

Petra Neumann



# SEIFE SIEDEN

GRUNDLAGEN, TECHNIKEN

UND REZEPTE

Mit über 35 tollen  
Rezeptideen  
und 40 Porträts zu  
Inhaltsstoffen







**SEIFE  
SIEDEN**

---

# Inhalt

## DIE GRUNDLAGEN 12

### EIN KLEINER AUSFLUG IN DIE GESCHICHTE 14

Die Anfänge der Seifenherstellung 14

Die Seife verbreitet sich in Europa 14

### WIEDERENTDECKUNG EINER HANDWERKS- TRADITION 15

Ein vielseitiges Hobby für Anfänger und Könner 15

### MATERIAL UND AUSRÜSTUNG 16

Basiszutaten einer Seife 16

Grundausrüstung 16

Sicherheitsausrüstung 18

### ARBEITEN MIT LAUGE 20

Gefäße zum Abwiegen und Anrühren 20

Wo wird Lauge angerührt? 21

Wie wird Lauge angerührt? 22

Hilfe bei Laugenkontakt 22

### HERSTELLUNG DER ERSTEN SEIFE NACH DEM GRUNDREZEPT 24

### GRUNDREZEPT (25ER-REZEPT) 25

### DIE GELPHASE 28

Anheizen der Gelphase von außen 28

Vor- und Nachteile der Gelphase 29

### AUSFORMEN UND SCHNEIDEN 30

Tipps zum Ausformen 30

Tipps zum Schneiden 31

### DAS REINIGEN DER GERÄTE 31

### REIFEN 32

Die optimale Reifezeit 32

### TEST AUF FREIE LAUGE 32

Küsschentest 32

Den pH-Wert messen 33

### DER LETZTE SCHLIFF 33

Aufhübschen 33

Einpacken und Lagern 33

### DREI PALMÖLFREIE GRUNDREZEPTE 34

Aqua I 34

Aqua II – vegan 35

Milde Olive – vegan 35

### SEIFENFORMEN 36

Blockformen und Dividor 36

Einzelformen und Trays 37

### TIPPS UND TRICKS 38

## INHALTSSTOFFE 40

### DIE FARBE 42

Natürliche Möglichkeiten zur Färbung 42

Weitere farbgebende Stoffe 49

Synthetische Farbstoffe 54

Verarbeitung der farbgebenden Stoffe 58

### DER DUFT 60

Parfumöle 60

Mischen von Parfumölen mit ätherischen

Ölen 62

Ätherische Öle 63

### PORTRÄTS ÄTHERISCHER ÖLE 65

Duft oder kein Duft? 70

### FLÜSSIGKEITEN ZUM ANRÜHREN DER LAUGE 71

Wasser 71

Hydrolate 73

Tee und Saft 73

Püriertes Obst und Gemüse 73

Kaffee 74

Alkoholische Getränke 74

Sole 74

Milch 74



## FETTE UND ÖLE 78

### GEWINNUNG DER FETTE UND ÖLE 80

- Pressverfahren 80
- Extraktion mit Lösungsmitteln 81
- Hochdruckextraktion 81
- Raffination kurz erklärt 81

### HALTBARKEIT UND LAGERUNG VON ÖLEN 83

#### CHEMIE DER FETTE UND ÖLE 84

- Fettsäuren 84
- Weitere Inhaltsstoffe von Fetten 87
- Fettkennzahlen 88
- Fetthärtung und Fraktionierung 89

#### DIE VERSEIFUNGSREAKTION 90

- Überfettung oder Laugenunterschuss? 92

#### SYSTEMATISCHE EINTEILUNG DER FETTE UND ÖLE 94

#### ERLÄUTERUNGEN ZU DEN ÖLPORTRÄTS 95

- Ranziditätsfaktor 96
- Härte 96

#### GRUPPE 1: SCHAUMFETTE 97

#### GRUPPE 2 a: BASISFETTE 100

#### GRUPPE 2 b: TIERISCHE BASISFETTE 105

#### GRUPPE 3 a: STABILE BASISÖLE 109

#### GRUPPE 3 b: BASISÖLE 117

#### GRUPPE 4: PFLEGEÖLE 120

#### WACHSE UND FETTSÄUREN 130

- Jojobaöl 130
- Weitere Wachse und wachsartige Stoffe 131
- Bienenwachs 131
- Beerenwachs 131
- Blütenwachse 131
- Wachsartige Stoffe 132
- Sojawachs, Sojaflocken 132
- Sonnenblumenwachs 132

Rapswachs oder Rapsbutter 132

Stearinsäure, Palmitinsäure und Myristinsäure 133

#### ÖLAUSZÜGE 134

- Herstellen eines Ölauszugs 134
- Verwendbare Ölsorten 135
- Herstellung von Ringelblumenöl für Ringelblumenseife 135

#### EIGENE REZEPTE SINNVOLL ERSTELLEN 136

- Vegane und palmölfreie Rezepte 136
- Berechnung der Laugenmenge 137
- Verseifungszahlen 138
- Berechnung eines Rezepts 138
- Abschätzen der Härte eines Rezepts 142
- Verarbeitungstemperaturen 142



## ZUSATZSTOFFE 144

### ZUSATZSTOFFE 146

- Salz 146
- Zucker 147
- Glycerin 147
- Seide 148
- Zitronensäure und Natriumcitrat 148
- Natriumcitrat 150
- Milchprodukte 151
- Stärke, Babypuder und Talkum 152
- Lanolin 153
- Eiweiß und Eigelb 153
- Honig 153
- Peelingzusätze 154
- Vitamin E 154
- Harze 156
- Blüten und Kräuter 157
- Schwefel 158



## REZEPTE 160

### UND WEITERE HERSTELLUNGSMETHODEN

#### LEICHTE REZEPTE FÜR DEN ANFANG 162

Die feine Milde: Duschseife mit Avocadoöl 162

Olivens-Lorbeeröl-Seife im Aleppo-Style 164

Olivencremeseife bei trockener,  
empfindlicher Haut 166

Seife mit Straußenfett – RosenStrauß 168

#### PEELINGSEIFEN 170

Peelingseife „Für die Füße“ 170

Kräuterseife Lungau:

ein pflegender Kräuterspaziergang 172

Kaffeeseife Edelmocca: mehrschichtige  
Peelingseife 174

#### HERSTELLUNG IM HEISSVERFAHREN 176

#### GRUNDREZEPT FÜR DIE HEISSVERSEIFUNG 177

Im Slowcooker oder Crockpot 177

Heißverseifung in der Mikrowelle (MWHF) 179

Im Backofen 179

Mathilde: Heißverseifung im Backofen 180

#### SWIRLREZEPTE 182

Voraussetzung für ein gutes Swirlrezept 182

Sense of delight 184

Elaine: Seife im Dividor 186

Ghostswirl in der Blockform 188

Knetseife 190

Knetseifenrezept 192

Einleger 193

#### MILCHSEIFEN 194

Milchseife mit frischer Ziegenmilch 194

Aloe-vera-Buttermilchseife 196

Annika: vegane Mandelmilchseife 197

#### SALZSEIFEN 198

Salzsorten 198

Schaumverstärkung 199

Kosmetische Wirkung 199

**GRUNDREZEPT FÜR EINE LEICHT SCHÄUMENDE****SALZSEIFE 199**

Sommerlich erfrischende Salzseife 200

Salz-Tonerden-Seife 202

**SOLESEIFEN 204**

Sole 204

Berechnungen 204

Hintergrund: Was beim Auflösen

von Salz passiert 204

Ebony und Ivory 206

Schafsmilchsoleseife 208

Seife mit Totem-Meer-Schlamm 210

**SEIFEN MIT KOH UND MISCHVERSEIFUNG 212**

Rasierseife Mr. &amp; Mrs. Windsor 214

Beldi oder Moroccan Black Soap 216

Flüssigseife 218

Zahnseife: Mischverseifung

im HP-Verfahren 220

**HAARSEIFEN 222**

Schaumfette 222

Darauf sollte man außerdem achten 222

Warum Haarseife in Heißverseifung herstellen? 223

Haarseife 2.1 für dickes, lockiges Haar OHP 224

Avocado-Hanf-Haarseife 225

Haarseife für feines Haar und

empfindliche Kopfhaut 226

**UNGEWÖHNLICHE SEIFEN 228**

Schwimmseife oder Whipped 228

Schwefelseife Island 230

**MASTERBATCH 232**

Fette auf Vorrat 232

Lauge auf Vorrat 232

**FEHLERSUCHE UND BEHEBUNG 233**

Schnelles Andicken des Seifenleims 233

Aufheizen des Seifenleims 233

Öl vergessen 233

Duft vergessen 234

Weißer Belag auf der Seife 234

Weiße Punkte in der Seife 235

Tropfen 235

Spröde oder rissige Seife 235

Bröckelige, weiche Seife wie nasse Kreide 236

Öl auf der Seife 236

Loch in der Seife 236

Seife ist in der Mitte dunkler als am Rand 237

Gelbe Flecken und klebrige Stellen,

ranzige Seife 237

Seife blutet aus 237

**RETTUNG UND RESTEVERWERTUNG 238**

Seife einschmelzen 238

Duschbutter 239

Seife aussalzen: Herstellung von Putzseife 240

**ZULETZT: GEWERBLICHE SEIFEN-  
HERSTELLUNG 241****SERVICE 242**

Alphabetische Ölliste mit wichtigen Daten 243

Liste mit deklarationspflichtigen Allergenen 245

Rezeptübersicht 246

Zum Weiterlesen 247

Bezugsquellen 248

Glossar 249

Über die Autorin 251

Danksagung 251

Register 252

## MATERIAL UND AUSRÜSTUNG

Hier erfahren Sie, welche Grundzutaten und -ausstattung Sie für das Sieden von Seife benötigen. Es sind keine aufwendigen Anschaffungen nötig, Sie werden rasch mit dem Grundrezept loslegen können.

### BASISZUTATEN EINER SEIFE

Fette und Öle im ausgewogenen Verhältnis ergeben zusammen mit Natronlauge mittels einer chemischen Reaktion Seife. Die meisten Grundzutaten erhalten Sie also im Supermarkt, wie Kokosfett, Palmfett (Fettstange) zum Braten oder Frittieren, Olivenöl, Rapsöl, Sesamöl usw. Einige besondere Fette und Öle, wie Sheabutter oder Avocadoöl, bieten eher spezielle Internethändler an, die sich auf die Bedürfnisse der Seifensieder spezialisiert haben. Adressen dazu finden Sie im Serviceteil bei den „*Bezugsquellen*“ ▶ Seite 249.

#### DEFINITION: WAS IST SEIFE?

Seifen sind Natrium- oder Kaliumsalze von Fettsäuren. Als solche sind sie immer leicht alkalisch.

Die Lauge besteht im Normalfall aus einer bestimmten Menge an destilliertem Wasser, in dem Natriumhydroxid, auch Ätznatron genannt, gelöst wird. Ätznatron ist nicht vergleichbar mit Speisnatron, welches auch als Backzutat verwendet wird. Es ist eine ätzende Substanz; beim Umgang mit ihr müssen einige Vorsichtsmaßnahmen getroffen werden. Lesen Sie dazu unbedingt das Kapitel „*Arbeiten mit Lauge*“ ▶ Seite 20.

Das sind die Basiszutaten, da man bei der ersten Seife nicht unbedingt Düfte und Farben braucht. Im Gegenteil, es empfiehlt sich, mit einer einfachen Seife zu beginnen, um sich ganz auf die Herstellung zu konzentrieren. Farbige Muster und Schichtseifen folgen später, wenn man Erfahrung gesammelt hat.

### GRUNDAUSSTATTUNG

Die meisten Utensilien, die Sie für die Seifenherstellung benötigen, befinden sich schon in Ihrem Haushalt. Diese Geräte sind gegen Säuren aus Essig oder Früchten stabil und somit meistens auch gegen Laugen. Das heißt, alle Geräte aus Glas, Kunststoff und Edelstahl können verwendet werden. Einzig Aluminium verträgt keine Lauge. Es läuft schwarz an, wird stumpf und sollte für die Seifenherstellung daher nicht benutzt werden. Es empfiehlt sich auch nicht, Alugeräte in der Spülmaschine zu reinigen. Für die Arbeit im Labor gilt, dass Geräte, die einmal für Chemikalien verwendet wurden – und Natronlauge und Parfümöle sind Chemikalien – nicht mehr zur Zubereitung von Speisen verwendet werden dürfen. Ich empfehle Ihnen, sich auch bei der Seifenherstellung an diese



Laborregel zu halten. Auch wenn Seifenreste in der Spülmaschine von Glas und Edelstahl rückstandslos entfernt werden, ist eine Anschaffung extra für die Seife sinnvoll. Aus Kunststoffgegenständen lassen sich Rückstände von Parfümölen nicht mehr entfernen. Und wer mag schon Käsekuchen mit Rosenduft?

### Utensilien, Küchengeräte und einfache Seifenformen

Zum Anrühren der Seife werden ein Edelstahltopf oder eine größere Kunststoffschüssel, eine digitale Küchenwaage, ein Gefäß zum Abwiegen der Lauge und eins zum Anrühren benötigt. Auf die Materialien für diese Gefäße gehe ich im Kapitel „Arbeiten mit Lauge“ ▶ Seite 20 noch einmal genauer ein. Weiterhin brauchen Sie Esslöffel, Teelöffel, einen Teigschaber, ein Sieb für die Lauge und einen Pürierstab. Als einfache Formen eignen sich Plastikverpackungen von Eis, Pralinen und Keksen und Joghurt- oder Frischkäsebecher.

#### FÜR DIE ERSTE SEIFE

Nicht unbedingt nötig, aber später sehr hilfreich sind ein (Braten-)Thermometer und ein Mini-mixer bzw. Milchaufschäumer.

### Pürierstab

Ein Pürierstab ist das einzige Gerät, dessen Anschaffung ich für die Herstellung der ersten Seife empfehle, weil sich Seifenreste gerne in den Zwischenraum zwischen der Welle und dem Gehäuse festsetzen. Geeignet sind alle Pürierstäbe aus Kunststoff oder Edelstahl, die keine Teile aus Aluminium enthalten. Niedrige Wattzahlen von 180 bis etwa 400 Watt sind von Vorteil, weil sie den Verseifungsprozess nicht so stark beschleunigen wie stärkere Geräte. Denn je intensiver gemischt wird, desto schneller läuft die Verseifung ab. Arbeitet man dagegen langsam, so hat man für die Verarbeitung von verschiedenen Farben und dem Duft ausreichend Zeit und kann mit mehr Ruhe arbeiten. Billige Geräte zwischen 10 und 20 € sind daher völlig ausreichend.



Küchenutensilien

### Waage

Alle Zutaten für eine Seife müssen abgewogen werden. Das gilt auch für Flüssigkeiten, also für das destillierte Wasser für die Lauge und für Öle. Ebenso für feste Fette, denn auf die auf einer Fettverpackung aufgedruckte Gewichtsangabe sollte man sich nicht verlassen. Bei Ölen ist das Wiegen noch wichtiger, weil 1 l Öl kein Kilogramm wiegt, wie das bei Wasser der Fall ist. 1 l Öl wiegt etwa 900 g, so dass in einer 750-ml-Flasche nur rund 670 g Öl enthalten sind.

## DREI PALMÖLFREIE GRUNDREZEPTE

Das 25er-Grundrezept mit *Palmöl* ▶ Seite 25 ist ein echtes Anfängerrezept, da es sich in einer weiten Temperaturspanne verarbeiten lässt und dem Anfänger Zeit bleibt, die Arbeitsschritte zu erlernen. Möchten Sie jedoch kein Palmfett verarbeiten, können Sie die folgenden Rezepte für die erste Seife verwenden. Sie wurden jeweils für 500 g Gesamtfettmenge (GFM) berechnet, die sich noch gut verarbeiten lässt und für die man keine Feinwaage benötigt.

### AQUA I

Gut schäumende Seife für normale Haut

#### Für eine GFM von 500 g benötigen Sie:

168 g entmineralisiertes Wasser (33 % GFM)

68,2 g NaOH für 10 % Laugenunterschuss

160 g Kokosfett (z. B. Palmin) 32 %

160 g Schweineschmalz (z. B. von Laru) 32 %

160 g Rapsöl 32 %

20 g Rizinusöl 4 %

Türkise Seifenfarbe, zum Beispiel Grünblau

Duft:

10–15 g Mountain Pine

#### Herstellung

- 01 Die Schutzausrüstung anlegen und die Lauge aus Wasser und NaOH unter Beachtung der Sicherheitsregeln herstellen.
- 02 Das Kokosfett und Schweineschmalz bei niedrigen Temperaturen schmelzen und die Mischung abkühlen lassen.
- 03 Die Öle dazugeben und die Temperatur prüfen. Die Verarbeitungstemperatur dieses Rezepts darf zwischen 33 und 40 °C liegen. Das fühlt sich gerade eben warm an den Händen an. Haben Lauge und Fette ungefähr die gleiche Temperatur, so wird die Lauge durch ein Sieb zum Fett gegeben und emulgiert.
- 04 Eine Messerspitze der Seifenfarbe in einigen Tropfen Wasser lösen. Die Farbe tropfenweise zum Seifenleim geben, bis die Farbe gefällt.
- 05 Das Parfümöl mit dem Löffel gut unterrühren und zwei Drittel des Leims in die bereitgestellte Form füllen. Mit weiteren Tropfen Farbe das übrige Drittel etwas dunkler färben und es vorsichtig auf den anderen Leim geben.
- 06 Sobald der Leim etwas fester geworden ist, in der Mitte mit einem Teelöffel etwas mehr aufhäufeln und kleine Berge gestalten.
- 07 Die Seife warm einpacken und für 24 Stunden zum Schlafen legen. Danach ausformen und schneiden.

Reifezeit: 4–6 Wochen

## AQUA II – VEGAN

Gut schäumende Seife für normale Haut

### Herstellung

Verfahren Sie wie im Rezept Aqua I beschrieben, jedoch mit einer Verarbeitungstemperatur zwischen 30 und 36 °C.



Aqua

### Für eine GFM von 500 g benötigen Sie:

168 g entmineralisiertes Wasser

69,0 g NaOH für 10 %  
Laugenunterschuss

200 g Kokosfett  
(z. B. Palmin) 40 %

260 g Olivenöl 52 %

40 g Rizinusöl 8 %

Türkise Seifenfarbe,  
zum Beispiel Grünblau

Duft:

10–15 g Mountain Pine

## MILDE OLIVE – VEGAN

Seife für trockene, empfindliche Haut

### Herstellung

- 01 Die Schutzausrüstung anlegen und die Lauge aus Wasser und NaOH unter Beachtung der Sicherheitsregeln herstellen.
- 02 Das Kokosfett schmelzen und die Öle hinzugeben. Die Verarbeitungstemperatur kann 30–40 °C betragen.
- 03 Temperatur der Mischung prüfen und gegebenenfalls erwärmen. Die Lauge bei möglichst gleicher Temperatur zu den Ölen geben und den Seifenleim emulgieren. Wegen des höheren Anteils an Olivenöl kann es etwas länger dauern als mit dem Grundrezept, weshalb wärmer gearbeitet werden kann. Bis zum leichten Zeichnen emulgieren.
- 04 Farbe und Duft zum Leim geben und in die Form füllen. Bei diesem Rezept kann es etwas länger dauern, bis die Seife fest genug zum Ausformen und Schneiden ist. Für empfindliche Haut kann auf Farbe und Parfumöl verzichtet werden. Selbstverständlich können Sie trotzdem jedes seifentaugliche Parfumöl für diese Seife benutzen.

### Für eine GFM von 500 g benötigen Sie:

168 g entmineralisiertes Wasser

63,7 g NaOH für 10 %  
Laugenunterschuss

75 g Kokosfett 15 %

400 g Olivenöl 80 %

25 g Rizinusöl 5 %

Optional Farbe und  
2 % Duft

Die Seife kann nach 4–6 Wochen benutzt werden, wird jedoch nach längerer Reifezeit noch milder.

Reifezeit: 4–6 Monate

### Inhaltsstoffe synthetischer Farben und deren Eigenschaften

Es sind sehr viele Farben im Handel erhältlich, doch es existieren gar nicht so viele unterschiedliche farbgebende Stoffe, wie man auf den ersten Blick meinen könnte: Denn viele Farben basieren auf Mischungen. Will man genau wissen, was in einer Farbe enthalten ist, muss man unter der entsprechend Colour-Index-Nummer (C.I.-Nummer) nachsehen. Jede gebräuchliche Farbe, ob Naturfarbe oder chemisch hergestellt, verfügt über eine C.I.-Nummer. In diesem Verzeichnis der Farbstoffchemie sind alle gebräuchlichen Farben eindeutig beschrieben und klassifiziert. Besitzen diese außer den C.I.- auch noch E-Nummern, so werden sie auch als Lebensmittelfarben verwendet.

#### FARBSTOFFE UND PIGMENTE VON DRAGOCOLOR

| Dragocolor-farbe | Name                | EWG Nr. | Colour Index Nr. | KVO-Anwendungsbereich * | Anrühren mit ** |
|------------------|---------------------|---------|------------------|-------------------------|-----------------|
| Weiß             | Titandioxid         | E 171   | 77 891           | 1                       | d Wasser/Öl     |
| Gelb             | Chinolingelb        | E 104   | 47 005           | 1                       | wasserlöslich   |
|                  | Eisenoxidgelb       | E 172   | 77 492           |                         | d Wasser        |
| Orange           | Blütenorange        | –       | 15 510           | 2                       | wasserlöslich   |
| Rot              | Rot                 | –       | 12 490           | 1                       | d Wasser        |
|                  | FD&C Red No 4       | –       | 14 700           |                         | wasserlöslich   |
|                  | Eisenoxidrot        | E 172   | 77 491           |                         | d Wasser        |
| Grün             | Blaugrün            | –       | 61 570           | 1                       | wasserlöslich   |
|                  | Grün                | –       | 74 260           | 2                       | d Wasser        |
|                  | Phthalocyaningrün   | –       | 74 260           | 2                       | d Wasser        |
|                  | Kupferchlorophyll   | E 141   | 75 810           | 1                       | öllöslich       |
| Blau             | Indigotin           | E 132   | 73 015           | 1                       | wasserlöslich   |
| Blaupaste        | Kupferphthalocyanin | –       | 74 160           | 1                       | d Wasser        |
| Schwarz          | Schwarz             | –       | 77 266           | 1                       | d Wasser        |
|                  | Eisenoxid-schwarz   | E 172   | 77 499           | 1                       | d Wasser        |

\* Einstufungen nach der Kosmetikverordnung in die vier Anwendungsbereiche (nach EU-Richtlinien)

\*\* d Wasser: dispergierbar in Wasser



In der Tabelle sind die Farben von Dragocolor, die häufig in der Seifensiederei eingesetzt werden, nach Anwendungsbereichen aus der Kosmetikverordnung (Stand von April 2013), aufgeführt. Ich unterscheide zwischen löslich und dispergierbar in destilliertem Wasser oder Öl.

Außerdem finden Sie in der Tabelle den kosmetischen Anwendungsbereich, der aussagt, wo am Körper eine Farbe angewendet werden darf. Zum Beispiel darf nicht jede für Kajal am Auge verwendet werden. Der Anwendungsbereich ist für jede Farbe festgelegt worden.

Die Farbstoffe für den kosmetischen Einsatz sind in vier Anwendungsbereiche unterteilt. Farbstoffe der Kategorie 1 dürfen zur Herstellung aller kosmetischen Mittel verwendet werden.

Farbstoffe der Kategorie 2 dürfen nicht zur Herstellung von kosmetischen Mitteln verwendet werden, die mit den Schleimhäuten des Auges in Berührung kommen können, insbesondere nicht für Schminke und Abschminkmittel für das Auge.

Farbstoffe der Kategorie 3 dürfen nicht zur Herstellung von kosmetischen Mitteln verwendet werden, die dazu bestimmt sind, mit den Schleimhäuten in Berührung zu kommen.

Farbstoffe der Kategorie 4 dürfen nur zur Herstellung von kosmetischen Mitteln verwendet werden, die nur kurze Zeit mit der Haut in Berührung kommen.

Da Seife ein Rinse-off-Produkt ist, werden für einfache Handseifen alle Farbstoffe benutzt. Bei speziellen Seifen wie Haar- oder Zahnseifen greift man auf die Kategorien 1 und 2 zurück oder färbt nicht.

Auswahl an Micacolors in Blau- und Grüntönen



## GRUPPE 2A: BASISFETTE

Basisfette dienen dazu, einer Seife Härte und Wasserstabilität zu verleihen, ohne ihr dabei noch mehr Reinigungskraft zu geben, wie es eine Erhöhung der Schaumfette tun würde.

### *Theobroma grandiflorum* Seed Butter

**Herkunft:** Amazonas-Regenwald, Südamerika

**Verseifungszahl:**

NaOH 0,137

**Schmelzpunkt:**

32–38 °C

**Jodzahl:** 35–50

**RZF:** 14

**Härte:** 94

**Unverseifbares:** ca. 2 %

**Halbbarkeit des Fettes:**

12 Monate

**Farbe der Seife:** beige

**Härte:** sehr hart

**Schaumverhalten:**

sehr wenig

**Einsatzmengen:** 5–10 %

**Empfohlen:**

zur Härtung der Seife

## CUPUAÇUBUTTER

Cupuaçubutter ist eine weiße bis hellbeige Pflanzenbutter, die Ähnlichkeit mit Kakao- oder Sheabutter hat.

### Kosmetischer Einsatz

Cupuaçubutter wird meist als raffinierte Qualität angeboten. Dann ist sie weiß bis hellgelb und hat fast keinen Geruch. Die Konsistenz ist ähnlich der von Kokosfett, leicht vaselineartig. Aufgrund des im Vergleich zur Kakaobutter und Sheabutter niedrigeren Schmelzpunkts lässt sie sich leicht auf der Haut verteilen und zieht sehr gut ein. Außerdem ist Cupuaçubutter ein guter Feuchtigkeitsbinder, was sie sowohl für Cremes als auch für Haarpflegeprodukte interessant macht.

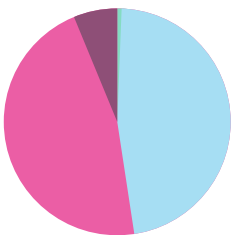
### Seife

Die Einölseife ist nach der Reifezeit sehr hart, sie ließ sich aber gut herstellen. Von dieser sehr harten Seife etwas Schaum zu bekommen, ist schwierig. Es ließen sich nur wenige Schaumbläschen entlocken. Sie weicht jedoch so gut wie gar nicht auf und verleiht somit Rezepturen ein gutes Aufweichverhalten und Stabilität.

### Spezialseifen

Nur zum Härten der Rezeptur mit 5–10 %.

### Einteilung der Fettsäuren:



● Schaumfettsäuren

● Cremiger Schaum

● Pflegefettsäuren

● Ranzfördernde FS



## KAKAOBUTTER

Die leicht gelbe Kakaobutter duftet unraffiniert nach Schokolade, in raffinierter Form kann man noch einen leichten Schokoladenduft wahrnehmen. Kakaobutter ist ein sehr hartes Fett, das beim Schneiden bröckelt.

### Kosmetischer Einsatz

Auf der Haut schmilzt die Kakaobutter und hinterlässt nach dem Einziehen einen leichten Film. Sie wird deshalb gern in der Lippenpflege, aber auch bei trockener Haut in der Körperpflege, beispielsweise in Sheasahne, eingesetzt. In Cremes wirkt sie konsistenzgebend, ebenso in Massagebars (feste Cremestücke auf Basis von festen Fetten). In der Schwangerschaft wird Kakaobutter zusammen mit anderen Ölen zur Vorbeugung gegen Schwangerschaftsstreifen benutzt.



### Seife

Eine reine Kakaobutterseife ist sehr glatt und hell mit einem Stich ins Cremefarbene. Sie ist eine sehr harte Seife, deswegen bringt sie auch Härte in eine Rezeptur, wenn sie in kleinen Mengen eingesetzt wird. Schaum dagegen ergibt sie fast keinen.

Es entsteht eher eine sehr kleinblasige cremige Emulsion. Entgegen den Erwartungen war die Seife sehr mild.

Das Aufweichverhalten ist gering und die Seife zeigt eine lange Haltbarkeit. Der Kakaobuttergeruch kommt in der Seife nicht durch, ihr Geschmack ist neutral bis lecker, so dass sie gut in Zahnseifen eingesetzt werden kann.

Zur Härtung einer Rezeptur nimmt man 5 bis 20 % der GFM, die ebenso in Zahnseifen und Haarseife gelten. Empfehlenswert ist die Kombination mit Reiskeimöl im Verhältnis 1 zu 2.

### Spezialseife

In Zahnseifen verwendet.

### *Theobroma Cacao* Seed Butter

#### Herkunft:

urspr. Amerika, heute Afrika, Brasilien, Ecuador, Kolumbien

#### Verseifungszahl:

NaOH 0,138

#### Schmelzpunkt:

30–35 °C

#### Jodzahl: 33–42

#### RZF: 6

#### Härte: 100

#### Unverseifbares: <0,4 %

#### Haltbarkeit des Fettes:

bis 24 Monate

#### Farbe der Seife:

hell, nicht reinweiß

#### Härte: sehr harte bis splitterharte Seife

#### Schaumverhalten:

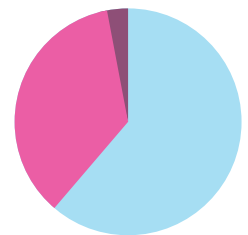
sehr wenig, eher eine milchige Creme

#### Einsatzmengen: 5–20 %

#### Empfohlen für:

Zahnseife, Haarseife mit 5–20 %

### Einteilung der Fettsäuren:



● Cremiger Schaum

● Plegefettsäuren

● Ranzfördernde FS

## LEICHTE REZEPTE FÜR DEN ANFANG

### DIE FEINE MILDE: DUSCHSEIFE MIT AVOCADOÖL

Dies ist eine pflegende Seife für Menschen mit trockener Haut. Grünes Avocadoöl enthält einen Anteil von 6 % an unverseifbaren Bestandteilen, unter anderem Phytosterine. Zusammen mit dem hohen Anteil an Ölsäure machen sie die Seife mild. Unterstützt wird dieser Effekt noch durch den kleinen Anteil an Kokosöl. Dieses Öl trägt zur Schaumbildung bei, Sie können es jedoch auch weglassen. Benutzen Sie dann zum Duschen ein Seifensäckchen, in das Sie die Seife legen, so werden Sie trotzdem einen schönen Schaum haben.

**Härte:** 89 · **RZF:** 20

#### Rezept für 1 kg GFM

280 g entmineralisiertes Wasser, 28 % der GFM

NaOH für 10 % LU

800 g grünes Avocadoöl 80 %

100 g Kokosöl 10 %

100 g Rizinusöl 10 %

**Optional:** 2 EL grüne Tonerde oder Heilkreide für eine bessere Haptik

Duft aus 6 g Geranium, 6 g Palmarosa, 4,5 g Blutorange, 2,5 g Gewürznelke, 1,5 g Benzoesiam, 1,5 g Patchouli und 1 g Rosenholz

#### WAKE ME UP-MISCHUNG

Benutzen sie als Alternative für den Duft 15 g Rosmarin, 15 g Litsea und 1 g Patchouli.

Diese Duschseife ist besonders für morgens geeignet, die ätherischen Öle bringen den Kreislauf in Schwung und erfrischen.

#### Herstellung

- 1 Mischung aus den ätherischen Ölen herstellen und mit der gleichen Menge an Avocadoöl mischen, das von den 800 g abgenommen wird.
- 2 Herstellen der Lauge nach den Sicherheitsregeln und auf etwas über handwarme Temperatur (ca. 38–40 °C) abkühlen lassen.
- 3 Alle Öle in den Topf geben und ebenfalls auf 38–40 °C erwärmen.
- 4 Optional Tonerde oder Heilkreide dazugeben.
- 5 Kurz pürieren, damit sich alles gut verteilt. Den Pürierstab im Öl stehen lassen, bis alle Luftblasen aufgestiegen sind. Nun die Lauge hinzugeben und den Leim pürieren, bis er gleichmäßig ist und ganz leicht andickt.
- 6 Den Pürierstab entfernen und die Mischung aus ätherischen Ölen und Avocadoöl mit der Hand unterrühren. Kurz, aber gleichmäßig einarbeiten.
- 7 Den Seifenleim sofort in die bereitgestellte Form abgießen und diese isolieren, damit die Seife in die Gelphase kommt.

**Reifezeit:** 6 Wochen. Die Seife gewinnt allerdings durch eine Lagerung von bis zu einem Jahr.

#### ÖL-ALTERNATIVEN

Benutzen Sie statt des unraffinierten, grünen Avocadoöls Olivenöl. Es enthält weniger Unverseifbares, so dass Sie Rizinusöl gegen Sheabutter austauschen können. Sie können auch einen Ölauszug mit Ringelblumen in Olivenöl verwenden.





## SENSE OF DELIGHT

Hier ist das Aufschneiden immer spannend.

Härte: 92 · RZF: 16

### Rezept für 500 g GFM

20 g Zucker (4 TL)  
 10 g Salz (2 TL)  
 140 g entmineralisiertes Wasser 28 % GFM  
 1 g Seide  
 NaOH für 8 % LU  
 100 g Kokosöl 20 %  
 100 g Sheabutter 20 %  
 300 g Sonnenblumenöl h. o. 60 %  
 Farben: 2 grüne Micas, je 0,2 g für ca. 50 ml Leim, 0,3 g Buchenholzkohle  
 Duft: 15 g Mountain Pine oder eine frische ÄÖ-Mischung

### Herstellung

- 1 Zucker und Salz im Wasser lösen und die Seide darin einweichen.
- 2 Damit sich die Seide löst, muss die Lauge richtig heiß werden, deshalb das NaOH in zwei großen Portionen zugeben. Sobald sich die erste gelöst hat, kommt die zweite dazu. Lauge auf etwa 30 °C abkühlen lassen.
- 3 Fette schmelzen und die Öle dazugeben. Die Mischung auf 28–33 °C abkühlen lassen.
- 4 Alle drei Farben mit je 1 TL Öl glattrühren.
- 5 Die Lauge durch ein Sieb zu den Fetten geben und kurz emulgieren. Der Seifenleim muss glatt und einfarbig, ohne Schlieren sein. Er soll nicht andicken. Dazwischen am besten mit dem Teigschaber rühren.
- 6 Das PÖ unterrühren, dreimal je 50 ml Seifenleim zu den Farben gießen.
- 7 Vom ungefärbten Seifenleim kommt etwa ein Drittel in die Blockform. Danach wird sie leicht schräg auf die Kante gestellt. Die farbigen Leime und etwas naturfarbenen abwechselnd über die Außenkante der Form auf den ungefärbten Leim laufen lassen, immer in derselben Reihenfolge: dunkelgrün, schwarz, hellgrün, ungefärbt. Wiederholen.
- 8 Anschließend die Blockform drehen und über die andere Seitenwand eingießen, auch dies noch einmal wiederholen. Den Schluss bildet das letzte ungefärbte Drittel. Man gießt die Abfolge der vier Farben also je zweimal über die beiden Seitenwände ein, wobei man bei der letzten ungefärbten Schicht den Rest des ungefärbten Leims hineingibt.
- 9 Mit einem Swirlbügel, einem Stäbchen oder einem Löffelstiel werden die Linien verwirbelt, ähnlich wie beim Marmorkuchen. Mit einigen farbigen Resten kann das Topping gestaltet werden.

Reifezeit: 4–6 Wochen

### FÜR EIN PERFEKTES FINISH

Die Seife sollte gut isoliert und mit Wärmflasche oder Heizdecke in die Gelphase gebracht werden, damit sich die einzelnen Farben verbinden und gut zur Geltung kommen. Sie sollte noch handwarm, spätestens nach 12 Stunden, geschnitten werden.



## KNETSEIFE

Ganz neue Gestaltungsmöglichkeiten bietet eine Seife, die nach dem Sieden luftdicht verpackt bleibt und so am Trocknen gehindert wird, die Knetseife. Reifen kann Seife nämlich auch, ohne zu trocknen.

### GUT ZU WISSEN

Verwenden Sie zum Färben der Knetseife Micas oder Pigmente und stellen Sie eine intensiv gefärbte Seife her. Wasserlösliche Seifenfarben bluten in die umgebende Seife aus.

### Geeignete Rezepte

Prinzipiell kann man zur Knetseifenherstellung jedes Rezept verwenden. Wenn die Seife luftdicht verpackt nicht trocknen kann, bleibt sie plastisch. Zur Verarbeitung wird sie dann weich geknetet. So kann man gefärbte Reste aus der Herstellung einer anderen Seife zur späteren Verwendung in eine kleine Form gießen, deckt sie luftdicht ab und verpackt sie nach 24 Stunden in Folie. Hat man einen genauen Plan, siedet man die Knetseife in den benötigten Farben.

Knetseife kann leicht klebrig bleiben. Um sie zu verarbeiten, bestäubt man sie mit etwas Stärke.

Etwas besser geeignet sind Rezepte mit 50-70 % festen Fetten, beispielsweise Sheabutter. Von Olivenöl und anderen gelben oder grünen Ölen würde ich abraten, da sie die Farben verändern können.





## SEIFE AUSSALZEN: HERSTELLUNG VON PUTZSEIFE

Wenn die Seife freies NaOH enthält, dann kann sie ausgesalzen werden. Es entsteht Putzseife. Diese können Sie aber auch aus „normalen“ Seifenresten herstellen. Putzseife eignet sich zur Reinigung von Böden oder für Küchenoberflächen. Manche waschen damit auch empfindliche Wäsche.

1 kg Seifenreste oder  
scharfe Seife

3–4 Liter kochendes,  
entmineralisiertes  
Wasser

Topf mit mindestens  
10 Liter Fassungs-  
vermögen

15 g NaOH pro 1000 g  
Seife, bei scharfer Seife  
kein weiteres NaOH  
nötig

pro Aussalzvorgang  
200–400 g günstiges  
Speisesalz (für 3–4 Aus-  
salzvorgänge), maxi-  
mal 1,6 kg Salz und  
2–3 Liter Wasser

evtl. Universal-  
indikatorpapier

Schaumlöffel und  
Schüssel

### Herstellung

- 1 Seife fein reiben. Ist die Seife scharf, ziehen Sie unbedingt Handschuhe und Schutzbrille an.
- 2 Die Seifenraspel in einem sehr großen Topf mit der drei- bis vierfachen Menge an kochendem Wasser übergießen und leicht aufwallen lassen, bis sich die Seife zu einer cremigen Masse gelöst hat.
- 3 Wird eine Seife mit freiem NaOH aufgearbeitet, so braucht kein weiteres NaOH mehr zugegeben werden. Seifenreste mit Laugenunterschuss müssen mit weiterer Lauge verseift werden. Dazu pro 1000 g Seifenreste 15 g NaOH in 30 ml Wasser lösen und unter Rühren vorsichtig zur kochenden Seifenmasse geben.
- 4 Für die Restverseifung die Masse ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen.
- 5 Das Salz zugeben. Pro Aussalzvorgang werden zwischen 200 und 400 g Salz auf 1 kg Seifenraspel benötigt. Das Salz portionsweise zugeben und zwischendurch rühren. Wenn sich die Masse trennt und Seifenflocken oben schwimmen, ist genug Salz im Topf und die Zugabe kann gestoppt werden.
- 6 Seifenflocken mit einem Schaumlöffel von der Flüssigkeit abschöpfen und beiseite stellen.
- 7 In der Unterlauge befindet sich jetzt überschüssige Lauge, das bei der Verseifung gebildete Glycerin, Parfumöle, Farbstoffe usw. Die Unterlauge wird weggegossen.
- 8 Die Seifenflocken mit Wasser erneut aufkochen, bis sie sich gelöst haben. Danach Salz zugeben, Seifenflocken (auch Seifenkern genannt) oben abschöpfen und den Vorgang noch ein drittes oder viertes Mal wiederholen, bis die Unterlauge klar und nicht mehr stark alkalisch ist.
- 9 Zuletzt den Seifenkern in ein Sieb oder besser einen oder mehrere Plastikbecher, die am Boden mit Löchern versehen sind, abschöpfen. Sobald die Seife hart genug ist, kann sie zum Trocknen in handliche Stücke geschnitten werden.



### Alternative: Geruhsames Herstellen über mehrere Tage

Die Vorgehensweise ist die gleiche wie oben beschrieben, bis zum Schritt 3., aussalzen. Jedoch werden die Seifenflocken nicht mit dem Schaumlöffel abgenommen, sondern der Topf wird zum Abkühlen nach draußen gestellt. Am nächsten Tag wird die Seifenplatte, die sich oben gebildet hat, abgenommen und mit frischem Wasser erneut ausgesalzen. Auch hier den Vorgang drei- bis viermal wiederholen. So verteilt sich die Herstellung über mehrere Tage, wobei sie jeden Tag nur wenig Zeit in Anspruch nimmt.

## ZULETZT: GEWERBLICHE SEIFENHERSTELLUNG

Wer seine erste Seife gesiedet und sie stolz verschenkt hat, kennt den Satz bestimmt: „Die Seife könntest du ja verkaufen!“ Dazu muss man folgendes wissen: Seife fällt unter die Kosmetikverordnung. Diese regelt das Inverkehrbringen von Seifen und anderer Kosmetika. Wer also seine Seife verkaufen möchte, muss vorher bestimmte Voraussetzungen erfüllen. Das beginnt mit der Zertifizierung des Rezeptes mit allen Inhaltsstoffen durch ein Labor, geht über den Bau einer eigenen Seifenküche nach den Vorgaben der Kosmetikverordnung und des jeweiligen Lebensmitteluntersuchungsamtes und endet bei der Buchführung, die jedes Öl und jedes Parfümöl erfassen, mit Chargennummer versehen und für jede Seife dokumentieren muss. Näheres dazu findet man im Internet unter GMP (Good manufacturing practice).

Angesichts des nicht unerheblichen Aufwandes heißt es genau überlegen, ob man diesen Schritt gehen möchte oder lieber bei einem schönen Hobby bleibt.



Seife geschnitten (links), Seife mit gebrochenen Kanten, mit einem Mikrofaser-tuch poliert (rechts)



# SERVICE

Auf einen Blick: übersichtliche Tabellen zu Ölen und Allergenen, eine Rezeptübersicht, Literaturtipps, Bezugsquellen und Glossar.

mer  
Kohosol  
Sheabutter





## ALPHABETISCHE ÖLLISTE MIT WICHTIGEN DATEN

Hier finden Sie wichtige Informationen übersichtlich aufgelistet. Die Ölnamen sind auch in Englisch angegeben, damit sie in einem englischsprachigen Seifenrechner leicht gefunden werden.

| Ölname                                | Ölname<br>englisch                    | Verseifungszahl<br>NaOH | Verseifungszahl<br>KOH | Smp<br>[°C]    | Jod-<br>zahl | RZF   | Härte | Haltbarkeit<br>in Monaten | Herkunft   |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|------------------------|----------------|--------------|-------|-------|---------------------------|--|
| Aprikosen-<br>kernöl                  | Apricot<br>Kernel Oil                 | 0,139                   | 0,1946                 | -21 bis<br>-4  | 96–109       | 56    | 71    | bis 12                    | Kleinasien,<br>Mittelmeerraum  |
| Arganöl                               | Argan Oil                             | 0,136                   | 0,1904                 |                | 98           | 80    | 60    | bis 12                    | Nordafrika   |
| Avocadoöl                             | Avocado Oil                           | 0,133                   | 0,1862                 |                | 65–95        | 25,2  | 88    | bis 18                    | Amerika,<br>Südostasien  |
| Babassuöl                             | Babassu Oil                           | 0,175                   | 0,245                  | 24             | 14–20        | 4     | 98    | bis 24                    | Südamerika,<br>Brasilien   |
| Baumwoll-<br>saatöl                   | Cottonseed<br>Oil                     | 0,138                   | 0,1932                 | -2             | 101–<br>117  | 105,6 | 46    |                           | Nordamerika  |
| Borretsch-<br>samenöl                 | Borage Oil                            | 0,135                   | 0,189                  |                | 141          | 138,9 | 32    | 2–3                       | Mittelmeerraum   |
| Cupuacu-<br>butter                    | Cupuacu<br>Butter                     | 0,137                   | 0,1918                 | 27–33          | 44–45        | 13,5  | 94    | ca. 12                    | Südamerika   |
| Distelöl                              | Safflower Oil                         | 0,1355                  | 0,1897                 | -13 bis<br>-20 | 138–<br>152  | 151   | 24    | bis 9                     | Asien  |
| Distelöl h. o.                        | Safflower Oil,<br>high oleic          | 0,1355                  | 0,1897                 | -5             | 93           | 30    | 85    | bis 12                    | Asien  |
| Erdnussöl                             | Peanut Oil                            | 0,1355                  | 0,1897                 | -2             | 83–107       | 42    | 73    | bis 24                    | wahrsch. Bolivien  |
| Gänse-<br>schmalz                     | Goose Fat                             | 0,138                   | 0,1932                 | 25             | 65           | 20,5  | 89    | 3–5                       | –  |
| Hagebutten-<br>kernöl/<br>Wildrosenöl | Rosehip Oil                           | 0,133                   | 0,1862                 |                | 152–<br>169  | 141,6 | 34    | bis 6–9                   | Chile  |
| Hanföl                                | Hemp Oil                              | 0,138                   | 0,1932                 | -15 bis<br>-25 | 143–<br>166  | 177   | 21    | 6–9                       | Zentralasien   |
| Haselnussöl                           | Hazelnut Oil                          | 0,139                   | 0,1946                 | -20 bis<br>-10 | 83–90        | 32    | 83    | bis 6                     | Europa bis<br>Kleinasien   |
| Jatrophaöl                            | Jatropha<br>Oil, Soapnut<br>Seed Oil  | 0,138                   | 0,1932                 |                | 102          | 82    | 60    |                           | Tropische Gebiete<br>Amerikas  |
| Jojobaöl                              | Jojoba Oil                            | 0,066                   | 0,0924                 | 6–8            | 82–89        | 0     |       | mehr als 60               | Südwest- und<br>Nord-Mexiko  |
| Kakaobutter                           | Cocoa Butter                          | 0,138                   | 0,1932                 | 30–35          | 33–42        | 6     | 100   | bis 24                    | urspr. Amerika,<br>heute Afrika, Bra-<br>silien, Equador,<br>Kolumbien |
| Kameliensamenöl                       | Camelina<br>Seed Oil,<br>Tea Seed Oil | 0,138                   | 0,1932                 | -5 bis<br>-10  | 80–87        | 14,8  | 92    | bis 12                    | China, Japan   |
| Kokosfett                             | Coconut Oil                           | 0,183                   | 0,2562                 | 21–25          | 7–10         | 0     | 100   | bis 24                    | Asien, heute<br>gesamte Tropen   |
| Kürbiskernöl                          | Pumpkin<br>Seed Oil                   | 0,139                   | 0,1946                 | -15 bis<br>-16 | 113–<br>134  | 98    | 50    | bis 12                    | Österreich   |
| Leindotteröl                          | Cameline Oil                          | 0,134                   | 0,1876                 | -11 bis<br>-18 | 124–<br>153  | 148,3 | 23    | ca. 6                     | Südostasien und<br>Europa  |
| Lorbeeröl                             | Laurel fruit Oil                      | 0,141                   | 0,1974                 | 30–40          | 75–99        | 55    | 73    | bis 15                    | Mittelmeerraum   |
| Macadamia-<br>nussöl                  | Macadamia<br>Nut Oil                  | 0,139                   | 0,1946                 | -12            | 74–76        | 3,7   | 95    |                           | Australien,<br>Neuseeland  |