

Nuci de săpun: detergent natural și extrem de economic



“Nucile de săpun”, cunoscute și sub denumirea de nucii de săpun, sunt folosite pentru spălarea rufelor, pentru obținerea de soluții destinate curățeniei casei, igienei personale și a animalelor de companie sau ca îngrășământ natural.

Fructe ale unei specii unice de arbori, nucile de săpun sunt speciale datorită prezenței unei substanțe numită saponina.

Saponina este eliberată în contact cu apă caldă și acționează ca un surfactant natural. Surfactantul este o substanță care reduce tensiunea existentă la suprafața lichidelor, permițându-le să se împrăștie în loc să se adune sub formă de picături, ceea ce duce la o mai ușoară penetrare a țesăturilor și îndepărtarea sau eliberarea mizeriei. Deși efectul este asemănător cu cel al detergentilor convenționali, nucile de săpun realizează acest lucru fără efectele negative ale chimicalelor de sinteză.



Saponina este alternativa 100% naturală la detergentii și substanțele de curățare bazate pe sodium laureth sulfat (SLS), cunoscut pentru efectele sale alergene.

Nucile de săpun sunt folosite de sute de ani în zone din India, Nepal și China. Familia de arbori a căror fructe sunt nucile de săpun se numește Sapindus (combinația dintre cuvintele latine sapo-sapun și indicus-indian).

Deși există mai multe specii, Sapindus **Mukorossi** sunt arborii a căror “nuci” sunt cele mai bogate în saponina. Se găsesc în principal în nordul Indiei și în Nepal, ajung la o înălțime de 10-20 de metri, înfloresc și fac fructe după ce ating vârsta de 9 ani. Foarte rezistenți și productivi produc fructe până la 90 de ani de la plantare. Înfloresc în primăvara sau începutul verii iar fructele se culeg toamna. Nucile au inițial o culoare galbenă, pentru că atunci când se coc să devină maronii.

Fructele sunt culese după ce cad din arbori, semințele sunt

îndepărtate, iar cojile sunt uscate la soare fără a se folosi nicio substanță chimică.



Semințele nu conțin saponina și sunt folosite doar pentru a obține noi arbori sau pentru a realiza bijuterii.

Ce avantaje am dacă folosesc nucile de săpun?

Nucile de săpun sunt economice:

* cu 1kg de nucii de săpun (cunoscute și ca nucii de săpun) pot fi spălate rufele unei familii de 4 persoane timp de 1 an de zile la 3 spălări pe săptămână cu mașina automată încărcată cu 5kg de rufe. Se economisește astfel mai mult de 50% din bugetul familiei alocat

pentru detergentul de rufe.

Nucile de săpun sunt ușor de utilizat: puneți pur și simplu 4 sau 5 nuci într-un mic săculeț din bumbac sau într-o șosetă. În contact cu apă se va elibera saponina.

Nucile de săpun sunt hipoalergenice: nucile de săpun sunt hipoalergenice fiind deci în mod special recomandate persoanelor cu probleme de piele datorate detergentilor prea agresivi sau celor cu pielea sensibilă, precum sunt bebelușii și copiii foarte mici.

Nucile de săpun nu poluează: nucile de săpun sunt produse vegetale, naturale și nu conțin niciun aditiv poluant.

Nucile de săpun sunt biodegradabile: după utilizare nucile de săpun nu mai conțin saponina, le puteți pune peste compost ca să îngrășați solul plantelor de apartament sau din grădină.



Nucile de săpun sunt potrivite pentru orice tip de țesături și elimină necesitatea folosirii unui balsam de rufe: nucile de săpun ajuta la păstrarea intensității culorilor, pot fi folosite pentru spălarea oricărui tip de țesături: bumbac, mătase, lana, vâscoză. După spălare rufele sunt moi și au un miros neutru, nemaifiind necesară utilizarea unui balsam de rufe.

Nucile de săpun au proprietăți antibacteriene

Nucile de săpun prelungesc perioada de viață a mașinilor de spălat: fiind un produs natural, nucile de săpun nu sunt agresive pentru mașinile de spălat sau pentru sistemul de țevi.

Detergent de rufe : Cei mai mulți dintre detergentii prezenți în zilele noastre pe rafturile magazinelor conțin diverse substanțe chimice care au efect de curățare, parfumare sau efect de dezinfectare. După spălare, majoritatea rămân în țesături și vin în contact direct cu pielea noastră, având efecte secundare imediate sau efecte pe termen lung care abia încep să fie descoperite. În timp afectează calitatea hainelor și cu siguranță nu sunt benefice mediului înconjurător.



Nucile de săpun (sau nuci de spălat) sunt o alternativă naturală și eficientă.

Vă prezentăm mai jos principalele modalități de utilizare a nucilor de săpun pentru spălarea hainelor.

În săculeț, direct în cuva mașinii : Cea mai simplă și mai la îndemână modalitate este folosirea nucilor pur și simplu, într-un săculeț de bumbac care se strânge bine și pe care îl adăugați împreună cu hainele în cuva mașinii de spălat.

Utilizarea în apă caldă sau fierbinte

Puneți aproximativ 4-5 [nuci de săpun](#) sau echivalentul lor în cazul în care sunt bucăți separate (nucile de săpun comercializate de noi sunt "sparte" în jumătăți, deci veți folosi aproximativ 8-10 jumătăți) într-un săculeț de bumbac, pe care îl legați strâns. Puneți săculețul în cuva mașinii,



după care adăugați rufe de spălat (aproximativ 5 kg). La sfârșitul ciclului de spălare scoateți săculețul și puneți-l la uscat fără a scoate nucile. Aceleași nuci pot fi folosite de aproximativ 3 ori. În momentul în care nu mai conțin saponina nucile devin subțiri, foarte moi și au o culoare slab cafenie sau cenușie.

Utilizarea în apă rece: Ca și în cazul utilizării apei calde puneți aproximativ 4-5 nuci de săpun sau echivalentul lor în cazul în care sunt bucăți separate (veți folosi aproximativ 8-10 jumătăți) într-un săculeț de bumbac, pe care îl legați strâns. Puneți-l într-o cană cu apă foarte fierbinte, astfel va rezulta o infuzie din nucile de săpun. Lichidul obținut turnați-l în cuva de la mașină peste rufe ce urmează a fi spălate și adăugați săculețul de bumbac. La sfârșitul ciclului de spălare scoateți săculețul și puneți-l la uscat fără a scoate nucile. Aceleași nuci pot fi folosite de aproximativ 3 ori. În momentul în care nu mai conțin saponina nucile devin foarte subțiri, moi și au o culoare slab cafenie sau cenușie.

Spălarea rufelor cu mâna: Adăugați în apă de spălat aproximativ 50 ml de soluție concentrată din nucile de săpun sau procedați ca în cazul în care spălați cu apă rece și pregătiți o infuzie din nucile de săpun. Spălați rufe în mod obișnuit.

Spălarea rufelor folosind pudră din nucile de săpun: Fie că spălați manual sau cu mașina de spălat, adăugați 2-3 lingurițe de pudră obținută din nucile de săpun într-un săculeț de bumbac, lăsați să curgă apă fierbinte peste el sau îl puneți în cuva mașinii și spălați ca de obicei.

Ce mai trebuie să știm? Numărul nucilor folosite la o singură spălare trebuie adaptat în funcție de duritatea apei. Dacă apa din zona dvs. este mai dură va trebui să folosiți aproximativ 5 nuci de săpun la fiecare spălare (sau 10 jumătăți). Dacă aveți rufe foarte murdare nu încărcați mașina la maxim, dacă au mai mult spațiu nucile eliberează mai bine saponina și vor spăla mai bine.

Tot în cazul în care rufe sunt foarte murdare vă recomandăm să măriți numărul de nucile de săpun folosite. Nucile de săpun nu îndepărtează petele, înainte de a băga rufe în cuva mașinii de spălat vă recomandăm să îndepărtați eventualele pete folosind [bicarbonat de sodiu sau de înălbitor ecologic](#), eficient inclusiv în cazul rufelor colorate

Folosind nucile de săpun nu mai aveți nevoie de un balsam de rufe, rufe vor rămâne moi după spălare. Pentru un efect mai pronunțat puteți utiliza oțetul alimentar. Doza recomandată pentru o mașină de spălat automatică cu capacitate de 5 Kg este o lingură de oțet. Oțetul se va pune diluat în compartimentul pentru balsam al mașinii de spălat. Nu se vor folosi oțeturile în care au fost puse coloranți sau diverse alte substanțe aromatice (gen "balsamic"), se va utiliza doar oțetul alimentar din vin alb.

Saponina este eliberată la o temperatură mai mare de 30 de grade celsius, deci cel mai bine este să spălați rufe utilizând programele de mașină care asigură o temperatură a apei de 40 de grade celsius. Dacă aveți rufe delicate care nu pot fi spălate decât la 30 de grade utilizați Lichidul din nucile de săpun.

Nucile de săpun au un ușor miros de oțet atunci când sunt uscate, miros mai pregnant în momentul în care sunt umezite, mirosul nu rămâne în haine. După spălare rufele au un miros neutru, de curat. Dacă doriți să aveți rufele parfumate folosiți aproximativ 10 picături din uleiul esențial preferat, pe care le puneți peste săculețul de bumbac înainte de introducerea în cuva mașinii de spălat.

În cazul rufelor albe trebuie să utilizați un [înălbitor pe bază de oxigen](#), care spre deosebire de înălbitorii clasici nu este toxic și este biodegradabil. O altă variantă este utilizarea bicarbonatului de sodiu alimentar, substanța netoxică cu efect puternic de înălbire. Dacă spălați rufe albe și nu puneți bicarbonat rufele vor căpăta o tentă gălbuie (este ca și cum le-ați pune în ceai). Doza recomandată de [bicarbonat de sodiu](#) pentru o mașină de spălat automată de capacitate 5Kg este de o lingură plină. Bicarbonatul se pune în compartimentul pentru detergentul obișnuit al mașinii de spălat.

Nucile de săpun nu eliberează o spumă abundentă ceea ce le face ideale pentru utilizarea în mașinile de spălat automate. Sunt ideale pentru spălarea scutețelor refolosibile, nu le afectează puterea de absorbție, fiind lipsite de chimicale nu provoacă alergii sau eritem fesier.

Alte forme de utilizare: Utilizarea nucilor de săpun este foarte simplă, fie că le folosiți în starea lor naturală, fie că le transformați într-un lichid concentrat sau în pudră. Lichidul și pudra din nuci de săpun vă vor ajuta să vă spălați rufele în mod natural și economic și, deasemenea, cu ajutorul lor veți descoperi o listă lungă de alte produse de curățenie sintetice ce vor putea fi înlocuite.



PUDRĂ: Măcinați nucile de săpun cu ajutorul unei mașini de râșnit cafea, până obțineți o pudră fină. Același rezultat îl puteți obține și cu ajutorul unui blender foarte puternic. În cazul în care rămân bucăți mai mari îndepărtați-le sau pur și simplu cerneți pudră obținută.

Pudră se va păstra într-un recipient etanș, într-un loc rece și întunecat, ferit de razele soarelui.

LICHID CONCENTRAT

Într-un vas puneți 1 l de apă în care adăugați aproximativ 12-15 jumatați de nuci de săpun (aproximativ 25 de grame). Puneți vasul să fiarbă până ce 1/4 din lichid s-a evaporat și nucile devin cafenii deschis sau gri și sunt foarte moi. După ce se răcește strecurați soluția obținută și depozitați-o într-un recipient de sticlă care se închide ermetic. Ca și pudra, lichidul obținut trebuie păstrat într-un loc rece și întunecat, ferit de razele soarelui. Este recomandat să nu faceți cantități mari, ci doar atât cât credeți că veți consuma în decurs de câteva zile. Datorită faptului că este obținut dintr-un produs vegetal, lichidul nu conține conservanți. Poate fi păstrat pentru câteva zile în frigider, dar este mai economic să pregătiți soluția de câte ori aveți nevoie, decât să riscați să se strice. Nu uitați să etichetați recipientul în care păstrați lichidul din nuci de săpun pentru a nu îl confundă cu ceai sau o altă băutură.

SFAT PRACTIC: Lichidul concentrat poate fi pus în forme de gheață și congelat. La o spălare puteți utiliza 2-3 cuburi în funcție de dimensiunea lor.

PASTA

Păstrați nucile folosite fie pentru spălat, fie pentru obținerea

www.green-way.ro – reciclăm și reutilizăm! simplu, natural, handmade
magazin Tg. Mures, Bd. 1 Decembrie, Nr 86/3 (langa semaforul din intersecția cu)



lichidului concentrat, puneți-le într-un vas și acoperiți-le cu apă. Fierbeți la foc mic până când devin foarte moi. Puneți-le împreună cu lichidul rezultat într-un blender și pasați-le, după care le puteți trece printr-o strecurătoare pentru a obține o pastă foarte fină. Poate fi folosită în loc de cremă de ras, exfoliant sau crema de curățat.

Soluții de curățare bazate pe nucile de săpun

Nucile de săpun sunt soluția perfectă dacă doriți să scăpați de utilizarea produselor chimice în gospodărie. În timp, experimentând, veți descoperi că cele mai multe dintre produsele de curățare pe care le folosiți în prezent pot fi înlocuite cu succes de nucile de săpun.

Saponina prin puterea de curățare delicată, calitățile antimicrobiene și antifungice, mirosul neutru, reușește să fie o alternativă fiabilă și sigură.

Pentru că nucile nu produc multă spumă, așa cum fac detergenții și produsele de curățare sintetice, veți folosi mai puțină apă. Puteți ajuta mediul și pe dvs. reducând consumul de apă, reutilizând resturile ca îngrășământ pentru flori, reciclând.

Cei care suferă de **alergii sau au copii mici** vor descoperi că își pot curăța toată casa folosind nucile de săpun, fără să se teamă de efectele negative pe care produsele chimice din produsele de curățat clasice le pot avea.

În cele ce urmează vă vom prezenta o listă a diverselor soluții de curățare ce pot fi înlocuite de nucile de săpun. Lista rămâne deschisă.

SOLUȚIE DE CURĂȚARE PENTRU ÎNTREAGA CASĂ

Puneți lichidul concentrat, obținut prin fierberea nucilor, într-un recipient cu pulverizator. Îl puteți folosi în formă concentrată sau îl puteți dilua pentru a curăța dulapuri, podele, gresia sau faianță, chiuveta sau cadă.

SOLUȚIE DE CURĂȚARE A GEAMURILOR

Amestecați 250 ml de apă, cu 15 ml de lichid din nuci de săpun și 15 ml de oțet alb. Stropiți după care ștergeți cu o cârpă curată și uscată.

SOLUȚIE DE SPĂLAT VASELE

Utilizați lichidul concentrat pentru a spăla în mod normal vasele. Puteți adăuga puțin oțet alb. Nu vă lăsați înșelați de lipsa spumei, deși nu face multă spumă, lichidul curăță în mod eficient.

SĂPUN LICHID

Lichidul concentrat poate fi folosit ca săpun lichid. Dacă doriți să aibă un miros plăcut adăugați câteva picături din uleiul esențial preferat.

ȘAMPON ANTIMĂTREĂȚĂ

Puteți folosi nucile de săpun pentru a vă prepara un șampon natural și eficient, cu efect antimătreață. Lichidul rezultat prin fierbere poate fi combinat cu ceaiuri benefice pentru păr, ceai de urzica, de mușețel sau din frunze de nuci.

ȘAMPON PENTRU ANIMALE

Animalul dvs. preferat poate fi curat cu lichidul obținut din nucile de săpun, nu conține chimicale și curăță în mod delicat.

SOLUȚIE PENTRU CURĂȚAREA BIJUTERIILOR

Într-un vas în care aveți lichid concentrat din nuci de săpun puneți la înmuiat bijuteriile, le lăsați pentru 20 de minute, după care le puteți freca cu ajutorul unei periuțe de dinți vechi pentru a îndepărta orice urmă de murdărie.

INSECTICID NATURAL

Nucile de săpun sunt o soluție naturală pe care o puteți utiliza ca insecticid atât în casă, cât și pentru plante.

Cum se păstrează?



Există două situații, păstrarea nucilor în forma lor naturală și depozitarea lichidului obținut din nuci.

Forma naturală

Nu trebuie să uitați că nucile de săpun sunt de fapt niște fructe uscate inițial la soare, procesul de uscare continuând și după aceea. Fie că sunt întregi, bucăți sparte sau sub formă de pudră nucile de săpun trebuie păstrate într-un mediu uscat, ferit de

umiditate. Dacă mediul nu este suficient de uscat e mai bine să le păstrați într-un recipient etanș. Când sunt în săculeț feriți-le de razele soarelui pentru a nu se crea condens.

Dacă se umezesc pot fi folosite, atâta timp cât nu au mucegăit.

Dacă le păstrați în condiții optime pot fi folosite o perioadă îndelungată de timp fără a expira (dacă perioadă este prea mare, aproximativ doi ani, își pot pierde din puterea de curățare, dar pot fi folosite fără probleme).

Nucile își schimbă culoarea în timp, de la un maroniu roșcat până la negru, este un proces natural, nu înseamnă că sunt stricate.

Lichidul din nuci de săpun. În cazul lichidului obținut prin fierberea nucilor de săpun există două variante de păstrare pentru o perioadă mai lungă de timp.

Una dintre variante este transformarea în cuburi de gheață. Le puteți folosi punându-le direct în mașina de spălat odată cu rufe sau topindu-le și folosind lichidul în mod normal.

A doua variantă este conservarea lichidului în același mod în care se fac compoturile sau conservele de casă.

METODA I: Într-un borcan sterilizat în prealabil, puneți 7-8 nuci de săpun, peste care turnați apă fiartă. Puneți capacul și strângeți-l bine. Puneți borcanul într-o cratiță, o umpleți cu apă astfel încât lichidul din borcan să fie la același nivel cu cel din cratiță și puneți cratiță la fiert. Din momentul în care apa din cratiță a ajuns la punctul de fierbere țineți cratiță pe foc încă 30 de minute. După fierbere lăsați borcanul să se răcească și depozitați-l că pe oricare altă conservă.

METODA II: Este asemănătoare cu cea de mai sus, numai că în loc de a pune cratiță pe ochiul de la aragaz veți folosi cuptorul. Aveți grijă ca lichidul din cratiță să fie la același nivel cu cel din borcan, fără a atinge capacul. Urmăriți când începe să fiarbă și mențineți fierberea pentru 30 de minute. Lăsați să se răcească și depozitați într-un loc întunecat și răcoros.

Detergenții clasici: Datorită evoluției pe care a avut-o în ultimul secol, știința ne-a făcut tuturor viața mult mai ușoară. Detergenții și produsele de curățare au simplificat și ușurat munca în gospodărie, dar în ultimul timp constatăm că prețul pe care trebuie să îl plătim este destul de mare. Nu este vorba de prețul produselor folosite, ci de costurile ascunse, de problemele de sănătate care apar în timp și de deteriorarea mediului înconjurător, care ne afectează pe toți.

Ce conțin detergenții? Deși apar sub diverse denumiri, printre substanțele conținute într-un detergent sintetic vom găsi următoarele:

- surfactanți anionici sau nonionici – substanțe chimice care reduc tensiunea existentă la suprafața apei, înlesnind procesul de “răspândire” a acesteia. Cel mai utilizat este linear alchil benzen sulfonat -LAS despre care numeroase studii au arătat că, în procesul de producție, elimină toxine cu efect cancerigen. Deși este biodegradabil, procesul are loc într-o perioadă foarte lungă de timp.
- înălbitori optici - substanțe care transformă undele UV în lumină vizibilă, dând senzația că rufe sunt mai albe. Sunt nocive pentru pești sau pot determina alergii.
- fosfați - sunt folosiți pentru a combate duritatea apei și pentru a nu permite murdăriei, odată îndepărtate, să se reataseze de țesături. Determină creșterea necontrolată a algelor marine, ducând la un dezechilibru al florei și faunei marine
- parfumuri sintetice - se obțin din petrol, nu sunt biodegradabile și pot cauza alergii
- hipocloritul de sodiu - utilizat ca înălbitor, în momentul folosirii interacționează cu substanțele organice, ducând la eliberarea de substanțe cancerigene și toxine ce pot cauza probleme endocrinologice, ale aparatului reproducător sau diverse alergii.
- EDTA - etilen diamino tetra acetat - este folosit ca o alternativă la fosfați, pentru a combate duritatea apei, pentru a stabiliza spuma și pentru a preveni activarea înălbitorilor înainte de contactul cu apă. Este foarte greu biodegradabil.

Ce alternativă există?

Industria produselor de curățare este o industrie de bilioane de dolari, gândiți-vă câtă poluare se crează în procesul de producție și prin utilizarea detergenților, la care se adăugă efectele nefaste pe care toate aceste chimicale le au asupra sănătății noastre.

Nucile de săpun sunt o alternativă eficientă, economică și ecologică la aproape toate produsele de curățare de care aveți nevoie pentru o casă curată, de la detergent de rufe și soluție de spălare a vaselor, până la șampon pentru dvs. sau animalele de casă. Sunt hipoalergenice, riscul de a face o reacție alergică la ele este foarte mic, sunt biodegradabile putând fi aruncate direct la gunoi sau pot fi folosite pur și simplu ca îngrășământ pentru flori.

La **greenway** găsești nucile de săpun la cel mai convenabil pret din România. Pentru orice alte întrebări îți stam la dispoziție în magazin!

Sursa: Internet

PS: aceste informatii sunt tiparite pe hartie refolosita (ciorne) pentru a nu taia si alti copaci ☺!

La **greenway**, in lunile octombrie si noiembrie 2011:

- 1 portie (pentru 3 spalari) – 2,5 lei
- 100 g (pentru ~ 21 spalari) – 10 lei
- 500 g (pentru o familie de 3-4 persoane ajunge o jumatate de an) – 25 lei.