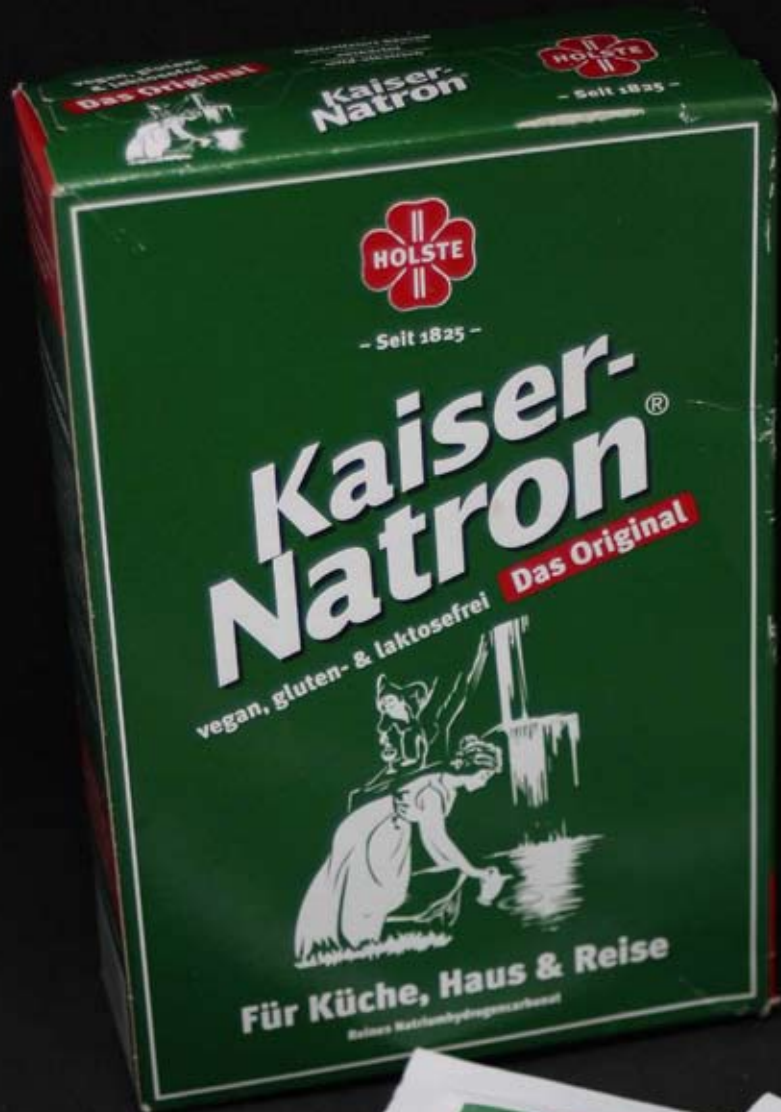


*Celticgarden's
kleines
Natron - Büchlein*

*Rezepte mit Natron,
die dir den Alltag erleichtern*





Celticgarden's
Natron-Büchlein

Rezepte
mit Natron
für den
täglichen Gebrauch.



Katuschka Zoversche

2019/2020

*Mein grösster Dank geht an die
Firma, Holste Bielefeld. Bekannt
durch ihr Produkt
Kaiser - Natron[®]. Ohne ihre Un-
terstützung wäre mein Traum
eines Natron-Büchlein nicht in
Erfüllung gegangen.*



The image shows a vintage advertisement for Kaiser-Natron. It features a central illustration of a woman in a white dress sitting on a rocky ledge, looking towards a waterfall. To the right of the illustration, the text reads: "REIN WIE DER URQUELL", "KAISER-NATRON", "Wasser daraus kohlensaures Natrium", "für die Küche", "medizinischen Gebrauch", and "Preis 10,15,25 Pfg.". The brand name "KAISER-NATRON" is written vertically on the left side of the product box. Below the box, the manufacturer's name "Arnold Holste W^{me} Bielefeld" is printed in a stylized font. At the bottom, a line of text states: "Kaiser-Natron ist unübertroffen zur Herstellung einer erfrischenden Brause."

KAISER-NATRON

REIN WIE DER URQUELL
KAISER-NATRON
Wasser daraus kohlensaures Natrium
für die Küche
medizinischen Gebrauch
Preis 10,15,25 Pfg.

Arnold Holste W^{me} Bielefeld

Kaiser-Natron ist unübertroffen zur
Herstellung einer erfrischenden Brause.

Dieses kleine Büchlein soll dir helfen wie und wofür du Natron einsetzen kannst. Viele kleine Rezepte beinhaltet dieses Büchlein, die dich durch deinen Alltag führen. Sei es im Haushalt, in der Küche oder auch für die Körperpflege. Denn gerade mit Natron kann sehr viel gemacht werden. Und es schadet nicht unserer Umwelt. Darum verwende ich es sehr viel bei uns Zuhause mit gutem Gewissen, aber ich verwende auch die fertigen Produkte von Kaiser - Natron[®], weil sie mir ein gutes Gefühl vermitteln. Vielleicht kommt es daher, dass man es noch aus der Kindheit kennt oder aber weil es einfach, natürlich ist und unserer Umwelt und Gesundheit nicht schadet.

Eure Katuschka



Natron in der Körperpflege

In der Körperpflege kann Natron vielseitig eingesetzt werden. Desweiteren spart es viel Müll und gerade Plastik, wenn man sich seine Körperpflege selberrnacht. Viele von uns reagieren mittlerweile allergisch auf gewisse Stoffe und darum eignen sich Körperpflegeprodukte mit Natron hervorragend.

Deodorant

Für eine Füllung nehmt ihr 50 ml Wasser und fügt dem 1 Teelöffel Stärke hinzu. Unter Rühren die Stärke kurz aufkochen und etwas abkühlen lassen. Dann rührt ihr 1 Teelöffel Natron unter und füllt die Flüssigkeit mit einem Trichter in euren Deoroller. Wer es duftend haben möchte, kann bis zu 7 Tropfen von eines ätherischen Öles untermischen. Nach dem Abkühlen könnt ihr es verwenden. Wenn euer Deo zu dick geworden ist, könnt ihr es mit etwas warmen Wasser wieder verflüssigen.



Deodorant-Creme

Diese Deo-Creme wird mit Kokosöl hergestellt.

Für die Herstellung nehmt ihr



*Natron und die Stärke werden gut vermischt und
danach das flüssige Kokosöl untergerührt.*

*Nun füllt ihr es in eine Dose und lasst es im
Kühlschrank erkalten.*

Natron-Shampoo

Natron hat eine entfettende Eigenschaft, was uns beim Haarrewaschen zugute kommt. Trotzdem ist Vorsicht geboten bei gefärbeten Haaren.

Natron kann Haare bleichen.

Für ein Shampoo aus Natron wird 1 Esslöffel Natron mit wenig Wasser solange vermischt, bis es eine cremige Konsistenz aufweist. Dann arbeitet ihr es gut in eure Haare ein und lasst es für einen Augenblick einwirken. Danach alles gut ausspülen.



Zahncreme

Um eine Zahncreme herzustellen werden



(am besten ist die Rügener Heilkreide)

zusammen in einem Kochtopf vermengt und etwas erhitzt, dass sich das Kokosöl verflüssigt. Nun alles gut verrühren und in geeignete Dosen füllen. Im Kühlschrank erkalten lassen. Für einen frischen Geschmack kann eine Minz-Essenz und/oder auch Stevia hinzugefügt werden.

Badekugeln mit Natron

Ich liebe sprudelnde Badekugeln, leider lösen sie sich immer so schnell auf. Um sie zu verschönern, können sie zum Schluss in gemischten trockenen Blüten gerollt werden. Um sie herzustellen

benötigt ihr



Alle Zutaten werden gut miteinander vermischt und zu 5 cm grossen Kugeln gerollt.

Natron-Fussbad

gegen Schweissfüsse

Im Sommer nach der Gartenarbeit, wenn man meist mit schwitzigen Füßen zutun hat, nehme ich dafür das Basen-Fussbad von Kaiser - Natron[®]. Es belebt und erfrischt die Füße und wirkt gegen Schweissfüsse vor. Wenn ihr damit zutun habt, könnt ihr euch auch eine Prise Natron in die Schuhe streuen. Es bindet den Geruch und wirkt antibakteriell. Auch nach einem anstrengenden Arbeitstag leistet ein Natron-Fussbad wirklich gute Dienste.

Ihr könnt euch natürlich auch ein Natron-Fussbad selberrnachen. Für ein Fussbad nehmt ihr



Das Wasser sollte vorher leicht erwärmt werden, so dass ihr sofort eure Füsse hineintauchen könnt. Das Fussbad sollte mindestens 15 Minuten andauern. Danach merkt ihr wie samtweich und lebendig eure Füsse sind.





Natron im Haushalt

Ich glaube, dass es die beliebtesten Rezepte im Internet sind, weil es so viele verschiedene davon gibt. Ob als Allzweckreiniger oder Scheuermilch. Jeder hat sein eigenes Rezept und es wurden je nachdem neue Zutaten hinzugefügt.

Natron-Allzweckreiniger

Das Schöne an diesem Reiniger ist, dass er absolut biologisch ist und keinerlei Umwelt schadet. Alles was ihr dafür benötigt ist



Die geriebene Kernseife wird mit dem Wasser erwärmt. Wenn sie sich aufgelöst hat, werden der Zitronensaft und das Natron hinzugefügt und sehr gut verrührt. Danach erkalten lassen.

Natron-Scheuermilch



Alle Zutaten werden vermischt. Diese Mischung streut ihr auf eure verschmutzten Flächen und wischt mit einem nassen Putzlappen eure Fläche. Es sollte eine pastenartige Konsistenz haben. Natron zusammen mit Zitronensäure reagiert

schäumend mit Wasser.

Nicht auf Hochglanzmöbel oder

Naturstein verwenden.

Diese Scheuermilch ist gut, aber nichts für stark verdreckte Flächen.

Ceranfeld-Reiniger

Für diesen Reiniger nehmt ihr



Beide Zutaten vermischen, dass es eine pastenartige Konsistenz wird. Diese Paste verteilt ihr auf eurem Cerankochfeld und lasst es etwas einwirken. Danach gut mit Wasser und einem weichen Tuch reinigen.

Bei angebrannten Töpfen kocht ihr in ihnen Wasser mit 1-2 Esslöffel Natron auf. Etwas einwirken lassen. Danach löst sich das Angebrannte super.

Natron-Weichspüler

Dafür braucht es kein Rezept. Ihr füllt dafür einfach nur 2 Esslöffel Natron in euer Weichspülerfach. Die Wäsche wird schön weich. Als Duftersatz eignen sich ätherische Öle, die ihr tropfenweise ins Waschmittelfach mit hineingebt.



Natron-Raumspray

1 Liter destilliertes Wasser

2 Esslöffel Natron

ätherisches Öl deiner Wahl

Alles in eine Sprühflasche füllen, verschliessen und gut schütteln.

Staubsauger-Gerüche

Natron neutralisiert Gerüche. Darum nehme ich das Pulver gerne für den Staubsauger, wenn er mal wieder müffelt. Einfach 1 Esslöffel Natron in den Beutel einsaugen und wie gewohnt saugen.



Natron-Kalkentferner

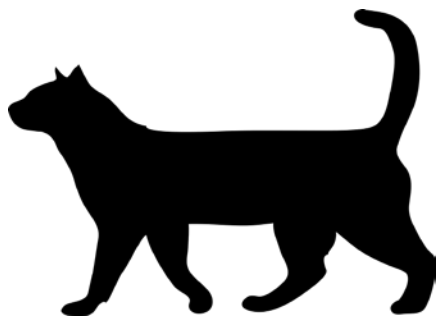
Bei leichten Kalkablagerungen könnt ihr euch folgende Paste zubereiten. Mit dieser Paste werden die Ablagerungen eingeschmiert und entfernt. Ihr benötigt dafür 4 Teelöffel Natron und 2 Esslöffel Wasser.

Kleiner Tipp von mir für Katzenhalter!

Natron im Katzenklo

Wer mit einer Katze lebt, dem kann ich empfehlen die Katzenstreu mit 100g Natron zu vermischen. Natron bindet und neutralisiert Gerüche, auch die aus dem Katzenklo kommen.

Von Kaiser - Natron[®] gibt es einen fertigen Natron-Geruchskiller, der dafür super geeignet ist.



Unsere Vorfahren haben sehr viel mit Natron gemacht und es hatte in jedem Haushalt seinen festen Bestandteil. So wurde Gemüse in Natronwasser gekocht, damit es seine Farbe bei behält und schneller gar wird.



Saures Obst wurde entsäuert, sozusagen milder gemacht. Dazu gehörten zum Beispiel Rhabarber oder weisse Johannisbeeren.

Obst und Gemüse mit Natron waschen

Dafür nehmt ihr einen Liter Wasser und rührt 1 Teelöffel Natron hinein. Nun könnt ihr damit euer Obst oder Gemüse waschen.

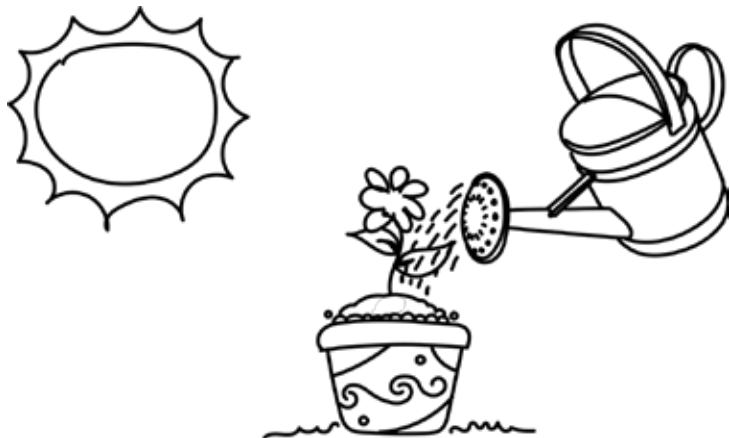
Kaiser-Natron® hat in seinem Sortiment auch eine fertige Obst- und Gemüsewäsche.



Sonstige Natron-Rezepte

Pilzbefall im Garten

Um euer Gemüse oder Blumen zu behandeln, nehmt ihr 15g Natron und einen Liter Wasser. Füllt alles in eine Sprühflasche und schüttelt es gut durch. Nun könnt ihr eure befallenen Pflanzen einsprühen. Es wirkt gegen Mehltau und Grauschimmel.



Natron gegen Sodbrennen

Wenn bei uns mal jemand Sodbrennen hat, wird ein gestrichener Teelöffel Natron in Wasser verrührt eingenommen. Ich kenne es noch aus meiner Kindheit, wenn wir uns „überfressen“ hatten und über Völlegefühl im Bauch klagten; dann gab es immer einen Teelöffel Natron und wir mussten auf und ab gehen. Dann kamen die Aufstosser und wir waren glücklich als Kind. Letztens hatte ich im Drogeriemarkt auch schon fertiges Kaiser - Natron[®] in Tablettenform gefunden und auch gleich mitgenommen.



Mein Erfahrungsbericht

mit Natron

Im Sommer 2018 bekam ich auf einmal Übelkeit ohne Erbrechen. Mein Magen fühlte sich flau an und die Übelkeit kam, wann sie wollte. Trotzdem war ich nicht krank. Man könnte es mit einer Schwangerschaftsübelkeit vergleichen, nur ohne Erbrechen. Nichts half und ich konnte schon nicht mal mehr rausgehen, weil mich diese Übelkeit plagte. Es ging schon 2 Wochen so. Dann bin ich zum Arzt um einen Bluttest zumachen. Auch dieser zeigte nichts an, was einen beunruhigen würde. Der Arzt konnte mir nicht helfen und riet mir zu einer späteren Magenspiegelung.

Als ich nachhause kam, kam mir die Idee es doch mal mit Natron zu versuchen. Das erste Mal wünschte ich mir die Übelkeit herbei und war gespannt als sie da war. Sofort machte ich mir ein Glas Wasser mit Natron und trank es sehr zülig. Es dauerte wirklich 5 Sekunden und die Übelkeit war weg. Sie war wirklich weg. Es war unglaublich. Ab dem Zeitpunkt war Natron noch ca. 2 Wochen mein ständiger Begleiter. Wenn ich raus ging, hatte ich eine Flasche Wasser, Natron, Glas und Löffel im Beutel immer dabei. Im ganzen hatte es mich 4 Wochen geplagt. Bis heute weiss ich nicht was es war!



Dieses Ebook wird, wie es die Zeit zulässt, immer wieder, aktualisiert mit neuen Rezepten. Die Neuauflage ersetzt dann das alte Ebook. Das Layout und der Inhalt ist neu. Kategorien lasse ich bewusst weg, weil es noch nicht umfangreich genug dafür ist.

Wer mich und mein Projekt Celticgarden über Paypal mit einem Energieausgleich unterstützen möchte, der verwendet bitte diese Email:

katuschka@celticgarden.de

*Ich bedanke mich im voraus,
eure Katuschka*



Datenschutz & Impressum

<https://www.celticgarden.de/datenschutzerklaerung/>

<https://www.celticgarden.de/impressum/>

*Celticgarden's
Natron-Büchlein*

*Rezepte mit Natron
für den Alltag*

