



# HOLSTE

TRADITION UND FORTSCHRITT

**Wohlbefinden,  
Sauberkeit und Pflege  
sind unsere  
Sache!**

Weitere  
HOLSTE-Produkte  
finden Sie  
im Internet:  
[www.HOLSTE.de](http://www.HOLSTE.de)



**SportProfi  
Daunenwasch**



**Schmierseife**



Das Original,  
seit über 100 Jahren  
bewährt!

# Kaiser- Natron®

für Küche, Haus und Reise



Kaiser-Natron® – Mir geht es gut!

**Showergel**



**WaschSoda**



**Wäschestärke**



BIELEFELDER  
TRADITION SEIT 1825

# HOLSTE

MIR GEHT ES GUT!

## KAISER-NATRON® – Geschichte und Herkunft

KAISER-NATRON® gibt es bereits seit über 100 Jahren.

Schon seit dem frühen Altertum wussten die Menschen die Wirkung von Natron zu schätzen.

Die alten Ägypter gewannen es aus den Seen des Tales Natron (Wadi Natrun) in Unterägypten, wo es auch heute noch natürlich vorkommt.

In den USA wird Natron aus dem Salz „Trona“ gewonnen.

Natron findet man auch in vielen Mineralwässern und Heilquellen.

Heute gewinnt man Natron in Europa aus natürlichem Kochsalz, indem man Chlor gegen Karbonat = Kohlensäure austauscht. Dieses Verfahren ist nach seinem Erfinder „Solvay“ benannt und liefert ein Produkt von höchster Reinheit und angenehm mildem Geschmack.

## KAISER-NATRON® – Eigenschaften

KAISER-NATRON® bindet und neutralisiert alle Säuren, wandelt sie in neutrale Salze und sprudelnde Kohlensäure um. Außerdem wirkt es mild-alkalisch.

Hartes, kalkhaltiges Wasser wird durch KAISER-NATRON® weicher, da seine Karbonationen mit einem Teil der härtebildenden Kalziumionen unlösliche Verbindungen eingehen.

In heißem Wasser verliert Natron seine Kohlensäure und wandelt sich in das stärker alkalische Natriumkarbonat um.

Beim Kochen unter Zusatz von KAISER-NATRON® werden z. B. Hülsenfrüchte und Kohlrarten schneller weich.

Aus Zellulose bestehende Pflanzenteile werden durch KAISER-NATRON® schneller weich und aufgeschlossen.

KAISER-NATRON® ist reines doppelkohlensaures Natron.

## KAISER-NATRON® – nennt man auch...

...andere Namen für dieses vielseitig verwendbare Salz sind:  
Natriumhydrogencarbonat,  
Natriumbicarbonat,  
Natriumbicarbonikum,  
Speisenatron,  
Speisesoda oder schlicht Natron.

Die chemische Formel lautet  $\text{NaHCO}_3$ .

**Trinkwasser**

Eine Prise KAISER-NATRON® auf ein Glas Wasser verbessert den Geschmack.

**Zitronenbrause**

Zucker, Zitronensaft oder etwas Essig in ein Glas kaltes Wasser einrühren.  
1/2 Teelöffel KAISER-NATRON® zufügen, fertig ist die erfrischend wohltuende Brause.

**Kaffee**

KAISER-NATRON® verbessert das Aroma und macht Kaffee und Tee bekömmlicher. Hartes Wasser schadet dem Aroma. Eine Messerspitze KAISER-NATRON® macht das Wasser weich. KAISER-NATRON® einfach mit in den Kaffeefilter geben.

**Tee**

KAISER-NATRON® verbessert das Aroma und macht Tee und Kaffee bekömmlicher. Hartes Wasser schadet dem Aroma. Eine Messerspitze KAISER-NATRON® macht das Wasser weich. Einfach dem Teewasser nach dem Kochen zugeben.

**Rohes Obst und Salat**

Niemals ungewaschen verzehren. Besser als klares Wasser reinigt KAISER-NATRON®.  
1 – 2 Teelöffel auf 1 Liter Wasser geben.

**Karotten**

Einfach häuten anstatt zu putzen. Geben Sie pro Liter Kochwasser 1 Teelöffel KAISER-NATRON® zu.

**Grüne Bohnen**

Grüne Bohnen bleiben auch nach dem Dämpfen grün, wenn dem Salzwasser eine Messerspitze KAISER-NATRON® zugegeben wird.

**Kohl und Spinat**

Die grüne Farbe bei Kohllarten und Spinat bleibt erhalten, wenn Sie beim Aufkochen 1 Teelöffel KAISER-NATRON® zugeben.

**Gurkensalat**

Eine Messerspitze KAISER-NATRON® hilft oft gegen stundenlanges unangenehmes Aufstoßen.

**Hülsenfrüchte**

Die Hülsenfrüchte werden schneller weich und bekömmlicher, wenn Sie auf einen Liter Wasser, einen Teelöffel KAISER-NATRON® geben.

**Bohnen**

Durch KAISER-NATRON® werden Bohnen schneller weich und bekömmlicher.

**KAISER-NATRON® ...zum Backen****Baking Soda****Backsoda**

Backing Soda, Backsoda  
Natron ist unter dieser Bezeichnung in England und in Nordamerika bekannt, dort wird es oft an Stelle von Backpulver gebraucht, zum Beispiel für Muffins.

Geben Sie 5 g KAISER-NATRON® auf 500 g Mehl und fügen Sie dem Teig kurz vor dem Abbacken 6 El Essig hinzu.

**KAISER-NATRON® ...und Käse****Käsefondue**

Auch in Deutschland hat diese Art von Fondue viele Liebhaber. Die geschmolzene Käsemasse wird leicht, fällig und bekömmlich, wenn Sie kurz vor dem Servieren eine Prise KAISER-NATRON® hinzugeben.

# Wissenswertes über Natriumhydrogencarbonat

## für den Haushalt



**Gerüche:** Fisch- und Zwiebelgerüche verschwinden schnell von Geschirr und Händen, wenn man dem Abwaschwasser etwas Natriumhydrogencarbonat zusetzt, besonders bei Holzbrettchen und Holzlöffeln.

**Geruch in Thermosflaschen:** Der säuerliche oder dumpfe Geruch in Thermosflaschen verschwindet sofort, wenn sie mit einer heißen Natriumhydrogencarbonat-Lösung ausgespült werden (4 Tl auf einem Liter heißem Wasser). Danach gründlich ausspülen.

**Geschirrspüler desodorieren:** Einfach jeden Morgen eine Handvoll Natriumhydrogencarbonat in die noch leere Maschine streuen. Es absorbiert Gerüche den ganzen Tag.

**Badezimmer-Armaturen polieren:** Natriumhydrogencarbonat, auf einen feuchten Lappen oder Schwamm gestreut, beseitigt schonend Kalkflecken und Belag.

**Haustiere im Zimmer:** Unangenehme Gerüche treten erst sehr viel später auf, wenn unter der Streu im Hamster-, Kaninchen- oder Meerschweinchenkäfig oder in der Katzentoyilette ca. 50 g Natriumhydrogencarbonat verstreut wird. Natriumhydrogencarbonat auf den Schlafplatz gestreut, absorbiert unangenehme Gerüche und ist völlig unschädlich für Haustiere.

**Insekten auf Autolack oder Windschutzscheibe:** Festgeklebte Insekten oder sonstiger Schmutz lassen sich mit Natriumhydrogencarbonat, auf ein feuchtes Tuch gestreut, mühelos und schonend abreiben.

**Kühlschränke desodorieren:** Eine Untertasse gefüllt mit Natriumhydrogencarbonat in den Kühlschrank stellen. Absorbiert Gerüche für 3 - 4 Wochen.

**Aschenbecher desodorieren (auch im Auto):** Einfach etwas Natriumhydrogencarbonat auf den Boden des leeren Aschenbechers streuen.

**pH-Wert:** Mit Natriumhydrogencarbonat lässt sich der pH-Wert wässriger Lösungen aus dem sauren in den neutralen oder leicht alkalischen Bereich verschieben. Benutzen Sie einen Indikator! (erhältlich in der Apotheke)

**Uringeruch in Teppichen:** Wichtig für Hunde- oder Katzenfreunde: Natriumhydrogencarbonat absorbiert alle Arten von Gerüchen in Teppichen. Einfach Natriumhydrogencarbonat (1 Tl auf 4 m<sup>2</sup>) gleichmäßig auf den Teppich streuen, über Nacht einwirken lassen und anschließend absaugen oder ausklopfen. Achtung: Nicht bei feuchten Teppichen anwenden. Im Zweifelsfall vor Gebrauch Farbechtheit prüfen (Orientteppiche). Dazu 1/2 Tl Natriumhydrogencarbonat in einer halben Tasse Wasser lösen, an einer versteckten Stelle auftragen, trocknen lassen und absaugen. Wenn sich die Farben verändern, ist der Teppich nicht farbecht.

**Babyflaschen, Milchgeschirre, Sahnespender:** Der unangenehme und säuerliche Geruch verschwindet durch das Spülen mit einer Lösung von 2 bis 3 Teelöffeln Natriumhydrogencarbonat im heißen Spülwasser.

**Blumentöpfe aus Ton:** Unansehnliche, porenverstopfende Kalkreste verschwinden, wenn man die Blumentöpfe einige Stunden in ein warmes Bad mit einer Natriumhydrogencarbonat-Lösung stellt. 1 Teelöffel auf 1 Liter Wasser.

**Schmuck, Münzen und Silberbestecke reinigen:** Alufolie in einen Suppenteller legen, 1 Tl Natriumhydrogencarbonat und 1 Tl Kochsalz aufstreuen und mit heißem Wasser auffüllen. Jetzt einfach die angelaufenen Teile in die Lösung legen.

# Wissenswertes über Natriumhydrogencarbonat für Kosmetik und Wellness



**Badezusatz:** Natriumhydrogencarbonat enthärtet das Wasser, erfrischt und fördert die Durchblutung (Empfehlung: nicht mehr als 2 Bäder pro Woche). Geben Sie dafür 50 – 100 g Natriumhydrogencarbonat in 1 Vollbad.

**Brennnesseln/Insektenstiche:** Die juckenden Hautstellen mit einem Brei aus Natriumhydrogencarbonat und Wasser bestreichen, einwirken lassen und später kalt abspülen.

**Gesicht waschen:** Verträgt Ihre Haut keine Seife? 3 – 4 Teelöffel Natriumhydrogencarbonat in einem Waschbecken mit lauwarmen Wasser auflösen und Gesicht gründlich waschen; ohne spülen abtrocknen. Gibt weiche, klare Haut.

**Mundgeruch/Mundwasser:** 1 Teelöffel Natriumhydrogencarbonat in einem Glas lauwarmen Wasser auflösen, gurgeln und kräftig durchspülen. Macht den Mund frisch und neutralisiert Mundgeruch.

**Unbehagen, Unwohlsein, Völlegefühl:** Nach reichlichen Mahlzeiten und ungewohnter Kost Natriumhydrogencarbonatlösung trinken: 1 Teelöffel oder 1 – 2 Tabletten auf 1 Glas Wasser.

**Deodorant:** Einfach mit einem Wattebausch oder mit einem feuchten Finger etwas Natriumhydrogencarbonat aufnehmen und in den Achselhöhlen verteilen.

**Brennende Füße/Fußbäder:** Müde, schmerzende Füße nach einem ausgedehnten Spaziergang oder einem Stadtbummel in einer Lösung von 3 – 4 Teelöffeln Natriumhydrogencarbonat pro Liter Heißwasser baden. Danach kalt abspülen und frottieren.

**Schweißfüße:** Morgens etwas Natriumhydrogencarbonat in die Schuhe streuen. Nach jedem Tragen entfernen. Zusätzlich die Füße oft in Natriumhydrogencarbonat baden (siehe auch Brennende Füße).

**Zähne putzen:** Natriumhydrogencarbonat auf die feuchte Zahnbürste geben. Reinigt und poliert die Zähne.

**Zahnfleischpflege:** Zur Gesunderhaltung des Zahnfleisches und des Zahnhalses mit warmem Wasser und einem Teelöffel Natriumhydrogencarbonat pro Glas gurgeln.

**Zahnprothesen:** Natriumhydrogencarbonat reinigt und pflegt Zahnprothesen. Sie verlieren den unangenehmen Geschmack und Geruch, wenn sie über Nacht in einer Natriumhydrogencarbonat-Lösung aufbewahrt werden (1 Teelöffel Natriumhydrogencarbonat pro Glas Wasser).

## Pizza Muffins

- 1 Tasse (120 g) Vollkornmehl  
1 Tasse (140 g) Weißmehl  
2 Teel. Backpulver  
1/2 Teel. KAISER-NATRON®  
1/2 Teel. Salz  
1 Teel. getrocknete Zwiebeln  
1/2 Teel. Oregano  
1/8 Teel. Knoblauchpulver (kann man auch lassen)  
1 Tasse (125 g) geschnittener Mozzarella  
1 große grüne oder rote Paprika, fein gewürfelt

Diese Zutaten in einer mittelgroßen Schüssel gut vermischen.

- 1 Ei (verquirlen)  
1/4 Tasse (60 ml) Olivenöl  
3/4 Tasse (180 g) Buttermilch  
1/2 Tasse (110 g) Tomatensauce  
12 Salamischeiben (120 g) in Streifen geschnitten

Diese Zutaten in einer großen Schüssel gut verrühren.

- 1/2 Tasse (40 g) geriebener Parmesankäse  
Zum Bestreuen vor dem Backen oder zum wieder aufbacken.

Den Backofen auf 180° C vorheizen. Die Muffinbleche einfetten oder mit Backförmchen auslegen.

Nun die trockenen Zutaten aus der kleineren Schüssel zu den feuchten Zutaten geben und sanft unterheben.

Die Muffinformen nur zu 3/4 mit dem Teig füllen. Auf jedes Teigteil etwas geriebenen Käse geben.

Bei 180° auf mittlerer Schiene 20 – 25 Minuten backen.

**Tipp:** Wenn Sie die Muffins aufbacken möchten, einfach noch einmal mit etwas geriebenem Käse bestreuen und ca. 3 – 4 Minuten bei 180° in den Backofen.

## Schoko Muffins

- 3/4 Tasse (90 g) Vollkornmehl  
1 Tasse (140 g) Weißmehl  
1 Tasse (150 g) Zucker  
2 Teel. Backpulver  
1/2 Teel. KAISER-NATRON®  
1/2 Teel. gemahlener Zimt  
3 Eßl. Kakaopulver  
1 Tasse (120 g) gehackte Walnüsse

Diese Zutaten in einer mittelgroßen Schüssel gut vermischen.

- 1 Ei (verquirlen)  
2/3 Tasse (80 ml) Pflanzenöl  
1 Teel. Vanille-Backaroma  
1 1/4 Tassen (300 g) Buttermilch

Diese Zutaten in einer großen Schüssel gut verrühren.

- für den Belag: je eine Walnußhälfte

Den Backofen auf 180° C vorheizen. Die Muffinbleche einfetten oder mit Backförmchen auslegen.

Nun die trockenen Zutaten aus der kleineren Schüssel zu den feuchten Zutaten geben und sanft unterheben.

Die Muffinformen nur zu 3/4 mit dem Teig füllen.

Bei 180° auf mittlerer Schiene 20 – 25 Minuten backen.

**Tipp:** Die Walnußhälften können nach dem Backen auf mit Schokoladenguß überzogene Muffins gesetzt werden. Natürlich sieht auch eine Kirsche als Dekoration gut aus.

Viel Freude beim Backen mit „KAISER-NATRON®“ und ein angenehmes Bauchgefühl nach dem Verzehr.

KAISER-NATRON®  
aus dem Hause HOLSTE  
erspart viele teure Spezialmittel!

KAISER-NATRON®  
gibt es als Pulver  
und Tabletten,  
erhältlich im Lebensmittelhandel  
bei den Backzutaten oder Gewürzen,  
in Drogeriemärkten  
und Apotheken.

Allgemeine Informationen  
und viele andere Anwendungshinweise  
über KAISER-NATRON® finden Sie  
im Internet.

Arnold Holste Wwe.  
GmbH & Co. KG  
33611 Bielefeld  
Sudbrackstraße 1-7  
0049 (0)521 520750  
Info@Holste.de  
www.Holste.de