

CLAUDIA KASPER

Naturseife

Die Herstellung
feiner Pflanzenseifen
in der eigenen Küche

freya



646.7

Inhalt **Naturseife**

Die Herstellung feiner Pflanzenseifen in der eigenen Küche

Naturseifenherstellung nach dem Kaltverfahren 9

Aufgeschäumt.....	9
Seifensieden als kreatives Hobby:.....	13
Arbeitsgeräte und Zubehör.....	15
Wissenswertes über die Lauge.....	21
Einkauf, Lagerung, Haltbarkeit.....	22
Erste Hilfe.....	23
Herstellung Schritt Für Schritt.....	24
Öle, Fette und Pflanzenbutter.....	35
Verseifungstabelle.....	54
Die Flüssigkeitsmenge bestimmen.....	58
Flüssigkeiten zum Anrühren der Lauge.....	60

Seifenformen 63

Der Duft der Seife 68

Ätherische Öle..... 74

Die Kunst des Mischens von Düften..... 99

Über die Farbe der Seife..... 104

Kräuter und Pflanzen in den Seifen..... 108

Weitere Zutaten..... 120

Rezepte für hausgemachte Naturseife..... 129

Einfache Pflanzenseife, kleine Menge..... 130

Basisrezept mit Kakaobutter, große Masse..... 131

Preiswerte Pflanzenseife..... 132

Reine Pflanzenseife, Basisrezept..... 133

Altwiener Kokosölseife mit Lanolin..... 134

Honigseife Einst und Heute..... 135

Honigseife mit Bienenwachs..... 135

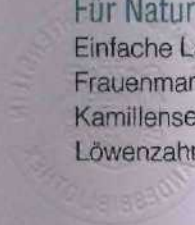
Für Naturverbundene: Kräuterseifen..... 136

Einfache Lavendelseife..... 137

Frauenmantelseife mit Weizenkeimöl..... 138

Kamillenseife mit Bienenwachs..... 139

Löwenzahnseife mit Macadamiaöl & Frauenmantelkraut..... 140





Ghassoul-Kapuzinerkresseseife mit Karité	142
Ringelblumenseife mit Sheabutter und Weizenkeimöl	143
Rotbuschteesoife mit Heilerde und Rosenblättern.....	144
Fußbadeseife mit Luffa	145
Fichtennadelseife mit Wascherde	147
Salbei-Rosmarinseife mit Olivenöl	148
Teebaumölseife mit Petersilie und Weizenkeimöl.....	149
Teebaumölseife mit Lavendel- und Distelöl.....	150
Schafgarbenseife mit Heilerde und Honig	151
Seetangseife mit Meersalz	152
Wiesenkräuterseife mit Bienenwachs.....	153
Zitronen-Melissenseife mit Mandelöl.....	155

Für ALLE, die es cremig lieben: Milchseifen

Ringelblumen- Milchseife.....	157
Kokosmilchseife	158
Sojamilchseife mit Honig und Nüssen.....	159



Joghurtseife mit Bananen.....	160
Macadamia-Mandelmilchseife	161
Hafer-Schafmilchseife mit Lanolin	162
Ziegenmilchseife mit Mandelöl.....	163
Ziegenmilchseife mit Schlag	164
Karotten-Milchseife mit schwarzem Sesam	165

Für mehr Farbe im Badezimmer: Konfettiseifen.....

Blaue Badeseife	167
Bunte Konfettiseife	168
Barfuß	169
Seifenblock Peppermint Twist	170
Kräuterstückchen mit Avocadoöl	172

Für Männer und Frauen: Rasierseifen

Einfache Rasierseife mit Kaolin	174
Rasierseife mit Mandelöl	175
Wiener Rasierseife mit grünem Ton, kleine Menge	176
Rasierseife mit Reiskeimöl und Seide	177

Für Hobbyköche: Küchenseifen

Kaffeeseife »Maria Theresia«	179
Kaffeeseife mit Mandelöl	180

Für Puristen: reine Olivenölseife	181
100 % Olivenölseife.....	181
Avocado-Olivenölseife	182
 Olivenölseife »Kräuterduft«.....	183
Honig-Obers-Olivenölseife mit Hafer.....	184
Olivenölseife mit Rotem Ton.....	185
Sholivia.....	186
Cocolivia.....	187
Einfache Oliven-Kokos Seife	188

Babyseifen	189
Babyseife mit Kamillentee und Mandelöl, unbeduftet.....	190
Babyseife mit Sheabutter und Kakaobutter, unbeduftet	191

Für Unkomplizierte: Shampooseife	192
Shampooseife mit Kräutern, für leicht fettendes Haar	193
Rosmarin-Lavendel Shampooseife für normales Haar.....	194



Gärtnerseifen	196
Gärtnerseife.....	196
Kräuterpeelingseife	198
Lavendel-Pfefferminzseife mit Kakaobutter.....	199
Gurkenseife mit Basilikum.....	200
Karottenseife mit Petersilie	202
Hafer-Aloeseife mit bunter Tonerde.....	203

Luxus im Alltag: exquisite Seifen	204
Gewürzseife Sansibar	206
Seidenseife.....	207
Zitronenseife mit Seide und Karité	208
Luxus Seife »natur«.....	210

Für ALLE: Seifen zum Geniessen	211
Reines Gewissen.....	211
Vanilleseife mit Honig	212



Neu-Wiener Duftseife	213
Patchouliseife.....	214
Rotweinseife mit Zimt.....	215
Honig-Indigo Seife.....	216
Schoko-Vanille mit Obers (Sahne).....	217

Seifenbälle aus alter und neuer Zeit.....	218
Frangipani Seifenkugeln.....	219
Waschbälle mit Lavendel und Hafer	219
Waschbälle mit Rosen und Mandelkleie	220
Gewürzkugeln mit Orangenschale.....	220
Vanille-Milchkugeln mit Kakaobutter	221
Bergamott-Seifenkugeln mit Honig	221
Zitronenwaschbälle	222
Cremewaschbälle.....	222
Haushaltungsseife aus Abfällen.....	223
Geschichte des Kaltprozesses	224



Aspekte der Leidenschaft..... 225

Wegweiser für die ersten eigenständigen Experimente	227
Tipps zur Zutatenauswahl für persönliche Shampooeseife	228
Beispielrezepte.....	230
After-Eight.....	233
Avocado-Zitronengras Seife.....	234
Gurken-Buttermilchseife.....	234
Hafer-Honigseife.....	234
Joghurtseife.....	235
Lavendelseife mit Weizenkeimöl	235
Pflegeseife mit Seide, extramild.....	235
Rosmarin-Eukalyptus Seife.....	236
Schokoriegel.....	236
Waldviertler Mohnseife	236

Verpacken und Aufbewahren..... 237

Resteverwertung	239
Putzseife durch Aussalzen	239
Gute Seife für hartes Wasser.....	240
Seife aus dem Backrohr	241

Troubleshooting..... 243

Übersichtstabelle Wichtigste Fettsäuren verschiedener Pflanzenöle und Pflanzenfette.....	253
Bibliographie/Tipps zum Weiterlesen.....	254
Seifen im Internet, Online Einkaufen, Impressum	256