

Bien-être

Comment éviter les odeurs de cuisine ?



Quelques gouttes d'huiles essentielles éliminent les odeurs de cuisine dans la maison.

Photo : DR

JMN  
Libreville/Gabon

**Les odeurs de cuisine, vous connaissez ! Quand vous préparez un bœuf bourguignon, un Nyemboué ou des frites maison, elles empestent plusieurs heures, voire plusieurs jours, toute votre maison... Comment vous en débarrasser pour de bon ? En usant de nos cinq bonnes astuces piochées sur le site F&B !**

**VOUS** invitez vos proches pour le dîner. Durant l'après-midi, vous êtes en cuisine. Les légumes mijotent déjà dans la cocotte, le poisson dans le four et le dessert attend sagement d'être savouré au réfrigérateur. Vous vous en sortez comme un gant, excepté que vous n'avez pas pensé à faire fonctionner la hotte de la gazinière ou à ouvrir grand la fenêtre pour qu'il y ait un courant d'air. Résultat, il est H-1 avant que vos invités sonnent à la porte et de toute la maison émanent des odeurs des différentes cuissons. La faute à quoi ? Au trio des odeurs de friture, de mijoté de légumes qui se sont propagées bien plus loin que dans votre cuisine. Pour accueillir ses convives, on a vu mieux... Bonne nouvelle, il est encore temps d'appliquer plusieurs astuces, afin de vous débarrasser de ces mauvaises odeurs de cuisine ! Faciles et rapides à utiliser, cinq d'entre-elles vous sont listées ci-dessous !

**Astuce n°1 : faire bouillir**

**du vinaigre blanc dans une casserole**

Une bouteille de vinaigre blanc traîne dans l'un de vos placards ? C'est le moment de l'utiliser ! Le vinaigre blanc est le premier remède capable d'absorber les odeurs de toutes les préparations culinaires (friture, poisson, raclette...). Pour éliminer les mauvaises odeurs dans votre cuisine, faites bouillir plusieurs centilitres de vinaigre blanc dans une casserole non couverte. Les vapeurs qu'il génère les absorberont. Les odeurs dans les autres pièces de votre maison ? Éliminez-les en plaçant sur vos meubles plusieurs bols remplis de vinaigre blanc. Cette solution fonctionne également avec du citron additionné de clous de girofle ou de l'écorce d'orange avec de la cannelle. Portez à ébullition un fond d'eau dans une casserole avec le jus de deux citrons et 3 à 4 clous de girofle ou bien plusieurs écorces d'orange et 1 cuillère à soupe de cannelle en poudre. C'est fait ? Patientez quelques minutes et vos mauvaises odeurs seront éradiquées !

**Astuce n°2 : faites chauffer une tranche de pain dans un grille-pain**

Vous ne savez que faire de votre pain rassis ? Coupez-le en tranches et faites-le griller au grille-pain. Là encore, il absorbera les mauvaises odeurs... si et seulement si le grille-pain est arrêté à temps ! Il serait dommage de parvenir à vos fins en constatant désormais que votre maison sent le brûlé, non ? Laissez

juste dorer vos tranches de pain, c'est amplement suffisant !

**Astuce n°3 : parfumer les pièces avec des huiles essentielles**

Vous adorez les huiles essentielles ? Ça tombe bien, elles sont aussi connues pour éliminer les odeurs de cuisine. Inutile de sortir tous les diffuseurs d'huiles essentielles de vos placards, imbibez juste quelques cotons avec quelques gouttes d'huile essentielle (de lavande, de jasmin, de rose...) et placez-les dans plusieurs endroits (discrets) de votre maison.

**Astuce n°4 : utiliser du bicarbonate de soude dans la poubelle**

Après votre après-midi passé derrière les fourneaux, votre poubelle est archi remplie ? Vous n'avez pas encore eu le temps de la vider qu'elle cocotte un max' avant l'arrivée de vos invités ? C'est le moment de la changer et d'utiliser du bicarbonate de soude. Retirez le sac rempli de déchets et saupoudrez du bicarbonate de soude dans le fond de votre poubelle. Il vous suffit de replacer par-dessus un nouveau sac... et les mauvaises odeurs qui s'y émanaient auront disparu !

**Astuce n°5 : utiliser du marc de café dans l'évier**

C'est votre évier qui sent mauvais ou la tuyauterie est quasi bouchée ? Utilisez le fond de café restant de votre cafetière que vous avez utilisé pour le petit-déjeuner. Placez plusieurs cuillerées de marc de café

dans votre évier et faites couler de l'eau chaude par-dessus pendant plusieurs minutes. Ce procédé va décapoter votre évier et direc-

tement éliminer les mauvaises odeurs qui en émanent.

Notez aussi que le marc de café et le bicarbonate de soude peuvent également éradiquer les odeurs nauséabondes de votre réfrigérateur. Pour les supprimer, il vous suffit de verser l'un

des deux dans une petite coupelle et de la placer plusieurs heures à l'intérieur de votre frigo. Quand vous l'ouvrirez à nouveau, les odeurs de restes de nourriture ou de vieux morceaux de fromage ne vous causeront plus des hauts de cœur.

**Coin cuisine**

**Brochettes de crevettes au citron vert et au curcuma**

**Ingrédients :**

- 400 g de brochettes roses (cuites) décortiquées
- 1 citron vert
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café rase de curcuma
- 1 gousse d'ail
- sel, poivre

**Préparations**

Préchauffez le four à th.7 (210°C). Pelez la gousse d'ail. Dans une assiette creuse, mélangez l'huile avec le jus du citron vert, l'ail pressé et le curcuma. Prenez les crevettes et enfiler-les sur des pics en bois pour former des brochettes (au moins 3 ou 4 par pic, en fonction de la taille des crevettes). Passez les brochettes dans la préparation, de chaque côté, afin qu'elles soient bien enrobées. Couvrez la plaque de cuisson avec du papier sulfurisé. Déposez les brochettes dessus et faites cuire sous le grill durant 10 minutes en retournant à mi-cuisson. Servez chaud avec du riz.

Proposé par JMN



**DIRECTION GENERALE  
COMMUNIQUE**

(Portant Paiement des Pensions au mois de mars 2018 pour les retraités de l'Estuaire domiciliés à PosteBank)

La Caisse Nationale de Sécurité Sociale(CNSS) informe les retraités de la province de l'Estuaire régulièrement payés par le biais de la Postebank, que les pensions du mois de Mars 2018, seront payées à compter du 5 avril, de 7h30 à 15h00 ainsi qu'il suit :

- Ceux dont les montants sont inférieurs à 100.000 FCFA seront payés en espèces à la Direction Régionale de BIKELE et à l'Agence d'Owendo;
- Les autres pensionnés devront se rendre au Centre de Paiement chèques situé à l'immeuble "Batavés" à côté du siège de la CNSS.


A cet effet, les pensionnés se présenteront aux lieux sus indiqués munis de :

- ✓ Une pièce d'identité (Originale et Copie) en cours de validité (CNI, Passeport, Carte de Séjour) ;
- ✓ Un ancien bulletin de paiement.

**NB : Les récépissés des cartes nationales d'identité sans photo ne seront pas acceptés.**

Fait à Libreville le 27 mars 2018

P. Le Directeur Général  
P/O. Le Secrétaire Général



Arsène LEBRY MOUKANDJA

Notre ambition : mieux vous servir

1432  
01 79 73 06

Boulevard de l'Indépendance • B.P. : 104 Libreville - Gabon  
Tél : (+241) 01 79 12 00 • Fax : (+241) 01 74 64 25 • Centre d'appels : 9432  
www.cnss.ga • facebook : caissenationaledecuritesocialedegabon-officiel

