

Fiche recette



Zéro déchet

C'est pas si compliqué !

Réduire | Refuser | Réparer | Réutiliser

FABRIQUER UN SHAMPOING SOLIDE



Avant d'entamer la fabrication de votre shampoing solide, référez-vous aux trois fiches qui vous permettront de déterminer quelles huiles essentielles, huiles végétales et poudres utiliser dans votre recette, selon votre type de cheveux.

USTENSILES :

- Des moules en silicone
- 1 bol qui passe au bain-marie
- 1 mini-fouet en Inox
- 1 balance de précision (ou cuillère à café)
- 1 pilon ou mortier
- 1 spatule

INGREDIENTS :

- 50 g de tensioactif SCI
- 10 g de poudre minérale ou végétale de votre choix
- 20 g d'huile végétale ou de beurre de votre choix
- 15 g de solution aqueuse de votre choix
- 20 gouttes d'huile essentielle de votre choix (facultatif)



Fiche recette



Zéro déchet

C'est pas si compliqué !

Réduire | Refuser | Réparer | Réutiliser

RECETTE :

(Le temps de préparation est d'environ 20 minutes)

- 1- Dans un récipient allant au bain-marie, placez le tensioactif SCI, la ou les poudres, la phase aqueuse et les huiles végétales (et /ou beurres végétaux).

Petit conseil : Si vous utilisez des beurres ou des huiles solides à température ambiante (comme celle de coco), commencez par ne placer que ces huiles ou beurres au bain- marie et par les faire fondre avant d'y ajouter l'eau, les poudres et le SCI.

- 2- Faites chauffer doucement les ingrédients au bain-marie, pour ne pas altérer les actifs.
- 3- Remuez sans interruption avec une cuillère en bois, jusqu'à épaississement de la pâte. Aidez-vous du pilon pour que les grains du SCI fondent au maximum.
- 4- Quand vous commencez à avoir une pâte homogène, retirez-la du bain-marie et malaxez-la bien avec vos doigts.
- 5- Laissez votre boule de pâte refroidir un peu, puis creusez un petit puits en son milieu pour déposer les huiles essentielles (facultatif).
- 6- Recommencez à pétrir votre pâte, pour répartir les HE de façon homogène.
- 7- Remplissez vos moules en silicone avec la pâte, avant qu'elle ne refroidisse trop. Tassez bien pour remplir les moules, et lissez le dessus avec une spatule.
- 8- Laissez le mélange refroidir à température ambiante pendant 1 journée.
- 9- Démoulez vos pains, puis laissez-les sécher à l'air libre quelques jours de plus.

Votre shampoing solide est prêt à être utilisé !

PRÉCAUTIONS : toute préparation avec des huiles essentielles est à utiliser avec précaution. Ne dépassez jamais les doses indiquées. Certaines HE sont potentiellement allergènes, faites donc un test avec une goutte d'HE mélangée à un peu d'huile végétale dans le pli du coude et attendez quelques heures avant toute utilisation dans vos cosmétiques. Demander conseil à un naturopathe ou un pharmacien.