

# 5 zastosowań wody utlenionej podczas sprzątania kuchni

written by Ewa Kozioł

Woda utleniona ( $H_2O_2$ ) – jedna z najprostszych substancji, a równocześnie jedna z ciekawszych. Choć jej zastosowanie w pielęgnacji zdrowia i urody jest szerokie, dziś pokażę Ci, jak możesz wykorzystać ją w kuchni.

Przyjrzyjmy się temu, do czego możesz użyć wody utlenionej. Powiem Ci jedno: od dziś woda utleniona będzie Twoim sprzymierzeńcem. Z pewnością jest ona świetną alternatywą wobec wszelakich substancji dezynfekujących, wypełnionych toksyczną chemią.

## Kilka ciekawych faktów o wodzie utlenionej

- białe ciała krwi (odpowiedzialne za walkę z infekcjami) w naturalny sposób produkują wodę utlenioną (z tlenu atmosferycznego i wody), aby walczyć z nieproszonymi gośćmi w naszym organizmie;
- wodę utlenioną znajdziesz również w warzywach i owocach;
- jest ona w pierwszym mleku matki, a dokładniej – w sianie.

[thrive\_leads id='49839']

## Do czyszczenia deski do

# krojenia

Deska do krojenia – jeden z najbardziej zaniedbanych przedmiotów w naszej kuchni. Badania pokazują, że jest brudniejsza niż Twoja toaleta. Dzieje się tak, ponieważ po pierwsze – niewiele osób ma dwie deski do krojenia (jedną przeznaczoną do mięsa, a drugą do warzyw). Ponadto mycie deski często jest traktowane po macoszemu, a my zapominamy, że bakterie i zarazki mogą zakazić naszą żywność i najzwyczajniej w świecie doprowadzić do problemów ze zdrowiem.

Warto wiedzieć, jak należy czyścić deskę do krojenia, tak aby była bezpieczna dla Ciebie i Twoich bliskich. Możesz to zrobić w bardzo łatwo: wystarczy do butelki z atomizerem wlać trzyprocentowy roztwór wody utlenionej, który znajdziesz w każdej aptece, a następnie dobrze spryskać deskę i pozostawić na 10 minut. Po tym czasie umieść deskę pod strumieniem wody i zmyj pozostałości wody utlenionej. Dzięki temu prostemu zabiegowi wybijesz wszystko, co nie powinno się znaleźć na desce do krojenia.

## Do czyszczenia szmatek

Jeśli do mycia naczyń nie używasz szmatki konopnej, istnieje duże prawdopodobieństwo, że w zakamarkach Twojej szmatki znajdują się bakteriopolis. Jak zapobiegać inwazji mikroorganizmów, które pozostawiasz na szklankach, talerzach i sztuczkach podczas mycia? Miej niewielką miseczkę, w której będzie się znajdował trzyprocentowy roztwór wody utlenionej. Po umyciu naczyń zanurz w nim szmatkę. Woda utleniona może stać cały dzień – kolejnego należy wymienić ją na nową.



## **Do czyszczenia lodówki**

Wodą utlenioną znajdującą się w atomizerze – podobnie jak w przypadku deski do krojenia – możesz wyczyścić lodówkę. Pozostaw wodę utlenioną na 10 minut w lodówce, po czym zetrzyj ją wilgotną szmatką.

## **Do czyszczenia przypalonych garnków**

Wymieszaj sodę oczyszczoną i wodę utlenioną, aby powstała gęsta pasta. Następnie wysmaruj nią przypalone garnki i pozostaw na 30 minut lub dłużej. Jeśli garnek jest bardzo przypalony, pozostaw pastę na całą noc i zetrzyj przypaleniznę, używając gorącej wody i skrobki.

# Do usuwania pleśni

W kuchni są sprzyjające warunki do jej rozwoju – wilgoć i ciepło. Pozbędziesz się pleśni na dłuższy czas, a przy okazji usuniesz plamy po niej, jeśli spryskasz jej wykwity wodą utlenioną z atomizera.

[thrive\_leads id='49839']