

# Superheld Zitronensäure

*wie wir die Kraft der Zitronensäure nutzen können*

Verzichten Sie auch gern auf herkömmliche Reiniger und Haushalts-Chemikalien aus dem Supermarkt und der Drogerie? Suchen Sie spannende Möglichkeiten, wie Sie Zitronensäure in der Küche einsetzen können? Oder sind Sie auf der Suche nach alternativen Körperpflegeprodukten, deren Inhaltsstoffe auch nachvollziehbar und übersichtlich sind? Dann ist Zitronensäure eines der Hausmittel, welches sehr vielseitig einsetzbar ist. Sie ist fast in allen gängigen Reinigern und vielen Lebensmitteln unseres täglichen Gebrauchs bereits enthalten. In diesem Blogbeitrag wollen wir Ihnen 21 Anwendungen zeigen, die mit Zitronensäure möglich sind und die gängigen Haushaltsreiniger aus der Drogerie und Supermarkt ersetzen können. Außerdem stellen wir Ihnen Möglichkeiten vor, wie Sie selbst Körperpflegeprodukte aus Zitronensäure herstellen können und zeigen Ihnen tolle Rezeptideen für die heimische Küche. Doch zunächst wollen wir Ihnen den Superheld Zitronensäure und seine Heldenkraft einmal ein wenig näher vorstellen.

**Hinweis:** Alle Rezepte und Ideen, die Sie hier vorfinden, sind Vorschläge. Wir können keine Garantie dafür geben, dass alle Rezepte bei jedem einzelnen gleich funktionieren. Außerdem gibt es viele unterschiedliche Materialien, auf die wir nicht im einzelnen eingehen und Rücksicht darauf nehmen können. Bitte informieren Sie sich vorab, ob Ihre Fliese, Armatur oder Sonstiges Zitronensäure (oder auch Natron, Essig, Waschsoda) vertragen kann. Wie bereits erwähnt, sollten Sie vor der Reinigung zunächst an einer unauffälligen Stelle testen. Haben Sie beispielsweise Erfahrungswerte zu der Verträglichkeit bestimmter Produkte, geben Sie uns gerne bescheid und wir ergänzen dies in unseren Anwendungen. Bitte beachten Sie auch bei Körperpflegeprodukten (bspw. Natron Deo) die individuelle Verträglichkeit. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

## Was ist Zitronensäure?

**Zitronensäure** wird zu den Fruchtsäuren gezählt und ist ein Feststoff in Pulverform, der sowohl farblos als auch in Wasser löslich ist. Sie ist die im Pflanzenreich am weitesten verbreitete Säure, die vor allem in Äpfeln, Birnen und Beeren auftritt, aber auch in Nadelhölzern und Pilzen. Die Zitronensäure wie sie heute vorzufinden ist, wird industriell aus Mais hergestellt.

## Superheldenkraft: Entkalken

Die allgemeinen Anwendungsgebiete für Zitronensäure sind die Herstellung von Reinigern (insbesondere zum Entkalken), als Geschmacksgeber für Lebensmittel (um einen fruchtigen Geschmack zu erzielen als Lebensmittelzusatzstoff E330 bekannt), als Konservierungsmittel sowie als Korrosionsschutz. Sie findet somit häufig Anwendung in Haushalt, Küche und Bad.

## Hausmittel können Reinigungsmittel ersetzen

Neben Zitronensäure gibt es noch weitere Hausmittel, die in keinem Putzschrank fehlen sollten: zum Beispiel der weitere [Superheld Natron](#). Gemeinsam können diese Hausmittel fast alle herkömmlichen Putz- und Waschmittel ersetzen und sind dabei viel umweltfreundlicher, schonen die Gesundheit und sparen Müll und Geld. Schauen Sie doch dazu auch gerne in unseren Blogbeitrag [85 Anwendungen mit Natron](#). Ähnlich wie Natron und Essig kann Zitronensäure aber auch in der puren Form gekauft und gezielt auf verschiedene Probleme des Alltags angewendet werden.

## Anwendungsbereiche der Zitronensäure

Im Folgenden werden die Anwendungsgebiete der Zitronensäure aufgezählt. Insbesondere im Haushalt, zur Herstellung natürlicher und schonender Hausmittel kann die Zitronensäure Verwendung finden, die, anders als chemische Putzmittel, schonend für die Gesundheit sind. Da sie biologisch abbaubar ist, wird die Säure als eine umweltfreundliche Alternative zu herkömmlichen Reinigungsmitteln genommen. Nachfolgend erhalten Sie einige Tipps, wo sie das Pulver im Haushalt, Küche und Bad einsetzen können.

### Zitronensäure als Hausmittel

Mittlerweile gehen viele Menschen wieder dazu über, Reinigungsmittel selbst herzustellen um zu wissen, welche Inhaltsstoffe in den Produkten enthalten sind. Nebenbei kann hier noch eine Menge Geld gespart werden, wenn die Produkte, wie Zitronensäure oder Natron einzeln gekauft werden. Hier lohnt es sich oftmals, eine größere Menge zu bestellen und anschließend unterschiedliche Reiniger o.ä. herzustellen.

#### 1. Entkalken von sämtlichen Haushaltsgeräten

**Hinweis:** Beim Entkalken sollte beachtet werden, dass einige unedle Metalle gegen die Zitronensäure nicht beständig sind und somit beschädigt werden könnten. Um dem vorzubeugen, sollte man vorher überprüfen, ob der zu reinigende Gegenstand Aluminium enthält. Sie können mit Hilfe von [Zitronensäure](#) Entkalker für Haushaltsgeräte, wie Wasserkochern, Kaffeemaschinen oder Eierkochern selbst herstellen. Hierzu werden zwei bis drei Esslöffel des Säurepulvers auf 1 Liter Wasser (5 %-ige Lösung) und anschließend in das jeweilige Gerät gegeben. Dabei ist es wichtig zu beachten, dass die Geräte kalt bzw. maximal lauwarm sind, da ansonsten die Säure durch die Hitze zerstört wird. Verwenden Sie Zitronensäure nicht für die Heißentkalkung.

#### 2. Entkalken von Badezimmerarmaturen

Auch um Duschköpfe und Wasserhähne zu entkalken kann die in Punkt 1 hergestellte Lösung verwendet werden. Die Zitronensäurelösung auf die Verkalkungen einwirken lassen bzw. die Einzelteile, falls vorhanden, in die Entkalker-Lösung hineinlegen. Hinterher gut mit kaltem Wasser nachspülen und abwischen.

### 3. Entkalken und Wasserenthärtung von Wasch – und Spülmaschinen

Ebenso kann die Zitronensäure Waschmaschine und Spülmaschine entkalken bzw. Verkalkungen vorbeugen: Hierzu einfach etwa sechs bis acht Esslöffel des Pulvers direkt in die leere Maschine geben und bei mittlerer Temperatur komplett durchlaufen lassen. Hier wirkt sie zudem zur Wasserenthärtung und zum Vermeiden von Kalkablagerungen.

### 4. Klarspüler für die Spülmaschine herstellen

Um einen halben Liter Klarspüler herzustellen, benötigt man: 300 ml Alkohol, 200 ml lauwarmes Wasser und ca. 80 g Zitronensäure. Zunächst wird die Zitronensäure in dem lauwarmen Wasser aufgelöst. Das Ganze kann nun in eine leere Flasche gegeben und mit dem Alkohol aufgefüllt werden. Und schon ist der eigens hergestellte Klarspüler fertig!

### 5. Reinigung von einbrannten Töpfen und Pfannen

Gibt man einen Esslöffel der [Zitronensäure](#) mit einer Tasse warmen Wasser zusammen, kann man auch eingebrannte Töpfe oder Pfannen damit sauber bekommen: Das Gemisch einfach im Topf aufkochen und einwirken lassen und anschließend abspülen.

### 6. Verwendung als WC-Reiniger

Die Zitronensäure kann als WC-Reiniger verwendet werden, indem man einfach etwa drei Esslöffel des Pulvers im Toilettenbecken verteilt, einwirken lässt, kurz durchbürstet und anschließend durchspült. Aber auch ein WC Reiniger Gel kann mit Zitronensäure hergestellt werden. Lesen Sie in Blogartikel ["WC Reiniger Gel aus Hausmitteln"](#) wie es funktioniert.

### 7. WC-Tabs aus Zitronensäure

Man kann aber auch für die Toilettenreinigung WC-Reiniger-Tabs selber herstellen und diese als Vorrat in einem luftdichtverschlossenem Gefäß (beispielsweise in einem großen Einmachglas) aufbewahren. Folgende Zutaten werden für ca. 40 Reiniger Tabs benötigt: 600 g Natron, 200 g Zitronensäure, optional ätherische Öle (am besten mit desinfizierender Wirkung wie bsp. Orange oder Zitrone). Wichtig ist die Reihenfolge beim Mischen der Zutaten zu beachten, da ansonsten das Gemisch schon beim Anrühren reagiert. Zuerst wird das Natron in eine Rührschüssel gegeben. Pro 100 g Natron wird ein Teelöffel Wasser hinzugefügt. Machen bei 600 g Natron also 6 Teelöffel Wasser. Das Ganze wird dann mit Hilfe eines Handrührgerätes vermenget. Jetzt können die ätherischen Öle zugegeben werden. Zum Schluss folgt die Zugabe der Zitronensäure. Anschließend sollte die Masse schnell verarbeitet werden und in kleine Silikonformen oder in einen Messlöffel gepresst werden. Über Nacht trocknen lassen und dann nach Bedarf verwenden. Schauen Sie auch gerne in unserem Blogartikel ["WC Reiniger Tabs einfach selbst gemacht"](#) vorbei.

### 8. Reinigung von Öfen und Mikrowellen

Wer kennt das nicht: Eingebrannte und verdreckte Öfen und Mikrowellen! Diese lassen sich durch die Zitronensäure effektiv bekämpfen, indem man einen Esslöffel des Pulvers mit einer

Tasse warmen Wasser vermischt und dieses Gemisch auf die Verschmutzungen aufbringt. Die Verunreinigungsrückstände lösen sich einfacher, wenn man den Backofen oder die Mikrowelle nach dem Aufbringen des Reinigers kurz erwärmt (max. 80 - 100 Grad).

## 9. Entkalken von Blumentöpfen und Vasen

Oft hinterlassen Erde und Wasser hässliche Rückstände in Blumentöpfen und Vasen. Um diese Verschmutzungen zu lösen nehmen sie einen Eimer mit lauwarmem Wasser und stellen die zu reinigenden Gegenstände in den Eimer, so dass diese vollständig bedeckt sind. Geben Sie 2-3 Esslöffel Zitronensäure dazu und lassen dies über Nacht stehen. Am nächsten Tag putzen Sie den Gegenstand gründlich mit einem Schwamm ab und spülen ihn mit klarem Wasser.

## 10. DIY - Kalk - Reiniger

Ein effektiver Reiniger gegen Kalkablagerungen besonders im Bad und in der Küche kann schnell mit Zitronensäure selbst hergestellt werden. Dazu werden 500 ml Wasser (am besten lauwarm) in eine leere Sprühflasche gegeben. 50 g Zitronensäure kommen zu dem Wasser. Die Flasche verschließen und so lange schütteln, bis sich die Zitronensäure aufgelöst hat. Ein Teelöffel Bio Spülmittel und optional ca. 7 Tropfen ätherisches Öl (beispielsweise Zitrone oder Lavendel) hinzugeben und noch einmal schütteln. Schon ist der DIY Kalk Reiniger fertig und einsatzbereit! Einen ausführlichen Blogartikel zum Kalkreiniger findet Sie unter: [Kalk entfernen mit Zitronensäure](#).

**11. Tipp für den Wohnwagen:** Einen besonderen Tipp haben wir noch für alle begeisterten Wohnmobil- und Wohnwagen Fans:

Sie können mit Zitronensäure Ihre **Frischwasser- und Abwassertanks** reinigen. Geben Sie dazu 2 Esslöffel Zitronensäure auf eine Gießkanne voll Wasser. Insgesamt kommen 5-6 Gießkannen des Wasser-Zitronensäure-Gemischs in den Frischwassertank (bei größeren Tanks dementsprechend mehr). Danach eine Runde fahren. Das Ganze über Nacht stehen lassen und anschließend erneut "durchschaukeln". Über die geöffneten Wasserkräne in den Brauchwassertank ablaufen lassen. So werden auch gleich die Leitungen und Abflüsse gereinigt. Noch einmal "durchschaukeln" und anschließend das Brauchwasser ablassen. Den ganzen Vorgang 2-3 Mal mit Frischwasser wiederholen, bis der Tank sauber ist. **Bitte beachten:** Nicht den Boiler anmachen, so lange die Zitronensäure im Tank ist. Diesen Tipp hat unsere liebe Kollegin und selbst begeisterter WoMo Fan beigesteuert.

## Zitronensäure als natürliches Waschmittel

Gerade in der heutigen Zeit denken viele Menschen darüber nach, was sie an ihre Haut lassen. Das Waschen von Wäsche spielt hierbei eine sehr große Rolle, da der Körper hiermit permanent in Kontakt gerät. Wir verraten Ihnen, wie Sie mit Hilfe von [Zitronensäure](#) Alternativen zu konventionellen Weichspülern und Fleckenentfernern finden.

## 12. Zitronensäure als Weichspüler von weißer Wäsche

Dazu werden fünf bis sechs Esslöffel Zitronensäure in einem Liter Wasser gelöst und bei jedem Waschgang etwa ein bis zwei Dosierkappen dieser Lösung in das Weichspülfach gegeben. Gegenüber käuflichen Weichspülern besitzt dieses Hausmittel den Vorteil, dass keine Tenside auf der Kleidung zurückbleiben. Gleichzeitig verhindert dieser selbst gemachte Weichspüler effektiv Kalkablagerungen in der Maschine.

### 13. Entfernung von gelben Flecken /Kragenschmutz aus weißer Kleidung

Dazu muss man die Kleidung nur einige Stunden in einer Säure-Wasser-Lösung (circa 15 Gramm Citronensäure auf einen Liter Wasser) einweichen und dann ganz normal in der Maschine waschen. Wenn der Hemdkragen schwer zu entfernende Verschmutzungen aufweist, dann kann man diese mit etwas Citronensäurelösung vor der Wäsche vorbehandeln. Kragenschmutz wird dadurch effektiv bekämpft.

### Zitronensäure als natürliches Körperpflegeprodukt

Im natürlichen Körper- und Gesichtspflegebereich wird Zitronensäure häufig verwendet. Hierbei ist sie - aufgrund ihrer schwach sauren Eigenschaften -wirksam gegen Pilzbefall und wird für die pH-Einstellung in Cremes und Hautpflegelotionen eingesetzt.

### 14. bald verfügbar

### 15. Badebomben

Auch tolle sprudelnde Badezusätze lassen sich mit Zitronensäure herstellen. Schauen Sie hierzu gerne auch auf [unseren Blogbeitrag](#), in dem wir noch einmal genau erklären, wie die Badebomben hergestellt werden. Für eine Badebombe benötigen Sie: 200 g Natron, 100 g **Zitronensäure**, 75 g geschmolzenes Kokosöl, 50 g Speisestärke, eine Form für die Kugel und eventuell Lebensmittelfarbe, Blüten-Essenz, Kosmetikglitzer, getrocknete Tee- oder Blütenblätter. Die trockenen Zutaten werden miteinander vermischt bevor das flüssige Kokosöl hinzugegeben wird. Anschließend wird alles in eine runde Form gegeben. Nach ca. 5 Minuten kann die Kugel aus der Form entnommen werden und sollte dann möglichst 8 Stunden trocknen.

### 16. Badepralinen

Kleine Badepralinen sind schnell gemacht und eignen sich auch als kleine Mitbringsel. Lassen Sie **35 g Sheabutter** und **30 g Kokosöl** im Wasserbad schmelzen. Vermengen Sie in der Zwischenzeit **65 g Natron**, **40 g Zitronensäure** und **35 g Speisestärke** in einer Schüssel miteinander. Sobald die Öle geschmolzen sind, können Sie die trockenen und die flüssigen Zutaten miteinander vermischen. Verwenden Sie dafür am besten einen Schneebesen, um alles gründlich unterzurühren. Rühren Sie so lange, bis eine homogene Masse entstanden ist. Füllen Sie die Masse in Eiswürfelformen. Hier eignen sich zum leichten Heraustrennen am besten die aus Silikon. Wenn Sie Ihre Badepralinen noch mit Blütenblättern verziehen wollen, können Sie

das in diesem Schritt tun. Lassen Sie die befüllte Form mindestens 4-5 Stunden im Kühlschrank aushärten.

## Citronensäure in der Lebensmittelindustrie

In der Lebensmittelindustrie wird Citronensäure häufig als Geschmacksverstärker und als Konservierungsmittel genutzt. Besonders bei Marmelade oder Säften, aber auch in einem Großteil von Süßigkeiten und Salaten, gibt Citronensäure zusätzlichen Geschmack und gewährleistet als Konservierungsmittel eine längere Haltbarkeit. Da sie als Lebensmittel gilt, gibt es keine Beschränkung in der Verwendung und kann als Lebensmittelzusatzstoff E330 gekauft werden. Auch hier haben wir ein paar interessante Einsatzmöglichkeiten der Zitronensäure in der Küche für Sie zusammengefasst.

### 17. Zubereitung von Eisteekonzentrat

Aus 10 Teebeuteln (schwarzer Tee oder gerne auch Blutorangentee, je nach Wunsch) und 1 L Wasser Tee zubereiten und 1 kg Zucker hinzugeben. Alles aufkochen und 40 g Zitronensäure hinzugeben. Alles verrühren und in Flaschen abfüllen; heiß verschließen.

### 18. Zubereitung von Fruchtsirup

Fruchtsirup lässt sich aus allen Frucht- und Obstarten herstellen, aus denen man Saft gewinnen kann. Hier können auch unterschiedliche Obstsorten miteinander gemischt und so ein ganz individueller Sirup - nach eigenem Geschmack - hergestellt werden. Hierzu benötigen Sie 1 kg Früchte, 500 g Zucker 1 L Wasser, 20 g Zitronensäure und je nach Bedarf den Saft von 2 Orangen. Für die Saftgewinnung die Früchte waschen. Wenn Sie Beeren wie z.B. Himbeeren, Johannisbeeren verwenden, diese bitte pürieren. Bei Obst, wie z.B. Äpfeln oder Birnen, diese vom Gehäuse und - oder von Kernen befreien, grob klein scheiden und anschließend in etwas Wasser weich kochen und pürieren. Das pürierte Obst in 1 Liter Wasser zusammen mit dem Zucker etwa 30 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Kurz vor Ende der Kochzeit noch die Zitronensäure und ggf. den Saft der Orangen dazugeben. Danach alles durch ein Sieb mit Baumwolltuch filtern und in heißem Zustand in Flaschen abfüllen. Der Fruchtsirup ist nun mindestens 6 Monate haltbar und kann als Durstlöscher mit Wasser verdünnt oder als Süßungsmittel eingesetzt werden. Der Sirup kann ebenfalls aus Kräutern oder Blüten hergestellt und somit als z.B. Hustensirup oder auch für Cocktails verwendet werden.

### 19. Herstellung von Marmelade

**Zitronensäure** kann bei der eigenen Herstellung von gesunden, fruchtigen Brotaufstrichen eingesetzt werden, um süßen Früchten die entsprechende Säure zuzusetzen. Versuchen Sie doch einfach mal eine leckere Erdbeermarmelade mit Kokosmilch! Hierzu 1 kg Erdbeeren putzen und vierteln und in einen hohen Topf geben. 165 ml Kokosmilch, 500 g Gelierzucker (2:1) und 5g Zitronensäure hinzugeben und alles aufkochen lassen. 5 Minuten lang sprudelnd kochen lassen und in die vorbereiteten Einmachgläser füllen und verschließen. Die befüllten Einmachgläser am Besten für 10 Minuten auf den Kopf stellen.

### 20. DIY Brausepulver

Besonders Kinder haben hieran richtig Spaß und es ist eine gute Gelegenheit, mit einfachen, natürlichen Stoffen einmal eigenes Brausepulver herzustellen. Man benötigt: 1/2 TL Natron, 2 gehäufte TL Zucker, 1/2 TL Zitronensäure sowie getrocknetes Aroma (z.B. Orangenschalenaroma). Alle Zutaten in einem Gefäß miteinander vermischen. Und schon kann der Spaß losgehen! Entweder füllt man einen Teil des Brausepulvers in ein Glas und schüttet es mit Wasser auf oder man taucht einen angefeuchteten Finger in das DIY Brausepulver und steckt ihn in den Mund. Das Brausekribbeln auf der Zunge beginnt.

## 21. Zubereitung eines isotonischen Sportdrinks

Hierfür benötigt man 300 g Dextrose, 150 g Fructose und mischt diese mit 20-30 g Zitronensäurepulver und einer Messerspitze Salz. Diese Menge ist ausreichend für 5 L Flüssigkeit. Für einen halben Liter des Sportgetränks benötigen Sie 45 g von dem angemischtem Pulver. Fertig ist der Sportdrink!

### Richtwerte: Gewichte und Mengen bei Zitronensäure:

Auf folgende Richtwerte können Sie beim Abmessen zurückgreifen:

- 1 gehäufte normalgroßer Esslöffel: 20 Gramm
- 1 gestrichener normalgroßer Esslöffel: 12 Gramm
- 1 gehäufte normalgroßer Teelöffel: 8 Gramm
- 1 gestrichener normalgroßer Teelöffel: 6 Gramm
- 1 Zitrone entspricht ca. 10 g Zitronensäure Pulver

**Hinweis:** Bitte beachten Sie die Warnhinweise, die auf unserem Produkt zu finden sind, um angemessen mit der Zitronensäure umzugehen!

Zitronensäure sollte grundsätzlich natürlich nicht unbeaufsichtigt in Kinderhände geraten, sondern nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwendet werden.

Wir hoffen, dass wir Ihnen durch diesen Beitrag einige Anregungen über die Verwendung und den Einsatz von Zitronensäure geben konnten.

Weitere Ideen und Anleitungen finden Sie auf [diacleanshop.com/blog](https://diacleanshop.com/blog)

