

# Seife - ein Grundrezept für jedermann!

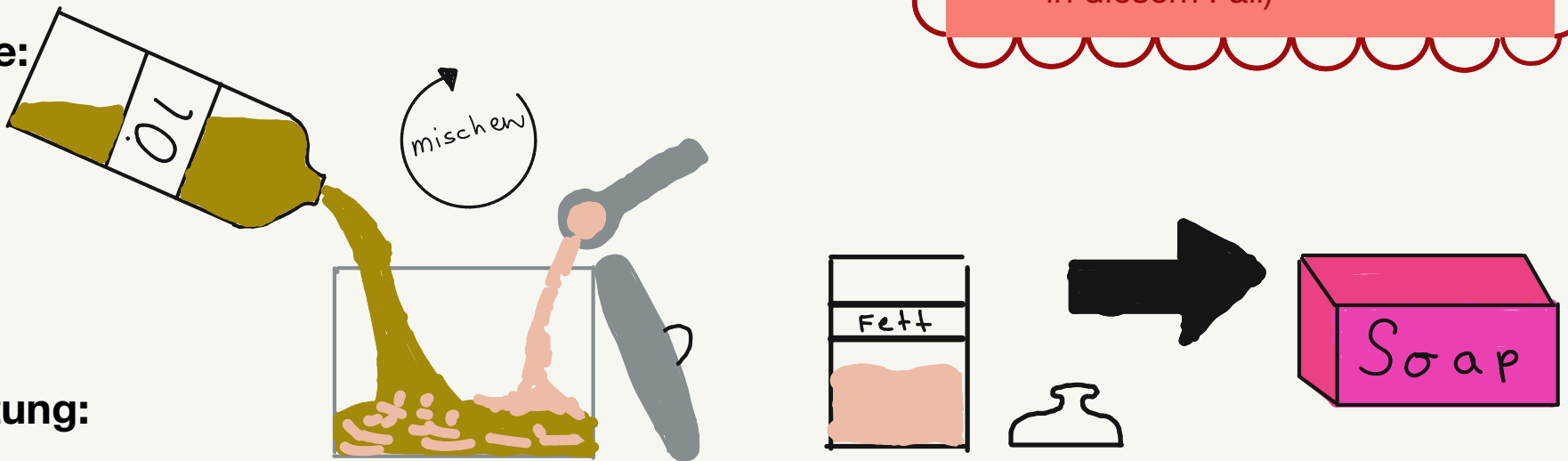
## Basisrezept für 250g Seife:

- 62g Kokosöl
- 37g Sheabutter
- 62g Rapsöl
- 87g Olivenöl
- 34g Natriumhydroxid (NaOH)
- ca. 1/3 (55g) der Seifen-Gesamtmasse Wasser
- ca. 3% Ätherisches Öl mit deinem Lieblingsduft
- evtl. etwas Seifenfarbe, Kräuter oder Blüten

### Tipps:

- um das NaOH auszurechnen, kannst du einen Seifenrechner benutzen ;)
- die Wassermenge zum anrühren der Seifenlauge richtet sich nach der Gesamtmenge der Seife, die du herstellen möchtest und beträgt hier etwa ein Drittel (also circa 55g für 250g Seife in diesem Fall)

## Skizze:



## Anleitung:

1. Ziehe Handschuhe, Schutzbrille und geeignete Kleidung an. Öffne am besten das Fenster, damit du die Dämpfe nicht direkt einatmest.
2. Wiege das berechnete NaOH in einer kleinen Schüssel ab und stell die erforderliche Menge Wasser bereit.
3. Gib das NaOH unter stetigem Rühren in mehreren Portionen langsam ins Wasser (nicht umgekehrt!). Achtung: Die Lauge kann sehr heiß werden und Temperaturen von bis zu 90°C erreichen!
4. Wenn du alles miteinander vermischt hast, kannst du die Lauge beiseite stellen und abkühlen lassen.
5. Nun musst du die abgewogenen Öle und Fette in einen Topf geben und langsam schmelzen lassen. Dabei die festen Fette zuerst in den Topf geben, damit die flüssigen Fette die Temperatur wieder etwas senken können.
6. Wenn alles eine Temperatur von ca. 30°C erreicht hat, kannst du die Fette vorsichtig mit der noch warmen Seifenlauge vermengen bis eine homogene Masse entsteht. Lass sie anschließend noch einmal abkühlen, indem du die fertige Lauge durch ein kleines Sieb in den Topf mit den geschmolzenen Fetten gießt.
7. Jetzt kannst du Duft und ggf. Farbe oder andere Deko hinzufügen.
8. In der Zwischenzeit die Formen oder eine große Kastenform mit einem Backpapier auslegen, damit du die flüssige Seife direkt hineingießen kannst.
9. Die Seife ein paar Tage trocknen lassen, aus der Form nehmen und noch einmal etwa vier Wochen lang „reifen“ lassen. Je länger die Seife ruht, bevor du sie benutzt, desto milder wird sie.