



Fondi di caffè: potenzialità e utilizzi Fondi di caffè: potenzialità e utilizzi

<http://impagine.it/wp-content/uploads/2014/12/life-style-fondi-di-caffel.m4a>

In Italia, si stima che ogni anno, ogni cittadino consuma 6 kg di caffè e getta altrettanti fondi di caffè nella spazzatura. Sapete quante **potenzialità e utilizzi** hanno i fondi di caffè e quale “tesoro” state buttando via? In un periodo difficile e di crisi come il presente, è davvero uno spreco non sfruttare tutte le possibili alternative e funzionalità che se ne possono ricavare. Ecco cosa ne possiamo fare (senza dimenticare il riciclo e l’aiuto all’ambiente che possiamo dare riducendo i rifiuti):

– **Per contrastare i cattivi odori**, i fondi del caffè sono ottimi per assorbirli: nel frigorifero basta porli in una tazza (da lasciare aperta) e lasciarli esprimere il loro aroma; per gli armadi, riempire dei sacchetti di stoffa asciutti (o dei collant vecchi) con i fondi e riporli all’interno per contrastare l’odore di chiuso. Se si preferisce, è possibile aggiungere qualche goccia di estratto di vaniglia per gli armadi e di olio essenziale alla menta per il congelatore, frigorifero e posacenere.

- **Per deodorare gli ambienti**, mischiare i fondi di caffè con un po' di acqua e cannella e lasciar vaporizzare il profumo a fuoco dolce.
- **Per i capelli**, strofinare i fondi dopo aver fatto lo shampoo e lasciar riposare per 10 minuti, risciacquare poi di nuovo con poco shampoo: potrebbe prevenire la forfora, la caduta dei capelli e donare lucentezza alle chioma castane.
- **Per le mani** in cucina, aiutano a togliere l'odore che lasciano aglio, cipolla e pesce: strofinare quindi le mani con i fondi e poi insaponarle.
- **Per il corpo**, fare uno scrub mescolando i fondi di caffè con qualche cucchiaino di olio d'oliva: la miscela ottenuta sembra sia un ottimo esfoliante naturale, nutriente, economico e biologico.
- **Per le cosce ed i glutei**, fare un composto anticellulite mescolando i fondi (finemente triturati) con 1 cucchiaino di bagno schiuma e 1 cucchiaino di acqua tiepida (si può aggiungere anche 1 cucchiaino di argilla verde ventilata): spalmare e massaggiare accuratamente, lasciando poi riposare per 10 minuti. Fare poi una doccia tiepida o fredda. Tutto ciò consente alle particelle della caffeina di penetrare in profondità nella pelle per favorirne elasticità e un colorito sano.
- **Per le piante**, usare i fondi come concime e fertilizzante, in quanto contengono importanti nutrienti come calcio, azoto, potassio, magnesio e altri vari minerali: è sufficiente mettere il fondo del caffè freddo nel vaso o direttamente sulla terra. Se si preferisce un fertilizzante liquido, aggiungere 2 tazze di fondi di caffè ad un secchio d'acqua, lasciar in infusione e spargere poi sulle piante da giardino e da vaso, soprattutto per nutrire le foglie.
- **Per allontanare gli insetti**, i fondi sono ideali perché essendo acidi, sono dei veri repellenti soprattutto per le

formiche e le lumache: spargendo un po' di polvere nei punti critici della casa, ove solitamente trovate gli insetti, questi dovrebbero tenersi lontani dalla vostra casa; lo stesso vale per il giardino: basta spargere i fondi sul perimetro e senza utilizzare pesticidi, lumache e chioccioline preferiranno stare alla larga.

– **Per lucidare pentole e bicchieri**, dopo il normale lavaggio, strofinarle per togliere la patina di minerali (non fatelo con i piatti perché rischiate di colorarli dove vi sono i consueti graffi).

– **Per eliminare le macchie** sui mobili e sui pavimenti, inumidire un panno, passarlo sui fondi e strofinare poi sulla macchia incriminata: pare che aiuti a farla scomparire facilmente anche se si tratta di macchie zuccherine date da sciroppi, bibite, etc. Con la polvere di caffè, è possibile anche togliere i graffi chiari sui mobili in legno

– **Per colorare i tessuti**, i fondi sono ideali perché sono in grado di conferire toni caldi ed effetto invecchiato anche ai filati. Se si aggiunge dell'acqua tiepida, il colore marrone che si ottiene può essere utilizzato anche **per lavori di decoupage** (al termine, asciugare sempre con phon, spazzolare via la polvere e fissare con stiratura a secco)

– **Per accendere il camino**, arrotolare dei giornali e cospargerli con la polvere dei fondi (combustibile perfetto); **per pulirlo**, buttare i fondi bagnati dentro il camino per tenere basse le polveri e pulire così facilmente

– **Per pulire gli scarichi di lavandini e water**, diluire i fondi con acqua: si prevengono anche i cattivi odori.

E non finisce qui! Grazie a recenti studi, infatti, scienziati spagnoli hanno scoperto che i fondi di caffè sono **ricchi di sostanze antiossidanti** e potrebbero essere utilizzati **per produrre integratori per la salute**. La maggiore quantità di antiossidanti si troverebbe nei fondi del caffè preparato con

capsule, filtri e l'espresso del bar, meno in quello della moka, ma comunque è di certo che siano una risorsa da sfruttare ancora e non da gettare direttamente nella spazzatura.