

Fiche recette



Zéro déchet

C'est pas si compliqué !

Réduire | Refuser | Réparer | Réutiliser

FABRIQUER SON LINIMENT OLÉO-CALCAIRE

Le liniment se trouve en pharmacie en France (il est par contre parfaitement inconnu dans d'autres pays, et notamment aux États-Unis). Produit indispensable dans la trousse de toilette de bébé (et de maman), le liniment oléo-calcaire est, comme son nom l'indique, un mélange d'huile d'olive et d'eau de chaux, une recette vieille comme le monde (ou presque) qui a fait ses preuves. Certes on en trouve facilement en pharmacie ou même en grandes surfaces, mais ces produits sont un peu travaillés (ajout de conservateurs, épaississants, etc.) et les prix sont très variables.

Alors pourquoi ne pas sauter le pas et le faire soi-même ? Rien de plus simple !

INGREDIENTS :

- 4 g de cire d'abeille bio
- 100 ml d'huile d'olive bio
- 100 ml d'eau de chaux

La recette traditionnelle recommande l'huile d'olive mais vous pouvez aussi utiliser d'autres huiles végétales (germe de blé, jojoba, amande douce ...) pour la fabrication de votre liniment.

REALISATION :

- 1- Mettez la cire dans un récipient résistant à la chaleur et que vous pourrez mettre dans une casserole d'eau pour faire fondre au bain-marie.
- 2- Ajoutez l'huile.
- 3- Dans un autre récipient avec un bec verseur, mesurez l'eau de chaux (manipulez-la avec précaution et hors de portée des enfants, et nettoyez immédiatement le récipient après usage pour éviter tout accident domestique).
- 4- Mettez le récipient d'huile et de cire dans une casserole avec un fond d'eau, amenez à frémissement, et laissez chauffer l'huile jusqu'à ce que la cire soit parfaitement fondue.
- 5- Éteignez le feu et, tout en gardant le premier récipient au chaud dans son bain-marie, versez l'eau de chaux en filet en fouettant continuellement pour bien émulsionner.

Fiche recette



Zéro déchet

C'est pas si compliqué !

Réduire | Refuser | Réparer | Réutiliser

- 6- Versez sans attendre dans un flacon propre et stérilisé (par exemple un flacon pompe avec un conduit assez large) et laissez refroidir complètement avant d'utiliser. En refroidissant, le liniment va durcir un peu, mais il suffira de secouer le flacon à la première utilisation pour lui redonner une consistance plus fluide.
- 7- Notez bien la date de fabrication sur la bouteille, et **utilisez dans le mois qui suit sa fabrication.**

Attention ! L'eau de chaux pure est corrosive, il faut donc la manipuler avec précaution et la tenir absolument hors de portée des enfants. Une fois en émulsion stabilisée avec l'huile d'olive, elle devient en revanche inoffensive. Il faut secouer le flacon soigneusement avant chaque utilisation pour les ré-émulsionner.

NOTES :

- Assurez-vous que tous les ustensiles et récipients que vous utilisez sont parfaitement propres afin que la conservation du liniment se fasse dans les meilleures conditions.
- Vous pouvez multiplier les quantités par 1,5 ou par 2, mais n'oubliez pas qu'il faut utiliser le liniment maison dans le mois qui suit sa fabrication.
- Comme pour tout produit cosmétique, avant la première "vraie" utilisation, appliquez-en une petite quantité dans le creux du coude ou derrière le genou, pour vérifier que ça ne provoque pas de mauvaise réaction cutanée.

