

Vorwort .....	7
Geschichtliche Entwicklung der Seifenherstellung .....	8
<b>Grundlagen: Naturseife sieden .....</b>	<b>9</b>
Was ist Seife? .....	10
Die Unterschiede von Kernseife, Feinseife und Naturseife .....	12
Naturseifen und ihre Wirkung auf die Haut .....	14
Fachbegriffe aus der Seifenküche kurz erklärt .....	15
Natriumhydroxid .....	15
Verseifung .....	15
Verseifungszahl .....	15
Überfettung .....	17
Seifenleim .....	18
Marmorierung .....	18
Gelphase .....	18
Verseifungsverfahren: kalt (CP) und heiß (OHP) .....	19
Isolieren .....	20
Reifezeit .....	20
Sodaasche .....	21
Kalkseifen .....	21
Wichtige Instrumente: Seifenrechner .....	22
Berechnung der Laugenmenge .....	22
Berechnung der Wassermenge .....	23
Die Qualität der Seife .....	25
Berechnung der Seifeneigenschaften .....	26
Rohstoffe für Naturseifen und Badekosmetik .....	29
Pflanzenöle .....	29
Duftstoffe .....	44
Farbstoffe .....	47
Milch und Milchprodukte .....	50
Pulvriges und Körniges .....	52
Emulgatoren .....	56
Tenside .....	58
Weitere feine Zutaten für Seifen .....	60
<b>Die Praxis: Seifenherstellung im Detail .....</b>	<b>63</b>
Arbeitsgeräte und Zubehör für die Seifensiederei .....	64
Sicherheitshinweise .....	70
Anleitung: Seife sieden im Kaltverfahren (CP) .....	71

Anleitung: Seife sieden im Heißverfahren (OHP) .....	77
Tipps und Tricks .....	82
Seife einschmelzen .....	85
Naturseife richtig verpacken, lagern und pflegen .....	86

## **Seifenrezepte .....** 89

Grundrezept .....	90
Seifen mit Blüten und Kräutern .....	91
Seifen mit Früchten und Gemüse .....	98
Seifen mit Milch und Sahne .....	104
Seifen mit Honig .....	108
Seifen mit Seide .....	111
Spezialseifen .....	114
Die Klassiker .....	121
Themenseifen: Jahreszeiten .....	124
Tipps für eigene Rezeptideen .....	129
Seifenreste: Das kann man alles daraus machen! .....	130

## **Duftende Badekosmetik .....** 133

Produktbegriffe kurz erklärt .....	134
------------------------------------	-----

## **Rezepte für bunte Badekosmetik .....** 139

Duftende Badeöle .....	140
Stück für Stück ein Genuss – feste Badeöle .....	145
Baden mit Milch und Salz .....	148
Lustige Sprudelbäder .....	149
Üppige Schaumbäder .....	151
Häufig gestellte Frage: Darf ich meine selbst gemachten Seifen und Badekosmetika verkaufen? .....	153

## **Tabellen .....** 154

Tabelle 1: Fettsäuren im Überblick .....	154
Tabelle 2: Verseifungszahlen der Pflanzenöle .....	156
Tabelle 3: Eigenschaften der Pflanzenöle in der Seife .....	157

## **Anhang .....** 158

Bezugsquellen .....	158
Literatur .....	159
Internetadressen .....	160

Anleitung: Seife sieden im Heißverfahren (OHP) .....	77
Tipps und Tricks .....	82
Seife einschmelzen .....	85
Naturseife richtig verpacken, lagern und pflegen .....	86
<b>Seifenrezepte .....</b>	<b>89</b>
Grundrezept .....	90
Seifen mit Blüten und Kräutern .....	91
Seifen mit Früchten und Gemüse .....	98
Seifen mit Milch und Sahne .....	104
Seifen mit Honig .....	108
Seifen mit Seide .....	111
Spezialseifen .....	114
Die Klassiker .....	121
Themenseifen: Jahreszeiten .....	124
Tipps für eigene Rezeptideen .....	129
Seifenreste: Das kann man alles daraus machen! .....	130
<b>Duftende Badekosmetik .....</b>	<b>133</b>
Produktbegriffe kurz erklärt .....	134
<b>Rezepte für bunte Badekosmetik .....</b>	<b>139</b>
Duftende Badeöle .....	140
Stück für Stück ein Genuss – feste Badeöle .....	145
Baden mit Milch und Salz .....	148
Lustige Sprudelbäder .....	149
Üppige Schaumbäder .....	151
Häufig gestellte Frage: Darf ich meine selbst gemachten Seifen und Badekosmetika verkaufen? .....	153
<b>Tabellen .....</b>	<b>154</b>
Tabelle 1: Fettsäuren im Überblick .....	154
Tabelle 2: Verseifungszahlen der Pflanzenöle .....	156
Tabelle 3: Eigenschaften der Pflanzenöle in der Seife .....	157
<b>Anhang .....</b>	<b>158</b>
Bezugsquellen .....	158
Literatur .....	159
Internetadressen .....	160