

La cuisine est un domaine intéressant, car il y a une diversité de matériaux, d'appareils, d'objets et de salissures. Voici une proposition de parcours pour la nettoyer, que vous adapterez à votre intérieur.

Votre équipement :

- [le nettoyeur multi-usage](#),
- le produit à vitre,
- la poudre à récurer ou [la crème à récurer maison](#),
- le vinaigre blanc ou le savon noir pour le sol,
- [le baume pour inox](#),
- [le nettoyeur maison pour plaques de cuisson et évier](#),
- l'éponge spéciale salle de bains, avec une face grattante blanche,
- une dizaine de torchons propres en coton blanc,
- le plumeau en véritable plume d'autruche,
- le spalter ou la brosse de peintre pour les recoins,
- la brosse à dents,
- le couteau de peintre,
- le grattoir à vitre,
- le balai lave-sol
- une frange microfibre
- sans oublier l'accessoire indispensable : un tablier multi-poches contenir tout l'équipement que nous venons d'énumérer.

Démarrez votre circuit en partant de l'évier et traitez dans l'ordre :

Les éléments de cuisine

Levez les yeux et passez le plumeau sur le dessus et la façade de l'élément de cuisine.

Scrutez les traces de doigts, un pschitt de nettoyeur multi-usages, un coup d'éponge face grattante pour éliminer la trace, essuyez avec un torchon sec.

Un pschitt et essuyez le plan de travail. Faites tomber les miettes par terre, elles seront aspirées plus tard.

Ramassez au fur et à mesure dans un sac plastique que vous avez glissé dans votre tablier les débris que vous rencontrerez. Inutile de perdre du temps avec des aller-retour pour les jeter dans la poubelle.

Baissez-vous, un coup de plumeau et vérifiez la netteté de l'élément bas. Vaporisez/frottez/essuyez les traces de doigts.

Le lave-linge

Un pschitt de nettoyeur multi-usage sur le plan de travail sous lequel il est encastré, ou sur le dessus de la machine, un coup d'éponge face grattante. Essuyez.

Un pschitt sur le tableau de commande, raccrochez le nettoyeur multi-usage à votre tablier. Prenez la brosse à dent pour nettoyer les boutons, rangez-la. Essuyez.

Vérifiez la façade et ne la nettoyez que si elle est sale.

Le réfrigérateur

Passez le plumeau sur le dessus du réfrigérateur. Scrutez les traces de doigts, nettoyez-les.

Un pschitt de nettoyant multi-usage sur la poignée, quelques coups de brosse à dents, essuyez.

La tendance actuelle est aux éléments de cuisine en inox brossé. Le meilleur produit pour les nettoyer est le baume maison à base de vinaigre et d'huile d'olive. Secouez le flacon pour bien émulsionner le mélange, versez en quelques gouttes un torchon sec que vous étalerez sur l'inox. Ne vous inquiétez pas de voir des traces. Elles disparaîtront au lustrage : prenez un nouveau torchon propre et sec, frottez vigoureusement la surface dans le sens du grain, vos éléments en inox brossé seront magnifiques.

Ouvrez le réfrigérateur et passez un torchon humide sur le joint.

Le ménage courant ne comprend pas le nettoyage de l'intérieur du réfrigérateur, que vous trouverez également [ici](#).

Si toutefois vous souhaitez le faire, travaillez toujours du haut vers le bas, et avec les mêmes gestes vaporiser/frotter/essuyez.

Commencez par dégager l'étagère du haut. Si elle n'est pas pleine, poussez tout à droite, nettoyez la partie ainsi dégagée avec le nettoyant multi-usage, poussez tout à gauche, nettoyez la seconde partie, réorganisez l'étagère comme vous l'avez trouvée.

Si elle est pleine, videz-la entièrement. Un pschitt de nettoyant multi-usage en haut, au fond, à droite, à gauche et sur l'étagère. Frottez avec la face grattante et éventuellement la brosse. Utilisez le couteau à peintre pour décoller les résidus solidifiés, essuyez. Remettez le contenu de l'étagère à sa place.

Traitez ainsi toutes les étagères.

Retirez et videz le bac à légumes. Un pschitt à l'intérieur du bac, frottez, essuyez. La même chose à l'extérieur. Les parois du réfrigérateur étant encore accessibles, vaporisez/frottez/essuyez avant de glisser le bac à sa place.

Nettoyez de façon identique les étagères latérales une par une en commençant par le haut.

Terminez par l'intérieur de la porte.

Le buffet ou les étagères

Plusieurs méthodes de nettoyage sont possibles, selon les couches de poussière et de gras qui se sont déposées.

Si vous faites peu la cuisine, utilisez le plumeau. Déplacez le contenu de l'étagère ou posez le à terre, passez le plumeau, remettez le contenu à sa place.

Il y a juste une bonne couche de poussière, prenez alors un torchon humide mais encore propre.

Vous sentez sous le doigt que les étagères sont grasses, saisissez le nettoyant multi-usage, vaporisez /frottez/nettoyez.

Les pots à épices et objets divers

S'ils sont sales, les essuyer avec un torchon humide ou le plumeau et les reposer à leur place. Pas de microfibre qui perdrait ses propriétés au contact du gras. Plus rapide encore, les passer au lave-vaisselle s'ils le supportent.

Apprenez à soulever les objets de la main gauche, à vaporiser/frotter/essuyer de la main droite, et à reposer l'objet à sa place de la main gauche. Vous économiserez des minutes de travail.

Le petit électroménager sur l'îlot central

Débranchez les appareils, un pschitt de nettoyant multi-usage, nettoyez avec la face grattante de l'éponge et la brosse à dents, très pratique pour déloger les saletés autour des boutons, dans les rainures décoratives, etc., essuyez avec un torchon propre.

Avant de remettre les appareils à leur place, passez un coup de torchon humide sur le plan de travail. Envoyez les miettes par terre, elles seront aspirées plus tard.

Un coup de plumeau sur les éléments bas de l'îlot central et sur les tabourets qui l'entourent. Essuyez les traces de doigts.

Le four micro-onde

Mettez directement au lave-vaisselle le plateau en verre du four micro-onde s'il est sale. Prenez le nettoyant multi-usage, vaporisez/frottez/essuyez l'intérieur. Vaporisez l'extérieur, prenez la brosse pour nettoyer le tableau de commandes et les fentes pour l'aération, essuyez. Pour plus d'efficacité envelopper la brosse d'un coin de torchon quand vous essuyez les fentes et le tableau de commandes.

Si vous ne pouvez pas déplacer le four pour nettoyer le plan de travail, glissez un torchon humide sous l'appareil.

Voir également [ici](#).

Le four

Le ménage courant ne comporte que le nettoyage de la porte du four, intérieur et extérieur, ainsi que du tableau de commande. Vaporisez/frottez/essuyez ces parties.

Extérieur du four : prenez la brosse à dents pour nettoyer les boutons du tableau de commande, l'éponge pour le reste, un chiffon sec pour faire briller le tout.

Intérieur du four :

Vaporisez généreusement la vitre. S'il y a des projections d'aliments, les retirer avec le grattoir en tenant la lame bien inclinée par rapport à la vitre. Frottez avec la face grattante de l'éponge jusqu'à ce que vous constatiez de visu ou au toucher que toutes les salissures ont été parfaitement décollées. Essuyez soigneusement avec un chiffon propre.

La hotte

Passez le plumeau au dessus de la hotte. Vaporisez/frottez/essuyez la façade. Si la grille est sale, démontez la et passez la au lave-vaisselle.

Si malheureusement elle n'entre pas dans le lave vaisselle, ce sera la méthode nettoyant multi-usage et brosse à dents.

La plaque de cuisson

Saisissez le nettoyant multi-usage, vaporisez/frottez/nettoyez les parois qui entourent la plaque de cuisson.

Nettoyez la plaque de cuisson avec le produit maison à base de vinaigre. Il est d'une efficacité redoutable contre les projections d'eau de cuisson et de gras. Vaporisez généreusement et décollez les salissures solidifiées avec le couteau de peintre ou le grattoir pour les plaques en vitrocéramique en tenant toujours la lame inclinée, passez

soigneusement la brosse à dents autour des boutons et des plaques électriques. Prenez un chiffon propre et sec, essuyez et faites briller en commençant par le fond et en revenant vers vous. Dans cette étape, travaillez vite, avec des mouvements circulaires, repliez régulièrement le chiffon sur lui-même pour emprisonner les détritiques et un chiffon toujours sec, frottez jusqu'à ce que tout soit bien sec, si vous voulez avoir une plaque de cuisson étincelante. Au besoin changez de torchon, glissez le sale dans la poche de votre tablier destinée à cet effet.

La gazinière

Vous combinerez les techniques de nettoyage du four et des plaques de cuisson pour nettoyer la gazinière. N'oubliez pas ne vaporiser/frotter avec l'éponge et la brosse à dents/essuyer les faces intérieures et extérieures du couvercle.

Retour à l'évier

Vous voici arrivé au point de départ.

Saisissez le produit à vitre pour effacer les quelques traces de doigts et projection d'eau sur la fenêtre.

Nettoyez l'intérieur de l'évier avec l'éponge, la crème ou la poudre à récurer. Rincez à l'eau, vérifiez qu'il n'y a plus de produit.

Vaporisez l'extérieur avec la solution maison au vinaigre parfait pour dissoudre les traces de calcaire. Frottez avec l'éponge, face grattante, passez la brosse sur le robinet et autour de sa base. Essuyez avec le torchon.

Vaporisez/frottez/essuyez les portes de l'élément bas sur lequel est posé l'évier, que vous ouvrez et fermez continuellement, sans oublier de nettoyer les poignées avec la brosse à dent.

Nettoyez le plan de travail sur lequel est posé le bac à ménage. Remettez tous les produits, les torchons sales dans le bac, ne gardez que le vinaigre blanc ou le savon noir, sortez de la cuisine et déposez le bac à l'extérieur, prenez le balai lave-sol et la frange.

Le sol

Commencez par le balayer ou l'aspirer.

Remplissez l'évier d'un fond d'eau froide d'une profondeur de 2 cm. Versez un trait de vinaigre ou de savon noir, soit l'équivalent d'une cuiller à café.

Trempez la frange, essorez-la, videz l'eau de l'évier et rincez-le rapidement, puis passez la serpillière dans votre cuisine, en commençant par le fond pour terminer par la porte.

Même leçon en détail [ici](#).

Vous avez fini !

Essuyez l'extérieur de la poubelle avec un torchon humide, remettez la à sa place.

La frange sera lavée en machine.

N'oubliez pas de ranger le balai.

La Maison de Marthe et Marie