

Ma recette de base lavante multi-usages à l'huile d'olive saponifiée

Utilisable pour le corps, les
cheveux, le visage, la lessive
et même la vaisselle !



Quand on commence à créer soi-même ses produits cosmétiques et ménagers, on ne peut plus s'en passer !

Après le tuto pour le savon saponifié à froid et le tuto pour le baume de soin, je vous propose à présent ma recette de base lavante liquide à l'huile d'olive saponifiée.

Elle vous permettra de créer vos propres gels douche, shampoings, bains moussants, nettoyants visage, lessives et même du liquide-vaisselle ! Par sa grande douceur, elle convient à toutes les parties du corps (visage, hygiène intime ...)

Cette recette n'est pas recommandée pour les débutants car la saponification d'un savon liquide est beaucoup plus délicate et plus longue qu'un savon solide.

Je vous conseille de vous entraîner au préalable sur mon tuto de savon solide, afin de vous habituer à la manipulation de la soude et du mixer.

Vous pouvez imprimer ce tuto et le partager autant que vous le souhaitez à condition de citer sa source : <http://levraibinshotan.com>

J'ai longtemps cherché comment faire mon gel douche, car c'est plus pratique à utiliser que le savon en pain. J'ai d'abord utilisé des bases lavantes du commerces mais elles étaient vendues en bouteilles plastique. Puis j'ai utilisé du savon de Marseille en paillettes que je diluais, mais l'aspect gélifié me rebutait et ça encrassait ma baignoire. La fabrication était plus ou moins aléatoire : le savon en Marseille se solidifiait tellement que le gel douche devenait parfois inutilisable.

Et puis j'ai découvert la base lavante faite maison, et à présent je ne peux plus m'en passer. Son aspect est beaucoup plus joli que la dilution de savon de Marseille et sa qualité est largement meilleure.

En effet, cette recette de base lavante vous donnera un savon végétal 100 % naturel à l'huile d'olive. Elle ne contient donc ni huile de coco, ni huile de palme. Cette base lavante est beaucoup plus douce pour la peau qu'un savon de Marseille car elle est surgras à 11%.

La recette vous permettra de réaliser environ 1,5 L de base lavante : elle est donc très économique !

Je vous rappelle que je ne suis pas une professionnelle de la savonnerie et que je ne suis pas responsable de l'usage que vous ferez de ce tuto. C'est juste une recette personnelle que je voulais partager.

1) La pâte à savon

Pour obtenir un savon liquide, il va tout d'abord falloir fabriquer la pâte à savon, **autrement appelée « savon noir » ou « savon mou »**.

C'est une pâte de savon très concentrée que nous diluerons par la suite afin d'obtenir le savon liquide.



Si vous avez suivi mon tuto sur la saponification à froid, vous avez compris que pour faire un savon, il faut un corps gras + un corps alcalin. Dans le savon solide, nous avons utilisé l'huile d'olive comme corps gras et la soude comme agent alcalin.

Pour le savon liquide, nous allons remplacer la soude par la potasse. Elle est la base de **tous** les savons liquides du commerce et permet de transformer les huiles en savon. C'est à dire que même dans un savon bio, il y'a obligatoirement de la potasse.



Une fois le produit fini, la potasse disparaît puisqu'elle aura transformé toutes les huiles en savon liquide. Vous la retrouvez dans la composition INCI sous la forme « potassium.... » (par exemple : potassium olivate pour l'huile d'olive saponifiée, potassium cocoate pour l'huile de coco saponifiée).

Evidemment, à la fin de la recette, nous obtiendrons un savon, et la potasse aura totalement disparue.

Contrairement à la recette de savon solide saponifié à froid, nous allons ici procéder à une saponification à chaud. C'est la même

technique qui est utilisée pour produire les savons de Marseille liquides.

La seule différence, c'est qu'un savon de Marseille liquide contient en général très peu d'huile d'olive contrairement au savon de Marseille en pain qui en contient dans les 70 %.

Le savon de Marseille liquide contient malheureusement et beaucoup d'huile de coco, quand ça n'est pas de l'huile de palme.

Ici, nous allons réaliser un savon liquide 100 % huile d'olive bio, c'est à dire que la phase huileuse sera uniquement composée d'huile d'olive bio.

En effet, l'huile de coco et de palme viennent de loin et on peut très bien les remplacer par des produits locaux.

Cette base lavante est biodégradable et sans aucun danger pour l'environnement : elle ne rejettera pas de produits toxiques dans l'environnement et vous pourrez l'utiliser pour toute la famille.

2) Les ingrédients

Pour cette recette, j'ai utilisé le calculateur de Soapcalc qui est l'un des rare à fonctionner avec la potasse que j'utilise (potasse pure à 90%).

SoapCalc ©		Recipe Name:	New	INCI Names	Print Recipe	
Total oil weight	200 g	Sat : Unsat Ratio	17 : 83			
Water as percent of oil weight	30.00 %	Iodine	85			
Super Fat/Discount	1 %	INS	105			
Lye Concentration	41.061 %	Fragrance Ratio	31			
Water : Lye Ratio	1.4354:1	Fragrance Weight	6.20 g			
		Pounds	Ounces	Grams		
Water		0.132	2.12	60.00		
Lye - KOH 90% pure		0.092	1.47	41.80		
Oils		0.441	7.05	200.00		
Fragrance		0.014	0.22	6.20		
Soap weight before CP cure or HP cook		0.679	10.86	308.00		
#	✓	Oil/Fat	%	Pounds	Ounces	Grams
1	<input type="checkbox"/>	Olive Oil	100.00	0.441	7.05	200.00
Totals			100.00	0.441	7.05	200.00
Soap Bar Quality		Range	Your Recipe	Lauric	0	
Hardness		29 - 54	17	Myristic	0	
Cleansing		12 - 22	0	Palmitic	14	
Conditioning		44 - 69	82	Stearic	3	
Bubbly		14 - 46	0	Ricinoleic	0	
Creamy		16 - 48	17	Oleic	69	
Iodine		41 - 70	85	Linoleic	12	
INS		136 - 165	105	Linolenic	1	

La recette permet de réaliser environ 250 g de savon noir. soit environ 1,5 L de savon liquide neutre : elle est donc très économique.

Il vous faudra :

- 200 grammes d'huile d'olive bio
- 41 grammes de potasse pure à 90 %
- 60 grammes d'eau purifiée au Binchotan ou eau distillée
- 40 grammes de glycérine végétale (uniquement si vous voulez faire du gel lavant pour le corps ou les cheveux). Cela n'est pas nécessaire pour un savon noir ménager destiné à la vaisselle ou à la lessive.
- un mixer
- un saladier en verre ou pyrex (adapté au micro-onde) + couvercle (ou une cloche de micro-onde)
- une balance
- un mixer type « pied à soupe »

- une spatule
- deux ramequins + un récipient à bords hauts
- du papier PH
- un verre
- une cuillère à café

3) Préparation de la potasse et pesée des ingrédients

La potasse n'est pas facile à trouver. J'utilise une potasse pure à 90 % qui convient très bien pour mes recettes.

Elle vient du site « Art chimie ». Etant pure à 90 %, elle permet d'obtenir des savons liquides qui très surgras, puisqu'une partie des huiles ne sera pas transformée en savon. **Ici le savon liquide obtenu sera surgras à environ 11%.**

Je l'achète en seau plastique d'1kg, ce qui me permet de réaliser plus de ... 35 L de base lavante !

Contrairement à la recette de savon solide, la potasse est vendue en cristaux et n'est pas diluée au préalable. **Il va donc falloir la diluer vous-même.**

Ce n'est pas très compliqué, mais protégez-vous correctement les mains, les yeux ainsi que le plan de travail (pour cela, voir les précautions à prendre sur le tuto des savons solides).

Pesez les 41 grammes de potasse dans un ramequin et réservez-le.



Pesez ensuite l'eau purifiée au Binchotan ou déminéralisée dans un second récipient à bords hauts, afin d'éviter les projections, et réservez-le. Ensuite, versez la potasse dans l'eau (**jamais l'inverse**). Le mélange va chauffer, laissez le refroidir. Vous pouvez mélanger avec une cuillère en métal pour bien disperser les cristaux. Ca prend environ 10 minutes pour que tout soit bien fondu.

Pendant ce temps, pesez les 200 g d'huile d'olive, directement dans le saladier. Je n'ai pas fait de photo pour cette opération car elle est simple.

4) Fabrication du savon noir :

Une fois la potasse dissoute et refroidie, versez-la dans les huiles (**jamais l'inverse**).



Commencez à mixer avec votre mixer « pied à soupe », en faisant des pauses régulièrement pour ne pas que le mixer chauffe.



Début du mixage



Fin du mixage

En effet, contrairement aux savons à la soude, la « trace » est assez longue à obtenir avec les savons à la potasse. **Il va donc falloir voir armer de patience :)**

Pour cette recette, j'ai mixé pendant environ 15-20 min jusqu'à ce que le mélange prenne la consistance d'une crème anglaise fluide. S'agissant d'un savon 100 % huile d'olive, il est normal que la trace ne soit pas plus épaisse que cela. Néanmoins, le mélange ne doit pas déphaser. Il doit être bien lié.

-> Si vous fabriquez un gel lavant pour la toilette, il vous faudra ajouter 40 grammes de glycérine végétale à cette pâte de savon. Elle permettra d'accélérer la saponification et d'augmenter le pouvoir hydratant du savon. Versez-la dans le mélange, et continuez à mixer.



Ajout de la glycérine végétale dans la pâte à savon

Astuce : gardez les flacons de glycérine vides, ils seront parfaits pour stocker vos savons liquides.

Une fois que le mélange est bien stable et que la trace est visible, il va falloir cuire le mélange, puisque nous effectuons une saponification à chaud :)

Pour que cela aille vite et ne soit pas trop gourmand en énergie, je vous conseille la cuisson à basse température au micro-onde.

Certains le font au bain marie ou en mijoteuse, mais il vous faudra plus de 3 à 5 heures de cuisson ... Ici avec la version au micro-onde, on peut avoir du savon noir en moins d'une heure ! Je n'ai jamais testé ces modes de cuissons, aussi je ne pourrais pas les conseiller.

Placez votre saladier au micro-onde et couvrez-le avec une « cloche » ou un couvercle adapté à votre saladier.

Mettez-le à chauffer durant 3 minutes à environ 450 watts. Ensuite sortez-le sans vous brûler, et redonnez un coup de mixer.

Répétez l'opération plusieurs fois en alternant les cycles de cuissons et de mixage, jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse et translucide.



Pour ma part, j'ai effectué environ 7 cycles de 3 minutes chacun, à une puissance moyenne de 450 watts. J'ai parfois dû diminuer la puissance du micro-ondes à 200 voir à 100 watts, parce que ça débordait un peu. Néanmoins ce n'est pas grave, le mélange redescend comme un soufflé dès que je soulève la cloche du micro-ondes, donc je n'ai pas eu trop de pertes.

Les temps et puissances de cuisson peuvent varier selon les fours. Il faudra donc les adapter pour arriver au résultat final.

Attention : le mélange a tendance à vite mousser et à déborder, alors allez-y doucement. Il vaut mieux mettre le micro-ondes moins chaud et faire plus de cycles, plutôt que de voir tout le saladier déborder.

Surveillez bien votre mélangeur pour éviter de trop en perdre, et faites attention en le sortant car le saladier est parfois chaud.

Voici les photos des différentes étapes de ma cuisson au micro-ondes. N'hésitez pas à redonner un coup de mixer entre chaque étape en faisant attention de ne pas vous brûler. Quand le mélange est trop épais pour être mixé, utilisez une spatule.



Et voilà le fameux savon noir :



Quand le savon noir est prêt, prélevez-en l'équivalent d'une demi cuillère à café et diluez-la dans un verre d'eau chaude puis testez le PH de la solution : ici, il est à 7,5 ce qui est parfait. Le PH doit être compris entre 7 et 8.

Mes bandelettes PH viennent de chez Aromazone mais vous en trouverez des moins chères au rayon aquariophile des animaleries



Versez votre pâte à savon dans un bocal et laissez là reposer durant une nuit . A l'issue de cette phase de repos, vous pourrez utiliser votre savon noir pour réaliser la recette de lessive que je vous ai déjà partagé dans un précédent tuto (www.levraibichotan.com/gifts)

Vous pourrez aussi en diluer l'équivalent d'une cuillère à café dans 250 ml d'eau chaude pour obtenir un fabuleux nettoyant ménager dégraissant. Versez-le dans un pulvérisateur de récupération, il sera fabuleux, très efficace et totalement naturel.

Si vous souhaitez diluer le savon noir pour réaliser un gel douche, un shampoing ou un liquide vaisselle, alors la recette continue :)

5) Dilution du savon noir :

Pour réaliser un gel douche ou un liquide vaisselle, il va falloir diluer la pâte de savon concentrée pour obtenir une texture de gel.

Pour cela vous aurez besoin d'une casserole, d'une plaque de cuisson, d'une balance, d'eau purifiée au Binchotan ou déminéralisée, d'une cuillère, d'un grand bocal avec couvercle, d'un flacon de récupération, d'une fragrance (facultatif) et d'un conservateur type « cosgard » (facultatif).

Prélevez 100 grammes du savon noir réalisé la veille. Il devrait normalement avoir durci et être plus dur et friable. Gardez le reste en réserve pour re-fabriquer du savon liquide.

Il vaut mieux garder la pâte de savon noir en réserve et diluer uniquement la quantité suffisante pour un mois, au lieu de diluer de trop grandes quantités de savon liquide qui pourraient

mal se conserver. En agissant ainsi, vous n'aurez pas besoin de conservateurs. Si vous souhaitez préparer de grosses quantité de savon liquide à l'avance et le conserver, dans ce cas le conservateur sera nécessaire.



Notre savon noir a bien durcit

Versez les 100 g de savon noir dans une casserole et ajoutez 400 ml d'eau purifiée au Binchotan. Laissez le savon fondre dans l'eau pendant environ 20 minutes à puissance moyenne. Les morceaux vont fondre dans progressivement se dissoudre.

Attention : ne laissez pas le mélange mousser ni déborder.



Versez le savon liquide obtenu dans un bocal, fermez-le et laissez le bien refroidir .

Le savon va légèrement épaissir jusqu'à l'obtention d'une texture de sirop épais : votre gel douche est alors prêt à l'emploi.

Je vous conseille de le laisser reposer environ une semaine avant de l'utiliser, et de re-tester son PH avant utilisation : il doit être compris entre 7 et 8.

Quand votre gel douche aura reposé durant une semaine, vous pourrez alors le verser dans un flacon à pompe de récupération. Si vous en fabriquez de grandes quantités et que vous ne l'utilisez pas dans le mois qui suit, pensez à ajouter un conservateur type « cosgard » (soit 2,5 ml pour 400 ml de savon liquide).

Votre savon liquide neutre est prêt !

Vous pouvez l'utiliser tel quel en base lavante neutre afin de réaliser vos gel douche, shampoings, liquides vaisselle, nettoyant sol et surface ou encore pour la lessive.



S'il vous semble trop épais, n'hésitez pas à rajouter un à deux volumes d'eau selon votre convenance (vous rajouterez donc de 100 à 200 ml d'eau).

Pour ceux qui souhaitent en faire un gel douche aussi parfumé que ceux du commerce, il est possible d'ajouter une fragrance. Vous en trouverez sur des sites comme « Aromat'easy » .

J'utilise la fragrance « sous le soleil » car elle a la même odeur qu'un fameux gel douche à l'olivier de chez L*sh :)

Je peux ainsi fabriquer des litres de gel douche très doux pour la peau et sans tensioactifs de synthèse pour rien du tout :)

Comptez 3 à 5 ml de fragrance pour 400 ml de savon liquide.

Pour un usage en liquide vaisselle, il est préférable de ne pas parfumer le savon liquide avec une fragrance mais plutôt une huile essentielle de citron ou de menthe. Vous pouvez aussi le laisser nature.

Pour un usage en shampoing, je vous conseille de procéder à un rinçage avec une cuillère à soupe de vinaigre de cidre pour 10 volumes d'eau pour un meilleur démêlage.

Voilà, j'espère que ce tuto vous aidera à prendre soin de vous tout en préservant la planète.

N'hésitez pas à me faire part de vos réflexions ou commentaires.

Belle journée à tous :)

Paméla

Le vrai Binchotan