

有機清潔你的家

材料					分類	功效及使用方法
醋	鹽	蘇打粉	水	其他		
V					冰箱	用牙刷沾醋，可清除廚房或冰箱容易累積污垢的地方
V			V	檸檬汁	冰箱	用醋清洗冰箱內部，或三者混合，同時除臭和殺菌
一杯		兩匙	V		水壺	蘇打粉加水煮沸後，再加杯白醋，可溶解鍋底或水壺底的水垢
半杯	一杯	二匙			鍋具	調成糊狀，可清除鐵鍋或金屬鍋的銹斑及污漬
V		V			鍋具	二者混和調成糊狀，清理不銹鋼鍋的外層
V					鍋具	用抹布沾醋可除去鍋子上殘留的油漬
V					鍋具	清理煎鍋或油炸鍋外緣時，用抹布沾醋擦拭可快速去油
V					鍋具	去除鍋中洋蔥、胡椒或雞蛋的焦味
V			熱水		鍋具	將醋加水以1:1混合後煮沸，清洗鍋底的焦黑
		V			鍋具	清除鍋具或塑膠容器殘留食物的味道，灑些在容器底部，放置一個晚上
		V	V		鍋具	刷洗食物留下的污漬
	V			沙拉油	鍋具	熱鍋子放在木製桌子上會留下一圈白色的印痕，用沙拉油加鹽刷洗靜置一晚，白色痕跡會消失
	V				爐子	烹調時不小心將食物潑灑在爐子上，立刻灑些鹽在上面吸收湯汁，油垢很快就可以擦去
			2公升	檸檬汁	木製碗櫥	檸檬汁一杯加二公升清水，清潔淺色系的木製碗櫥，新鮮檸檬汁乾了後，會讓木頭原色更明亮
	V	V			烤箱	蘇打水加鹽，可清除烤箱的油污，或用濃的糖漿
	V	V	V	肥皂	烤箱	混合後塗滿整個烤箱，靜置一晚，可清除油脂及烤焦的痕跡，並除臭
二杯			一公升		烤箱	一公升熱水+二杯醋，浸泡烤盤一小時，可清理殘餘物
V			V		咖啡壺	醋加一杯水清洗咖啡壺，一個月一次，會讓咖啡得更順暢
V				氨水	排油煙機	排油煙機濾網可以浸在氨水中幾分鐘，再用熱水清洗
三杯		一杯			排水管阻塞	排水管阻塞時，先倒入一杯的蘇打粉，再加入三杯煮沸的醋
V			熱水		清理排水管	清洗排水管的油污
V	V				砧板	將醋與鹽混合調成糊狀後，快速摩擦砧板來除掉黑黑的髒污，然後靜置一個小時再用熱肥皂水清洗

有機清潔你的家

材料					分類	功效及使用方法
醋	鹽	蘇打粉	水	其他		
一杯			3.5公升		廚房櫥櫃	3.5公升熱水+一杯醋，擦洗廚房櫥櫃，之後再用柔軟布擦乾
V					油垢	頑強的油垢，可以用醋浸泡一個晚上，可中和銹斑，再用熱肥皂水清洗
V		V			便當盒	去除便當盒裡的霉味，用醋擦拭或灑蘇打粉靜置一夜
V			V		保鮮盒	保鮮盒用久會殘留食物的味道，一杯醋加水浸泡一夜，異味就消除了
V					磨刀	磨刀器用醋浸濕，快速摩擦，刀的邊緣會光滑乾淨
V					流理台	以醋清洗流理台與爐子間的縫隙，再用清水洗一遍
1/4			熱水		熱水瓶	清除熱水瓶內的茶垢
V					隔絕靜電	抹布沾醋擦拭電腦螢幕及週邊設備，可隔絕靜電，及防止灰塵沾黏
V					開瓶器	開瓶器使用後，用牙刷沾醋刷洗，可防止開瓶器的髒污滋生細菌
半杯			二杯熱水		琴鍵	混合後擦拭每一個琴鍵，再用乾布擦乾，並風乾一整夜，可除去琴鍵上的油垢及灰塵
				檸檬	防螞蟻	檸檬切片沿著螞蟻常經過的路線塗抹一層檸檬汁，螞蟻就消失無踪了。
			1公升	氨水	煙燻痕跡	氨水一杯加一公升溫水，用海棉沾濕，去除煙燻痕跡
		V			滅火	如果廚房發生火災，灑蘇打粉可以隔絕空氣，且與火相遇可放出二氧化碳
				塔塔粉	瓷器	清理廚房瓷器(塔塔粉是一種酸白色泡沫，用來中和鹼性)
				咖啡粉	瓶子	瓶子或容器瓶口太小時，放入咖啡粉搖晃幾分鐘，再注入清水把咖啡粉沖掉。咖啡粉具有縫隙，可以發揮活性炭的效果，吸附油污
	V			馬鈴薯	除鏽	在半個馬鈴薯上沾鹽，來回擦拭生鏽處，鏽斑會消失
			熱水	洗碗精	灰塵	可清除櫥櫃上堆積已久的灰塵
				美乃滋	水垢	覆蓋在水垢印子上一個晚上，隔日擦掉
				雙氧水	水槽	清除水槽中的病菌，可用雙氧水擦拭
				牙膏	水槽	清除水槽週圍的污垢
V					除臭	醋可以吸收所有的異味

有機清潔你的家

材料					分類	功效及使用方法
醋	鹽	蘇打粉	水	其他		
V				麵包	除油漆味	粉刷完仍有油漆味時，將白麵包浸在醋中，裝盤放在家中各處
V					蓮蓬頭	蓮蓬頭阻塞流不出水來時，浸在醋裡一小時
V					淋浴間水垢	用醋擦拭，清洗淋浴間的肥皂泡沫與水產生的水垢。
V					浴室的牆面	用海綿沾醋清洗牆面，再用清水沖入排水管中。
二杯					馬桶	倒二杯醋在馬桶中，浸泡一夜，馬桶就清潔溜溜（每週二次）
V					浴簾	每週用醋擦拭淋浴間的拉門及軌道，或是浴簾
V					水龍頭或浴缸	將抹布浸泡在醋中，覆蓋在水龍頭或浴缸上的頑垢上靜置一晚，隔天早上將醋與蘇打粉調成糊狀，用牙刷沾糊狀物刷洗。
V				氨水	水龍頭	水龍頭用醋或氨水來清潔，可以消除塞子上堆積的油脂與髒污
一匙			二杯水		玻璃	混合後噴灑在窗戶玻璃上，可去除累積的污垢
1/3					整燙	將1/3杯的醋加入蒸汽熨斗的水中，就能燙出一條條完美的曲線
一杯					洗衣防靜電	洗衣加一杯醋，可防止衣服產生靜電並除臭
V			冷水		防衣服褪色	水槽中加冷水和1/4的醋，將衣服浸泡其中，可防止衣服掉色。（大多數衣物的染料是陽離子、醋是陰離子，二者結合後，就具有穩定顏色的效果）
V					去除異味	洗衣時加一杯醋，可去除遺留在衣物上的異味
一杯		二杯	四杯		自製柔軟精	混合後，裝入有蓋子的塑膠容器保存，即是自製的衣物柔軟精。
		檸檬汁	十杯	雙氧水	自製漂白水	一杯雙氧水+三湯匙檸檬汁、十杯水混合，即製成無毒的自然漂白水，裝入容器中存放，保存期限可達三個月
	一杯	一杯			衣服漂白	將一杯鹽和一杯蘇打粉加入一大鍋水煮沸，將要漂白的衣服放入鍋中浸泡一小時，衣服就可白亮如新
	二杯				衣服難洗頑垢	將衣服泡在洗衣機中加二杯鹽，靜置一夜後再洗滌，可對付難洗頑垢。（因為鹽水的鹽溶作用會讓污垢中的聚合蛋白質分子散開，讓污垢易溶於水中）
				雙氧水	洗衣一殺菌防霉	洗衣時加一杯雙氧水，可以徹底清潔衣服，且殺菌防霉
		半杯			洗衣除臭	洗衣加半杯蘇打粉，可快速除臭
				蛋黃+氨水	咖啡漬	一個蛋黃加半杯氨水，混合後塗在沾有污漬的衣物正反面，靜置一晚後，用冷水沖洗污漬

有機清潔你的家

材料					分類	功效及使用方法
醋	鹽	蘇打粉	水	其他		
			冷水	氨水	茶漬	冷水加一杯氨水浸泡一夜，可去除茶漬
				牙膏	口紅印	衣服上有口紅印，可塗些牙膏在口紅印上，再清洗
			冷水	甘油	巧克力	洗去巧克力留下的痕跡。(甘油即丙三醇, 在化工行可以買得到)
V					汗漬	擦一點醋在衣物的汗漬，靜置二小時即可去除汗漬
V					蕃茄醬	衣物沾到蕃茄醬或芥茉醬等污漬，將髒污處浸在醋中靜置一夜
煮沸					洗蠟筆印	蠟筆畫到衣服上，用牙刷沾醋刷去，特別難洗的蠟筆印，可用煮沸過的熱醋水刷洗
半杯			溫水		白色球鞋	半杯醋加一公升的溫水, 用軟毛刷沾取來刷洗球鞋, 醋可以分解鞋子上的污垢及霉菌
				凡士林	皮鞋	用軟布沾凡士林輕拍鞋子, 可以讓鞋子看起來像打過蠟一樣亮
				橄欖油	皮衣	1/4杯橄欖油加一茶匙檸檬油, 擦拭皮外套, 可使皮衣柔軟光亮
			一杯	雙氧水	大理石地板	三杯雙氧水及一杯水混合, 噴灑在大理石地板或工作檯面, 再用抹布擦拭, 可以去除灰塵
			熱水	植物油	地板	一杯植物油混合熱水, 再用軟布沾熱油擦拭地板, 可以維持地板光亮
			1/4杯	芥花油	家具及地板	半杯芥花油和1/4杯水, 再加上幾滴洗碗精, 清潔家具及地板
二杯			四公升		木質地板	清潔木質地板, 可以清潔及防蟲
一杯			一杯	橄欖油	木門	一杯醋、一杯水及二匙橄欖油, 清潔木質的門框及木門
V		V			不銹鋼表面	蘇打粉和醋調成糊狀, 適合搪瓷家電或不銹鋼家電表面, 但不適合塑膠表面的家電
V					人造皮沙發	用濕抹布沾醋擦拭人造皮沙發表面, 可以除去沙發上的灰塵及油脂, 且醋具有讓皮沙發的聚酯纖維柔軟
V				亞麻籽油	皮沙發	將二杯亞麻籽油煮沸, 稍冷後加一杯醋攪拌, 用軟布沾取擦拭皮沙發, 可保持皮革柔軟

減少使用地板亮光劑

一般的地板亮光劑多含有酚及硝基苯，二者會致癌及破壞循環系統