



# Apuntes de Jabones

Por Carmen Bocero Cantarero (14 de febrero 2013) Código131408GT080

## **Pasos para hacer cualquier jabón:**

- Pesar bien todos los ingredientes por separado.
- Echar la sosa al agua a la vez que removemos y la disolvemos bien, siempre con nuestros guantes y en un lugar aireado.
- Dejar enfriar la mezcla de sosa y agua.
- Echar esta agua en el aceite y remover con alguna espátula. Cuando nos cansemos le podemos meter la batidora y cuando este con la textura de la nata, antes de montar ( como una mayonesa clarita ) paramos de batir.
- Ponemos los colorantes,
- Ponemos las esencias, perfume de la abuela, lo que queramos ponerle para el olor.
- Echamos en un molde bien precintado para que nos cuaje y ya está.

## **Notas varias:**

Hay que tener en cuenta que si le ponemos aloe, chocolate, zumos, miel...lo que sea deberemos hacerlo cuando ya el jabón hay adquirido la textura esa de nata que dije antes.

También podemos cambiar el agua por té, café, leche, yoguort.... La leche y el yoguort es mejor ponerla congelada en cubitos ya que si no la sosa la quema y así se tarda más en hacer pero no la quema.

Una cosa que he hecho yo es coger menta o tomillo o laurel, romero de mi casa y hacer una infusión, esto lo he usado en lugar de agua y también funciona. Tengo que probar a hacer lo mismo con ortigas pero estoy esperando que crezcan un poquito. Las ortigas son antisépticas. También he sembrado manzanilla para hacerlo.

No os compliquéis mucho con los aceites, con usar el de coco, almendras y oliva ya está, luego ya depende de las formas, olores y colores que sean bonitos.

En cuanto a colorantes, excepto el amarillo de la cúrcuma y el azulillo de toda la vida, no sirven los colorantes alimentarios para el jabón de sosa. Si sirven estos colorantes para los de glicerina, pero estos es que no son muy creativos ni duros.

Una vez hecho el jabón debes esperar unos 15- 20 días para usarlo.

## **ACEITES Y ALGUNAS PROPIEDADES**

**Aceite de coco:** Indispensable en los jabones, por la dureza, la espuma, y la limpieza que aporta. Si se usa en el porcentaje adecuado hidrata, pero si usamos mucho, hace el efecto contrario, reseca muchísimo. Da jabones muy duros y que se disuelven muy bien. Solo debemos usar un 20% del total de los aceites que pongamos

**Aceite de oliva:** El mejor, para hacer jabón, es muy bueno por su poder hidratante, a la vez que no obstruye la piel sino que ésta puede respirar. Hace una espuma con burbujas pequeñas y densa y sobre todo es muy bueno para tratar la piel de bebés y pieles sensibles, este aceite con el de coco ( jabones Coco-Oliva ) es con el que mejor salen los jabones, porque el de coco ayuda a hacer espuma y el de oliva hidrata, no enrancia y además nosotros tenemos mucho , así que a aprovecharlo.

**Aceite de almendras :** Es bueno como relajante y suavizante de la piel, se usa para pieles quemadas por el sol, y es un buen reparador, las personas que tengan la piel grasa no deben poner mucho en el jabón.

**La manteca de cerdo:** Exclusivamente del cerdo. Su tacto es untuoso y recuerda al aceite de palma pero tiene un olor algo fuerte. Los jabones realizados con manteca son blancos, duros y bastante duraderos. Limpian bastante bien las manchas de la ropa y resultan suaves para la piel. Se puede usar hasta un 40% del total de los aceites.

## **RECETAS DEL TALLER Y UN TRUQUITO PARA APROVECHAR RESTITOS.**

### **⊕ Jabón oliva cuerpo**

- 1000gr. aceite oliva
- 129gr. sosa
- 331gr. agua
- Color+ esencias

### **⊕ Jabón oliva + coco**

- 800gr. oliva
- 200gr. aceite coco
- 134gr. sosa
- 344gr. agua
- Color+esencias

En este jabón se mezclan los dos aceites y se le echa el agua y la sosa y ya se hacen como todos.

### **⊕ Jabón oliva+manteca de cerdo**

- 800gr. oliva
- 200gr. manteca cerdo
- 120gr. sosa
- 324gr. agua
- Colorantes + esencias

Hay que meter la manteca de cerdo en el microondas y derretirla, se mezcla el aceite y la manteca derretida y se procede como siempre.

### **⊕ Jabón oliva + aloe**

- 538gr. oliva
- 135gr. coco
- 148gr. aloe
- 89gr. sosa
- 89gr. agua
- Colorantes+esencias

El aceite de coco y el de oliva se mezclan y ya después le echamos la sosa. El aloe se le pone cuando ya el jabón ha empezado a cuajar un poco.

### **⊕ Jabón café**

- 300gr. oliva
- 60gr. coco
- 50gr. aceite almendras
- 54gr. sosa
- 139gr. café hecho cargado
- 2 cucharadas de café molido

Mezclamos los 3 aceites y en esta receta se cambia el agua por el café, las dos cucharadas de café molido se echan cuando haya empezado a espesar el jabón.

### **⊕ Jabón para lavar**

- 2 litros de aceite de oliva usado y colado.
- 300gr. sosa
- 1litro agua.

### **⊕ Recetita del truquillo, gel de ducha muy fácil :**

- 66 grs. de jabón natural normal del que hemos hecho, o los restos
- 330 mls. de agua destilada ( la podemos coger del aire acondicionado).
- 30 mls. de aceite de almendras (opcional, para pieles secas).
- 20 gotas de aceite esencial ( de sándalo o jazmín van muy bien )

Rallamos o picamos el jabón, ponemos el agua templada y el aceite de almendras, con la batidora batimos hasta obtener el gel o jabón líquido, cada una lo pone más o menos espeso según gusto.



## Tiendas online para comprar los productos para hacer jabón y cremas de cosmética:

- + <http://www.jabonarium.com.es>
- + [http://www.manuelriesgo.com/areas\\_16.htm](http://www.manuelriesgo.com/areas_16.htm)
- + <http://www.cosmeticaoriental.com>
- + <http://aromaesencias.blogspot.com>
- + <http://www.atumaneramanualidades.com/tienda>

## Blogs de jaboneras /os:

- Elenm <http://entremiskosas.blogspot.com/>
- nutxi <http://potingesbioymas.blogspot.com/>
- DjNoviembre <http://lauraytelma.blogspot.com/>
- dormi2251 <http://tardesdejapon.blogspot.com/>
- mendru <http://mendrulandia.blogspot.com/>
- ufi <http://aquiconmiscosas.blogspot.com/>
- Clivia <http://jabonesclivia.blogspot.com/>
- Marina2 <http://muchoespumita.blogspot.com/>
- Xelene <http://sombradelmar.blogspot.com/>
- Yaori <http://yotambiensoymaruja.blogspot.com/>
- Maria <http://losjabonesdemaria.blogspot.com/>
- mandurina <http://hacermisjabones.blogspot.com/>
- nuriafatima <http://jabon-soap.blogspot.com/>
- eva1 <http://jaboneando2.blogspot.com/>
- amorin <http://casigalinesjaboniles.blogspot.com/>
- Cómicas: <http://manual069.blogspot.com.es/search/label/jabones>
- Sophias: <http://sophiascreatecep.jimdo.com/7%C2%BA-taller-tardes-de-jab%C3%B3n/>

