

## Subject:當「醋」遇見「小蘇打」- 自然清潔的萬靈丹

以前，就只知道洗碗時加白醋清潔可以去除擾人的腥味，特別是處理過肉類、海鮮類的 cutting board 與料理用刀，白醋去腥的功力一流，就連吃蝦剝殼後的滿手腥味也一併去除的很徹底。而蘇打粉就只是烘培糕點時偶爾用到的調味料。怎麼樣也無法將它與居家清潔去污聯想在一塊兒。

然而，一次在誠品書店的偶遇《小蘇打+醋 的無毒清潔法》讓我對小蘇打、醋這原本平淡無奇的廚房調味料看法完全改觀且肅然起敬。就是這本書！以前，廚房爐子、壁面、抽油煙機、水槽、馬桶等...居家清潔、消毒全部交給『化學』清潔劑及酒精；除了清潔力一流外，使用時還要戴上口罩外加閉氣，化學劑的惡臭仍然在家中各個角落流竄著久久才消。

發現「醋」加「小蘇打」後，居家清潔不再是以身試毒痛苦事，而且，應該說沒想到做家事也是一件快樂又開心的得意事！現在，就來分享主婦見證當「醋」遇見「小蘇打」的神奇功效！就是這兩個平淡無奇的廚房用品，為我**打造一個無毒的家**！

小蘇打粉居家清潔用途→強力去油汙、除濕、去味的無毒天然清潔劑。平常可以準備小蘇打水、白醋水裝瓶備用。

「小蘇打水」→3大匙的小蘇打粉加 500C.C.的水。 「白醋水」→白醋：水的比例為 1：2

清潔用途→廚房(爐子、料理台、微波爐、洗碗槽、壁面.....)、浴室、冰箱、洗衣機及清潔洗衣槽等。

使用方法：

一・廚房、浴室清潔

- 1・將小蘇打粉灑在廚房爐子的髒污處靜置約 5 分鐘，再用一般的廚房用濕抹布擦拭即可去除油汙。
- 2・如果是對付囤積已久的髒油汙只需在灑上小蘇打粉後再噴灑白醋水在小蘇打粉上，一樣靜置約 5 分鐘後擦拭即可清除頑汙。
- 3・一般天天清潔的廚房爐子或料理台只用小蘇打粉水噴灑後靜置約 5 分鐘後再擦拭即可去除髒汙。
- 4・同樣的方法用來處理浴室等需清潔的地方。
- 5・燒焦的鍋子也灑入一匙(約 10ml)小蘇打粉加水蓋過燒焦的地方，加熱後熄火靜置 20 分鐘後即可輕鬆刷淨焦鍋。
- 6・微波爐、烤箱：微波碗裝 100c.c.的小蘇打水放置微波爐內，微波一分鐘後取出，利用微波後的蒸氣清潔擦拭絕對清潔溜溜、徹底乾淨，之後，再裝 100c.c.的白醋一樣微波一分鐘後取出，微波爐中的食物異味也通通消失囉！烤箱也一樣，但是請記住要用烤箱專用的器具如烤盤、烤碗喔！

也可以裝一杯小蘇打粉放在微波爐中靜置一夜，隔天取出後一樣有去異味功能。

取出的小蘇打粉還可以重複使用咧！**(鋁製用品不適用小蘇打粉清潔)**

消毒料理台餐桌清潔後再噴灑白醋水靜置 10 分鐘，再擦乾就有消毒功用了喔！

## 二・冰箱清潔

每星期的冰箱清潔也適用小蘇打水而後白醋水做最後一次的消毒。

## 三・衣物清潔

先生的衣領、袖口，孩子公園玩樂後的「禮物」、吃飯喝咖啡不小心滴落的醬油、咖啡汗漬通通都可以交給小蘇打粉及白醋。

使用方法：

1・一樣是灑上蘇打粉在衣領、袖口等髒污處，噴灑白醋水靜置約 20-30 分鐘後再刷洗。接下來再用一般的洗衣劑按一般洗衣程序清洗。

2・如果是小孩玩樂後特別髒的衣物，則需將衣物與洗衣劑+小蘇打粉一起浸泡在熱水中約 6 個小時。接下來再用一般的洗衣劑按一般洗衣程序清洗。

## 四・洗衣槽清潔

每月一次的洗衣槽清潔，一次加入一包的小蘇打粉入放滿水的洗衣槽，啟動洗衣機攪動約 5 分鐘，關掉開關靜置一夜；隔天洗衣槽內的髒污會一一浮現，再做一次洗衣程序（洗衣、排水）。

小蘇打粉除濕、去味用途→ 冰箱、微波爐、衣櫥、鞋櫃、浴室櫥櫃...等地方。

1・用杯子裝一杯小蘇打粉（放在冰箱衣櫥的小蘇打粉，可在杯口加上一層紗布再用橡皮筋綁緊(防止不小心打翻灑出)放在衣櫥、冰箱、浴室櫥櫃除濕兼去味。(布丁杯很好用喔！)

2・鞋櫃用的小蘇打粉則可使用家中淘汰的舊襪子裝入小蘇打粉。

## 五・居家消毒

1・凡餐桌、櫥櫃、玩具、地板、牆壁、電源開關都可用抹布沾白醋水消毒。

以上，就是主婦的居家無毒清潔好心得大分享！真的超好用！無毒又健康！！

快快丟掉你家的化學清潔劑吧！不但健康又環保，愛家人也愛地球喔！

**(小蘇打粉與白醋都不可以同時加化學清潔劑使用，否則會有結合毒物產生。)**

**切記！切記！**