

Sie fragen - wir antworten

- [Drucken](#)
- [Per Mail versenden](#)

Sie fragen-wir antworten, © R. Burger

Einfache Tipps und praktische Anleitungen in der Beratung ist das Ziel von unserem wir-leben-nachhaltig.team. Immer wieder erreichen uns Fragen, deren Antworten wir gerne mit Ihnen teilen würden. Sie fragen - wir antworten!

Ich habe Harz auf meine Hose bekommen. Wie geht das wieder raus?

Auch hier gilt wie bei anderen Flecken: Schnell handeln!
Zuerst so viel wie möglich entfernen bzw herunterkratzen. Ein flaches Messer eignet sich dafür gut.

Gut funktioniert hier auch Kälte. Dazu das betroffene Kleidungsstück einfrieren. Das Harz wird hart und Sie können die harten Harzreste abschaben.

Falls immer noch Reste zu sehen sind, tupfen Sie diese mit Alkohol (70%) ab.

Ist selbst dann noch etwas zu sehen, so können Sie diese Flecken mit einem Brei aus Waschpulver behandeln. Rühren Sie dazu das Waschpulver mit Wasser zu einem Brei an und reiben Sie den Fleck damit - vorsichtig und nicht zu fest - ein., Etwas einwirken lassen und abwaschen. Die Einwirkzeit sollte nicht zu lange sein, damit nicht die Farben rund um den Fleck ausbleichen. Eher zweimal hintereinander als einmal zu lange behandeln.

Danach waschen Sie das Kleidungsstück normal in der Waschmaschine.

Harzflecken sind sehr schwierig zu entfernen. Auch mit all diesen Vorschlägen kann es passieren, dass nicht alles herausgeht.

Mehr Information zur Fleckentfernung finden Sie unter wir-leben-nachhaltig.at: [Fleckentfernung](#)

Kann ich meine angefangene Sonnencreme auch im nächsten Jahr noch verwenden?

Ja, das ist möglich. Vorausgesetzt Sie reinigen den Verschluss der Packung und lagern sie kühl und dunkel, am besten im Kühlschrank oder im Keller. Kontrollieren Sie die Creme jedoch bevor Sie sie in der nächsten Saison benutzen. Hat sich die Konsistenz verändert, die Farbe oder hat das Produkt einen scharfen, unangenehmen Geruch so ist es besser, sie zu entsorgen.

Sonnenschutzmittel sind mit einem Haltbarkeitsdatum (symbolisiert durch einen geöffneten Tiegel mit einer Zahlenangabe) versehen. Bis zu diesem Zeitpunkt garantiert der Hersteller eine unverminderte Wirksamkeit. Danach kann der Lichtschutz nachlassen, verschwindet aber nicht komplett.

Achtung: Wird Sonnencreme bzw. Spray ständig großer Hitze oder direkter Sonnenbestrahlung ausgesetzt lässt die Wirkung auch vor dem Ablaufdatum nach.

Vermeiden Sie auch Verschmutzung beim Entnehmen des Sonnenschutzmittels. Das erhöht die Haltbarkeit.

Lesen Sie mehr zum Thema Sonnenschutz:

wir-leben-nachhaltig.at: [Sonnenschutz](#)

Es gibt immer wieder Meldungen zu bedenklichen Stoffen in Haarfärbemitteln. Auf was kann ich beim Einkauf achten?

Allergieauslösende Amine, PEG Derivate, Oxidationsmittel und vieles mehr tun dem Haar nicht gut. Auf der sicheren Seite sind Sie mit Pflanzenhaarfärbemitteln. Die Farbpigmente lagern sich hier um den Haarschaft an und dringen nicht ein. Das ist schonender für das Haar. Dadurch hält das Ergebnis allerdings nicht so lange und die Deckkraft ist nicht so stark wie bei chemischen Haarfärbemitteln.

Tipp: Auch hier gilt genau hinsehen. Kaufen Sie keine Produkte mit unklarer Herkunft. Achten Sie auf zertifizierte Naturkosmetik, erkennbar am BDIH oder Natrue Siegel. Hier müssen die Inhaltsstoffe natürlichen Ursprungs sein. Zusätzlich gibt es Naturkosmetik mit Bioanteil und Biokosmetik.

Mehr Information zu Haarfärbemitteln finden Sie unter

wir-leben-nachhaltig.at: [Haarfärbemittel](#)

Wie lassen sich Karotten am besten einfrieren? Im Ganzen, klein geschnitten, gekocht und püriert?

Waschen Sie die Karotten und am besten nur wenig schälen, denn die meisten Vitamine sitzen direkt unter der Schale. Danach in fingerbreite Stücke schneiden und bissfest dünsten. Das gelingt am schonendsten im Dampfgarer. Auskühlen lassen und in Gläser oder tiefkühlgeeignete Behälter füllen. Beta Carotin und die Antioxidantien bleiben so beim Tiefkühlen gut erhalten.

Tipps: unter wir-leben-nachhaltig.at: [Einfrieren & Auftauen](#)

Wie weiter verwenden? Lassen Sie die gefrorenen Karottenstücke bei Zimmertemperatur auftauen und verwenden Sie diese als Zutat für Suppen und Risottos. Wenn der Hunger groß ist, diese noch gefroren zum beliebigen Gericht geben. Die Karottenstücke sind in wenigen Minuten weich gekocht.

Zwiebel geröstet, roh oder nur gedünstet? Welche Zwiebel ist gesünder?

Zwiebeln sind in jeder Form gesund.

Durch verschiedene Zubereitungsarten werden unterschiedliche Aromen frei. Beim Rösten wird der Geschmack würzig-süßlich, weil Zucker freigesetzt wird. Eine frisch geschnittene Zwiebel schmeckt und riecht beißend scharf. Schwefelverbindungen, genannt Sulfide sind der Grund dafür. Diese haben eine hohe gesundheitsfördernde Wirkung: sie wirken antioxidativ und stimulieren unser Immunsystem!

Verwenden Sie verschiedenfarbige Zwiebeln, die unterschiedlichen Farbstoffe liefern eine Vielfalt an sekundären Pflanzenstoffen.

Tipp: Frische Frühlingszwiebeln klein schneiden und über den Frühlingsalat streuen: Das stärkt unsere Abwehrkräfte.

Wenn der Broccoli auswächst, ist er dann noch genießbar?

Auf alle Fälle!

Beginnt der Brokkoli zu „blühen“, dann sind auch diese Blüten essbar. Je älter das Brokkoli Gemüse ist, desto hölzerner werden die Stiele. Diese Teile vor dem Kochen wegschneiden. Das restliche Gemüse können Sie wie gewohnt weiter verarbeiten.

Tip: Brokkoli dämpfen und mit wachsweißen Eiern servieren! Diese Kombination fördert unsere Vitamin D-Produktion! Ein Vitamin, das wir gerade für unser Immunsystem gut brauchen können.

Ich bekomme die Motten nicht los! Ich habe schon alle Küchenkästen ausgeräumt, aber immer wieder fliegen noch einige herum. Auch die Fallen nutzen nichts!

Motten schlüpfen nicht alle gleichzeitig sondern zu unterschiedlichen Zeiten. Daher werden auch einige Tage nach den ersten Bekämpfungsmaßnahmen immer wieder einzelne Motten herumfliegen. Bei konsequenter Bekämpfung und Kontrolle sollten Sie die Tiere nach 4-6 Wochen los sein.

Zum Verpuppen nutzen die Lebensmittelmotten mit Vorliebe Zwischenräume von Regalbrettern, Nuten und Schubladen. Recht beliebt sind die Löcher zum Verstellen der Höhe von Regalböden. Sehen Sie hier gezielt nach und entfernen Sie die Gespinste mit einem Zahnstocher.

Die Klebefallen für Motten ziehen nur Männchen an. Sie funktionieren mit Duftstoffen (Pheromonen). Die Weibchen, die auch die Eier legen, bleiben daran nicht kleben. Diese Fallen eignen sich daher nur zur Kontrolle, nicht zur Bekämpfung.

Mehr Informationen zum Thema finden Sie bei unseren [Tipps zu Lebensmittelmotten](#).

[Teilen](#)

[...wird geladen...](#)

[Twittern](#)

[...wird geladen...](#)

[Zurück zur Übersicht](#)

Könnte Sie auch interessieren

- [Öle - Qualitativ hochwertige Öle wählen](#)
- [Kaffee - Espresso oder schwarzer Kaffee sind bekömmlicher](#)
- [Lagerung - Kühlschrank - Temperaturzonen beachten](#)