



Marc de café : 10 façons de l'utiliser

## Description

[vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

Le marc de café est ce qu'il reste des grains moulus de café après infusion, généralement dans l'eau chaude. Vous avez tendance à le jeter ? Et si je vous expliquais comment l'utiliser pour **en tirer le meilleur parti** ? Le recycler permet d'en profiter dans la salle de bains, la cuisine et même au jardin. En plus d'être **zero waste**, c'est écologique et permet de remplacer des produits chimiques que nous utilisons au quotidien. Pour les personnes qui ne consomment pas de café à la maison, de nombreux bars mettent à disposition gratuitement leurs restes de café. Suivez le guide !

[/vc\_column\_text][vc\_single\_image image= »2339? img\_size= »large » alignment= »center »][/vc\_column][vc\_row][vc\_row][vc\_column][vc\_column\_text]

## 1. Nettoyer les surfaces difficiles et fonds de casseroles

Le marc de café est une **substance acide et abrasive** sans être trop agressive. Utilisé en complément du liquide vaisselle classique (ou de **savon de Marseille** dans mon cas), il permet de venir facilement à bout de la graisse et des brûlures qui tachent nos plats et casseroles. Je l'utilise aussi pour nettoyer mon évier, qui redevient brillant en un clin d'œil. Attention, ne pas utiliser sur des surfaces poreuses, qui prendraient la couleur du café.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

## 2. Le marc de café neutralise les odeurs

L'une des nombreuses vertus du café est sa capacité à **annuler les odeurs**. En effet, c'est un allié de choix contre les odeurs désagréables : vous pouvez mettre du marc de café dans un petit pot dans le frigo ou en complément du savon pour se laver les mains après avoir coupé de l'ail ou de l'oignon... Vous pouvez même ajouter un peu de marc de café dans **votre shampoing** si vous travaillez dans un environnement à fortes odeurs (friture, etc). N'aviez vous jamais remarqué que de nombreuses

parfumeries proposent aux clients de sentir un petit pot de grains de café lorsqu'ils sentent différents parfums ? Cela permet d'annuler les odeurs et ainsi de mieux distinguer les suivantes.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

### 3. Rehausser le goût du chocolat

Le chocolat et le café son des saveurs qui se complémentent très bien, c'est d'ailleurs pour cette raison que souvent, le café est servi avec un carreau de chocolat. En ajoutant une cuillère à café de marc de café dans votre **pâte à gâteau au chocolat**, celui-ci sera subtilement mis en valeur. Vous pouvez aussi mettre un peu d'essence de café su vous n'avez pas de marc sous la main.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

### 4. Exfolier le visage et le corps

Grâce à son côté abrasif mais doux, c'est **un excellent exfoliant**. Pour le **visage**, on mélangera 1 à 2 cuillères à soupe de marc de café avec de l'huile végétale (amande, olive, coco...) avant d'appliquer le mélange sur la peau et former délicatement de petits cercles. Il faudra bien penser à rincer avec un gant de toilette. Pour le **corps**, on peut ajouter au mélange précédent une cuillère ou deux de sucre, ce qui rend le gommage plus abrasif. A appliquer sous la douche en formant des cercles et en massant, vous terminerez avec une peau de bébé ! En plus, on attribue au café des vertus anti-cellulite, alors pourquoi s'en passer?

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

### 5. Le marc de café pour embellir ses cheveux

Ces astuces sont à utiliser uniquement sur cheveux bruns. Le café a des vertus permettant l'accélération de la **pousse des cheveux** et leur **fortification**. Faites infuser 3 cuillères à soupe de marc de café (dans un filtre) dans de l'eau bouillante et laissez refroidir. Enlevez le marc de café et utilisez cette infusion comme dernière eau de rinçage des cheveux après le shampoing. Utiliser cette eau de rinçage une fois par semaine permettra aussi de ralentir la **perte de cheveux**. En plus, vos cheveux prendront au fur et à mesure de **jolis reflets**, car le café colorera légèrement vos cheveux.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

### 6. Assainir les canalisations

Grâce à ses nombreuses vertus, le marc de café permet de garder des **canalisations saines et sans odeurs**. En effet, mettre chaque semaine une cuillère à soupe de marc de café dans son évier permet de neutraliser les odeurs de canalisations et d'éviter la formation de bouchon en éliminant les graisses qui peuvent stagner dans les tuyaux.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

## 7. Le marc de café : un activateur de compost

Le marc de café permet d'**activer le compost**. En effet, les vers en sont particulièrement friands, et il ajoute des minéraux au compost. Il ne faut toutefois pas en abuser, au risque de tuer la faune du compost par « overdose ». En général, on recommande une proportion maximale de 10 à 20% de marc de café dans le compost.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

## 8. Nourrir les plantes

Le marc de café contient naturellement le l'azote, du potassium et des phosphates, qui en fait l'allié des plantes. A mélanger avec le terreau, il permettra donc que vos **plantes soient nourries** et en pleine santé ! Vous pouvez soit le mélanger à la terre, soit l'appliquer en surface et arroser par la suite, ce qui le fera descendre dans la terre au fur et à mesure. Attention tout de même, il ne faut pas en abuser, au risque de rendre la terre de vos plantes trop acide : 1 à 2 cuillères à café par pot de 20-25 cm de diamètre.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

## 9. Éloigner les nuisibles

En plus d'apporter de bons nutriments aux plantes, le marc de café permet d'en tenir les nuisibles à bonne distance : limaces, fourmis et mouches. La forte odeur du marc de café a en effet cet avantage d'éloigner les nuisibles de votre jardin et de votre maison.

[/vc\_column\_text][vc\_column\_text]

## 10. Les vertus anti-puces du marc de café

Le marc de café est aussi l'allié de votre compagnon à quatre pattes. En effet, c'est un très bon anti-puces. Il vous suffira, au moment du bain, de frotter délicatement la peau de votre animal avec du marc de café pour faire fuir les puces. Cela lui donnera en plus le poil brillant et évitera les odeurs de « chien mouillé ».

En bref, pensez-y à deux fois avant de jeter votre marc de café à la poubelle, celui-ci a de très nombreuses vertus et son utilisation permet de remplacer beaucoup de produits chimiques peu recommandés pour la nature. C'est l'un des top-produits pour commencer une démarche plus respectueuse de l'environnement et tendre vers le **Zero Waste**. Pour ma part, j'en suis particulièrement contente comme produit d'entretien pour la maison et comme exfoliant. Adieu gommages hors de prix avec les micro-billes de plastique qui polluent les océans et bonjour recettes maison prêtes en quelques secondes qui font du bien au corps et à l'environnement !

[/vc\_column\_text]/[vc\_column]/[vc\_row]/[vc\_row  
content\_placement= »middle »][vc\_column][vc\_separator color= »mulled\_wine » border\_width= »3?  
el\_width= »50?][vc\_column\_text]

## Pour lire plus de trucs et astuces

[/vc\_column\_text]/[vc\_column][vc\_column][vc\_masonry\_grid post\_type= »post » max\_items= »-1?  
style= »lazy » items\_per\_page= »4? show\_filter= »yes » element\_width= »3? gap= »10?  
orderby= »rand » item= »basicGrid\_NoAnimation » initial\_loading\_animation= »none »  
grid\_id= »vc\_gid:1587404036040-8eb0d63b-bc15-4? taxonomies= »111?  
filter\_source= »category »][/vc\_column]/[vc\_row]

### CATEGORY

1. Trucs et astuces
2. Zéro déchet

### POST TAG

1. beauté
2. entretien

### Categorie

1. Trucs et astuces
2. Zéro déchet

### Tags

1. beauté
2. entretien

### date créée

16/12/2019

### Auteur

admin