

Amélie Boué

Seifen

– selber machen –



Amélie Boué
Mit Fotografien von Olivier Prawert

Seifen – selber machen –

Für Gesicht, Körper, Haare,
Zähne und Rasur



Bassermann

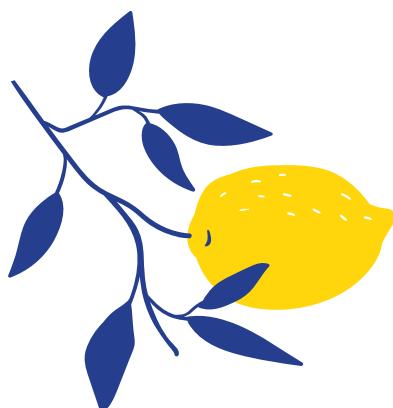


Inhalt

Vorwort	7
---------------	---

Seife selbst herstellen

Was ist Seife?	11
Seifenherstellung? Alles nur Chemie!.....	11
Die Geschichte der Seife	11
Die verschiedenen Seifenarten	12
Seifenherstellung nach dem Kaltverfahren	12
Die Vorteile von Seife im Vergleich zu anderen Produkten	14
Was kommt in meine Seife?	15
Die Grundstoffe	15
Die Zusatzstoffe	16
Los geht's!.....	22
Was Sie brauchen.....	22
Ihre Sicherheit	23
Eigene Rezepte kreieren	24
Die Anleitung Schritt für Schritt.....	28
Der Schlüssel zum Erfolg.....	34



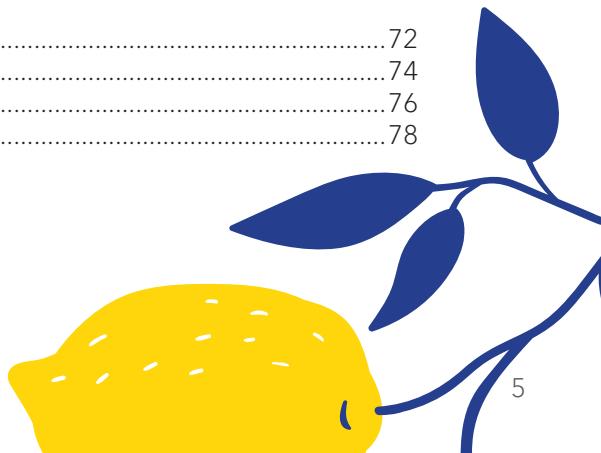


Seifenrezepte

Reine Olivenölseife	38
Sanfte Mandelseife	40
Ein Traum in Grün.....	42
Honig und Bienenwachs	44
Meeresbrise	46
Lust auf Lavendel	48
Vitamine tanken.....	50
Wie ein Sommergarten	52
Kaffeepeeling.....	54
Kohlrabenschwarz	56
Mikro- und Makroalgen	58
Die Extraption Milch	60
Beruhigende Calendula	62
Schokogenuss pur	64
Aus dem Kräutergarten	66
Zweierlei Tonerde	68

Anhang

Glossar	72
Häufig gestellte Fragen	74
Weiterführende Tipps.....	76
Register.....	78







Vorwort

Mit dem Seifemachen habe ich vor nun fast zehn Jahren angefangen – mithilfe eines Buches. Ich wusste damals nicht, ob es mir Spaß machen würde, aber ich hatte mich entschlossen, für meine Haut und Haare keine chemikalienhaltigen Produkte mehr zu verwenden. Außerdem wollte ich eine dauerhafte Umstellung. Ich achtete damals bereits auf eine gesunde Ernährung, und es war für mich der natürliche nächste Schritt, nun auch die Pflegeprodukte zu hinterfragen, die ich damals benutzte.

Ich begann also, mich zu informieren. Ich besorgte mir Literatur zum Thema und studierte die Inhaltsstoffe auf den Etiketten. Für mich wurde dabei immer klarer, dass es an der Zeit war, etwas grundlegend zu verändern. Ich wollte von nun an die Produkte, die ich brauchte oder die mir wichtig waren, selbst herstellen.

Gewappnet mit dem besagten Buch entdeckte ich die Welt der Seifenherstellung nach dem Kaltverfahren. Das war gar nicht so schwierig wie ich gedacht hatte, daher haben mich diese ersten Erfolge darin bestärkt, weiterzumachen.

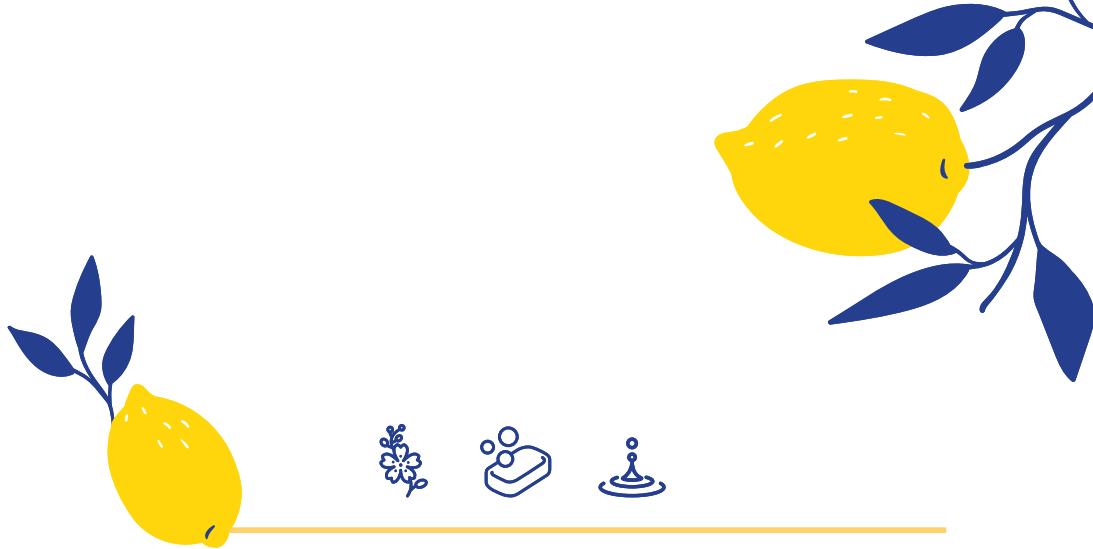
Inzwischen bin ich seit Jahren meine eigene Seifenproduzentin. Mein Wunsch ist es, nun Ihnen eine Hilfe zu sein. Ich möchte Ihnen zeigen, was für eine tolle Sache die Herstellung von Seife nach dem Kaltverfahren ist.

Es war mir eine besondere Freude, bei diesem Buch mit Olivier als Fotograf zusammenzuarbeiten, und ich hoffe, dass das Ergebnis, das Sie nun in Händen halten, auch Ihnen viel Freude bereitet. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß – und viele schöne Seifen!

Amélie Boué





Seife selbst herstellen

