

NaturalLifeStyle

Il tuo sapone naturale

Metodi e consigli pratici

Quarta edizione

**Marina Tadiello
Patrizia Garzena**

EDIZIONI
FAG
MILANO



Sommario

INTRODUZIONE 11

Parte 1 - Il sapone: storia, ingredienti, attrezzature

CAPITOLO 1 - ALLA SCOPERTA DEL SAPONE..... 15

- 1.1 Che cos'è il sapone..... 16
- 1.2 C'è sapone e sapone..... 16
- 1.3 La storia: dai Babilonesi alla rivoluzione industriale 17
- 1.4 I saponi della nonna..... 19
- 1.5 Il sapone industriale 21
- 1.6 I saponi "naturali" dell'industria cosmetica 21
- 1.7 Il mito del sapone-non-sapone..... 23
- 1.8 Il sapone fatto in casa 23

CAPITOLO 2 - GLI INGREDIENTI FONDAMENTALI..... 25

- 2.1 Gli alcali..... 26
 - 2.1.1 La soda caustica 26
 - 2.1.2 Il potassio idrossido 27
 - 2.1.3 Idrossido di sodio o potassio idrossido? 28
- 2.2 I liquidi 28
 - 2.2.1 L'acqua 28
 - 2.2.2 Il latte 28
 - 2.2.3 Gli infusi..... 30
 - 2.2.4 La birra 30
 - 2.2.5 I succhi..... 31
- 2.3 Oli e grassi..... 32
 - 2.3.1 I grassi di base..... 33
 - 2.3.2 I nutrienti 41
 - 2.3.3 I nutrienti macerati 47
 - 2.3.4 I nutrienti esotici 49

CAPITOLO 3 - GLI INGREDIENTI FACOLTATIVI 51

- 3.1 Essenze e profumi 51
 - 3.1.1 Lo straordinario mondo degli oli essenziali 52
 - 3.1.2 Le fragranze sintetiche 55

3.2	Coloranti vegetali e minerali	56
3.2.1	Coloranti vegetali	56
3.2.2	Coloranti minerali.....	58
3.3	Altri additivi naturali	60
3.3.1	Le erbe e i fiori.....	60
3.3.2	Le farine	62
3.3.3	Le alghe	63
3.3.4	La verdura e la frutta	63
3.3.5	I semi	63
3.3.6	Il gel di aloe vera.....	63
3.3.7	I prodotti delle api	64
3.3.8	Il latte in polvere o liofilizzato	65
3.3.9	Il caffè	66
3.3.10	Le uova.....	66
3.3.11	Le argille.....	67
3.3.12	Il sale.....	67
3.3.13	Le fibre di seta	67
3.3.14	Acido citrico, sodio citrato, sodio lattato.....	67
3.3.15	Resine e minerali.....	69
3.4	Conservanti, antiossidanti, fissativi	70
3.4.1	La vitamina E.....	71
3.4.2	Estratti di rosmarino	71
3.4.3	Estratto di semi di pompelmo	71
3.4.4	Fissativi: benzoino, radice di giaggiolo	71
CAPITOLO 4 - SICUREZZA, MATERIALI, STAMPI		73
4.1	Le regole per la sicurezza.....	74
4.2	Gli utensili.....	76
4.2.1	Materiali da evitare	79
4.3	Stampi e formine	79
4.4	L'ambiente di lavoro.....	82
INTERMEZZO 1		
DOVE SI TROVANO INGREDIENTI E UTENSILI.....		83
1.1	Fornitori tradizionali	83
1.1.1	Supermercati	84
1.1.2	Drogherie, ferramenta, brico center	84
1.1.3	Discount, ingrosso alimentari	84
1.1.4	Erboristerie e farmacie	85
1.1.5	Negozi di alimenti etnici o naturali, commercio equo e solidale	85
1.2	Fornitori su Internet.....	85

Parte 2 - Il sapone autoprodotta: metodi e tecniche dei mastri saponai di oggi

CAPITOLO 5 - I METODI A FREDDO	89
5.1 Il metodo a freddo di base	91
5.1.1 Sapone all'olio di oliva - Metodo a freddo.....	92
5.2 Il metodo tutto a freddo	102
5.3 Il metodo ad acqua ridotta.....	103
5.3.1 Come ridurre la quantità di acqua	105
5.3.2 Avvertenze importanti.....	108
5.4 I saponi al latte e al burro.....	111
5.4.1 I saponi al latte	111
5.4.2 I saponi al burro.....	114
 CAPITOLO 6 - I METODI A CALDO	 117
6.1 La cottura a bagnomaria (DBHP)	118
6.1.1 Utensili speciali	119
6.1.2 Come procedere	120
6.1.3 Prima ricetta a caldo: Sapone alla colofonia	125
6.2 La cottura nel forno tradizionale (OHP).....	128
6.2.1 Attrezzature speciali	128
6.2.2 Ingredienti: dosi e modalità d'uso	128
6.2.3 Istruzioni passo per passo	129
6.2.4 Avvertenze importanti.....	130
6.3 La cottura elettrica a temperatura controllata (CPHP).....	131
6.3.1 Attrezzature speciali	131
6.3.2 Ingredienti e dosi.....	132
6.3.3 Istruzioni passo per passo	132
6.3.4 Avvertenze.....	133
6.4 La cottura nel forno direttamente nello stampo (ITMHP e CPOP) ..	133
6.4.1 Attrezzature speciali	133
6.4.2 Ingredienti: dosi e modalità d'uso	134
6.4.3 Istruzioni passo per passo	134
6.4.4 Avvertenze importanti.....	135
6.5 Il sapone semi-trasparente.....	136
6.5.1 Attrezzature speciali	136
6.5.2 Ingredienti e dosi.....	136
6.5.3 Ricetta passo per passo: Ambra da sciogliere	137
6.5.4 Sciogli e Versa fatti in casa	139
 CAPITOLO 7 - SAPONI DECORATIVI.....	 141
7.1 Saponi a strati	141
7.1.1 Ingredienti, dosi e avvertenze.....	142
7.2 Saponi mosaico.....	143

7.3	Saponi variegati o swirled	144
7.3.1	Attrezzature speciali	145
7.3.2	Ingredienti e dosi	145
7.3.3	Istruzioni passo per passo: Swirl classico	146
7.3.4	Altre tecniche di swirl	150
7.3.5	Avvertenze importanti.....	151
7.4	Saponi montati (whipped soaps).....	152
7.4.1	Attrezzature speciali	152
7.4.2	Ingredienti e dosi	153
7.4.3	Istruzioni passo per passo	154
7.4.4	Avvertenze importanti.....	157
CAPITOLO 8 - IL SAPONE LIQUIDO		159
8.1	Tipi di sapone liquido	159
8.2	Il sapone liquido a freddo	161
8.3	Il sapone liquido a caldo.....	172
8.4	Il sapone liquido nelle pulizie domestiche	181
CAPITOLO 9 - SAPONI RILAVORATI, RICICLATI, RECUPERATI.....		183
9.1	Saponi rilavorati.....	184
9.1.1	Rilavorare a bagnomaria	185
9.1.2	Gel da bucato.....	189
9.2	Saponi riciclati e "salvati"	192
9.2.1	Saponi troppo "ricchi"	192
9.2.2	Saponi troppo caustici.....	192
9.2.3	Scarti e recuperi creativi	193
INTERMEZZO 2		
CHE METODO SCELGO?		195
2.1	I saponi solidi: metodi a freddo	196
2.2	Saponi solidi: metodi a caldo	196
2.3	Metodo a freddo o metodo a caldo?.....	197
2.4	Saponi liquidi.....	198
2.5	Saponi liquidi o saponi solidi?	199
Parte 3 - Il laboratorio del saponaio		
CAPITOLO 10 - DIAGNOSI E SOLUZIONE DEGLI ERRORI PIÙ COMUNI.....		203
10.1	Che cosa non ha funzionato nel mio sapone?.....	203
10.1.1	Il sapone non è venuto come mi aspettavo.....	204
10.1.2	La mistura di grassi e soda non fa il nastro	205
10.1.3	Il sapone è coperto di polvere biancastra.....	205
10.1.4	Il sapone si rapprende nella pentola.....	206

10.1.5	Il sapone non esce dallo stampo.....	207
10.1.6	Il sapone presenta aloni di colore diverso	207
10.1.7	La miscela di grassi e soda fa grumi.....	207
10.1.8	Il sapone ha macchie caramellate o bruciate	208
10.1.9	Il sapone "suda".....	208
10.1.10	Sulla superficie del sapone ci sono macchie irregolari di colore giallo-arancione o brunastre.....	209
10.1.11	Il sapone, col passare del tempo, perde la profumazione....	211
10.1.12	Nel sapone finito ci sono grumi bianchi e duri, oppure il sapone è duro, brillante e friabile, o presenta bolle acquose torbide.....	212
10.1.13	Come posso essere certo che il mio sapone non sia troppo caustico?.....	212
10.1.14	Il sapone dopo 24 ore si presenta "tagliato" con uno strato di grasso che galleggia in superficie.....	213
10.1.15	Dopo diversi giorni il sapone è viscido o spugnoso.....	214

CAPITOLO 11 - CALCOLI, TEMPERATURE,

CONTROLLI DI QUALITÀ.....	215
11.1 Come creare nuove ricette	216
11.1.1 Il calcolo degli alcali	218
11.1.2 Lo sconto della soda.....	219
11.1.3 Calcoli particolari per i saponi liquidi.....	220
11.1.4 Il calcolo del liquido.....	221
11.2 Temperature di miscela e condizioni ambientali	222
11.3 Controlli di qualità.....	224
11.3.1 Il controllo del pH.....	224
11.4 Tabelle di riferimento	225
11.4.1 Caratteristiche del sapone	225
11.4.2 Tempi di conservazione dei grassi.....	228
11.4.3 Coefficienti di saponificazione.....	230
11.4.4 Dosi suggerite per gli additivi	236

CAPITOLO 12 - FONTI DI RIFERIMENTO

PER IL SAPONE FATTO IN CASA	237
12.1 Il sapone secondo la legge europea.....	237
12.2 Decifrare le etichette	240
12.2.1 Termini INCI per il sapone	241
12.2.2 La nomenclatura INCI valida in Europa.....	243
12.3 Siti web, forum, social media	243
12.3.1 Siti Web	245
12.3.2 Forum	246
12.3.3 Social media.....	247

GLOSSARIO	249
-----------------	-----

