

C'EST NOUS LES CHEF.FES

AVRIL 2023

Cosmétiques maisons

Baume à lèvres

Savon pour les mains

(Bonus : recette de crème après-soleil pour cet été)

Baume à lèvres

pour 10g

Ingrédients

- **3,5 g de beurre de cacao**
- **2 g de cire d'abeille**

- **2,5 g d'huile d'argan**
- **2g d'huile d'abricot**

1. Faire fondre le beurre et la cire dans le bol au bain-marie.
2. En dehors du feu, ajoutez les huiles et mélangez avec le mini-fouet en inox.
3. Versez immédiatement la préparation encore liquide dans le moule en silicone à l'aide de la spatule. Attention, elle se solidifie rapidement !
4. Placez au réfrigérateur pendant au moins 1h, puis démoulez.

Savon pour les mains

Pour fabriquer un flacon de 500 ml de votre savon liquide maison, vous aurez besoin des éléments suivants :

Ingrédients

- **500 ml d'eau chaude**
- **35 g de savon de Marseille véritable**
- **5 g de cire d'abeille jaune**
- **3 cuillères à café de miel**
- **2 cuillères à café d'huile végétale au choix (coco, macadamia, amande douce, olive, avocat)**
- **5 gouttes d'huile essentielle de tea tree (facultatif)**
- **deux casseroles**
- **un entonnoir ou une bouteille coupée**
- **une râpe**
- **une cuillère, de préférence en inox**
- **un mini-fouet**
- **un flacon pompe**

Avant de commencer à préparer votre savon, lavez-vous les mains et désinfectez votre plan de travail avec de l'alcool à 70 °C ou 90 °C, ainsi que vos ustensiles de cuisine en les faisant bouillir dans l'eau pendant dix minutes. Toute préparation cosmétique maison doit faire l'objet de mesures d'hygiène basiques, mais très importantes pour la qualité et la conservation de votre produit.

Procédez ensuite ainsi :

- Portez les 500 ml d'eau à ébullition dans une casserole.
- Pendant ce temps, râpez votre savon de Marseille. Si vous souhaitez passer cette étape, sachez que vous pouvez trouver du véritable savon de Marseille en copeaux.
- Faites fondre à feu très doux, dans une deuxième casserole, vos trois cuillères à soupe de miel.

- Quand l'eau bout, ôtez la casserole du feu et versez-y progressivement, tout en mélangeant énergiquement à l'aide du mini-fouet, les copeaux de savon de Marseille et la cire d'abeille.
- Ajoutez ensuite le miel, l'huile végétale de votre choix et les gouttes d'huile essentielle de tea tree.
- Fouettez énergiquement puis, quand le mélange est bien homogène, laissez-le refroidir.
- Quand votre savon liquide est froid, versez-le dans le flacon pompe (idéalement un flacon de récupération ou un flacon en verre) à l'aide d'un entonnoir ou d'une bouteille coupée en deux.

Votre savon est prêt et peut être conservé pendant environ un mois, à l'abri de la lumière (choisissez de préférence un flacon pompe opaque) et de la chaleur. Le savon est toujours très liquide, mais il se compacte un peu les jours qui suivent.

Une crème après-soleil

3 c. à soupe de beurre de karité
 3 c. à soupe de gel d'aloé vera
 2 c. à soupe d'huile d'olive
 2 c. à soupe d'huile de coco
 10 gouttes d'huile essentielle de lavande

1. Faire fondre le beurre de karité et l'huile de coco.
2. Incorporer les autres ingrédients et bien mélanger.
3. Mettre au réfrigérateur à la fois pour : raffermir la texture, le bénéfice d'un produit froid à appliquer et pour le conserver pendant quelques jours.