-fleck>

<http://www.umweltberatung.at/naturwaschmittel-aus-rosskastanien>

<http://www.grosseltern.de/tipps-und-tricks/alltagstipps/fruehjahrsputz-omas-beste-hausmittel-zum-putzen/>

Rückfragen zum Gesamtprojekt gerne bei:

DI Karoline Karpati und DI Elke Szalai MA

Verein kultur.GUT.natur [kontakt@kulturgutnatur.at](mailto:kontakt@kulturgutnatur.at)

