

LE SAVON NOIR ET SES SECRETS

IL ETAIT UNE FOIS LE SAVON...

Les plus anciennes traces écrites de l'utilisation du savon ont été retrouvées sur des tablettes en argiles Sumériennes datant de 2000 ans av J.-C. Il était composé principalement de graisses animales et de cendres. Le savon d'Alep composé d'huile d'olive, de soude végétale et des baies de lauriers fait son apparition en Syrie dès 1000 ans av J.-C., il se répandra en Europe avec les croisades au Moyen-âge et donnera ainsi naissance au savon de Marseille que l'on connaît.

L'histoire raconte que le savon noir a été créé suite à la diffusion du savon d'Alep en Méditerranée : les habitants de la région d'Essaouira, au Maroc, aurait adapté la recette pour créer le savon noir qui sera par la suite utilisé au hammam.

CHIMIE DU SAVON

La saponification est un phénomène qui résulte du mélange d'un acide gras (huile ou graisse) et d'une « base » ou alcali (potasse ou soude). Cette réaction chimique, dite exothermique car elle produit de la chaleur (comme la dégradation des bactéries dans le compost!), va entraîner l'apparition de savon et de glycérine. Les molécules de

Ce n'est qu'en 1791 que le chimiste Nicolas Leblanc invente la soude à partir de carbonate de calcium permettant de réduire le coût de fabrication de savons. C'est Eugène Chevreul qui, en 1823, élabore la théorie de la saponification, la savonnerie moderne est née !

Au XX^e siècle, les tensioactifs d'origines douteuses apparaissent et on voit fleurir les gels douches, shampoings et autres savons sans savon.

Le savon possède une tête hydrophile et une queue hydrophobe. Lors du lavage celles-ci s'agrègent autour des particules grasses (non aqueuses) et forment des petites sphères qui emprisonnent la saleté et partent avec l'eau de rinçage.

SAVON ET ENVIRONNEMENT : POLLUTION, AGENTS, BIO

Nous entendons souvent que les savons assèchent la peau et l'irritent : **c'est vrai pour les savons industriels** qui ne respectent pas les procédés de la saponification à froid. La saponification à froid ne chauffe pas les huiles, celles-ci sont émulsionnées en se mélangeant avec la soude ou la potasse. A contrario, les industriels chauffent les huiles à de fortes températures, ce qui les dénature et supprime leurs propriétés, avec beaucoup de soude pour accélérer le durcissement du savon. Une fois la cuisson terminée, la pâte est lavée à grande eau pour enlever le surplus de soude, mais la glycérine part avec. **Les savons qui en résultent sont donc très durs et agressifs pour la peau.**

De plus, la majorité des savons bons marchés industriels utilisent des huiles minérales issues du pétrole et contiennent des produits chimiques toxiques cancérigènes : conservateurs, colorants de synthèse, parfums de synthèse, produits moussants (EDTA, paraben, BHT, PEG polyéthylène glycol, PEO, cardomer, fragrance...). Non seulement ces savons sont toxiques pour l'organisme, mais ils sont également dangereux et polluants à cause des produits et des procédés de fabrication.

Alors qu'un savon artisanal fabriqué grâce à une saponification à froid peut être si **bon pour notre peau**, grâce à toutes les propriétés des huiles végétales, et respectueux **de l'environnement**, grâce à une fabrication usant peu d'énergie et uniquement des produits naturels !

ET LE SAVON NOIR ?

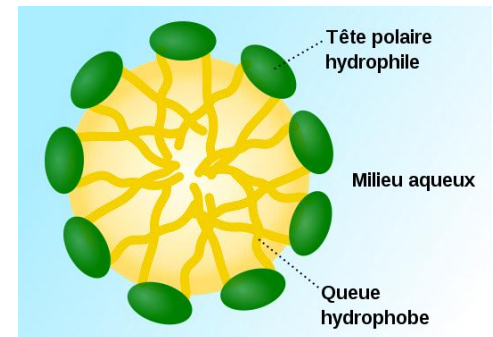
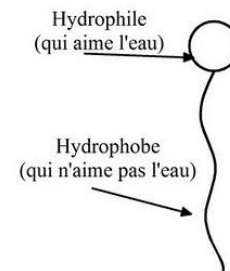
On distingue deux types de savon : les savons durs à base de sodium (ou soude) et les savons mous à base de potassium (ou potasse). Les savons liquides du commerce, quant à eux, sont constitués de dérivés de pétrole (huiles minérales). Il existe deux types de savon noir :

- **Le savon noir cosmétique** (auss appelé savon Beldi) : pâte d'olives + potasse. Savon hypoallergénique naturel, il est hydratant, régénérant et exfoliant pour la peau. Il est également très riche en vitamines E, ce qui en fait un soin doux et calmant.

- **Le savon noir ménager** : huile végétale (olive, lin, noix...) + potasse. Produit ménager par excellence, il dégraisse, nettoie, blanchit, désinfecte... Sa composition lui permet d'être assimilé par l'environnement, sans le polluer. De plus, il doit être dilué dans l'eau : il est de fait économique car peu de produit est suffisant pour un nettoyage efficace.

On l'utilise également en jardinage car il peut être utilisé comme protection contre les insectes néfastes ou comme soin.

Molécule de savon



Blog : <https://mjcconfluenceenvironnement.wordpress.com>

QUELQUES RECETTES MENAGERES PRATIQUES

Le savon noir est donc polyvalent, économique et respectueux et de notre santé, et de notre environnement. Connaître ses propriétés et ses usages permet de créer ses propres produits ménagers et produits cosmétiques, adaptés à ses besoins et ses envies : plus de liberté, plus d'économie et plus d'écologie ! Le savon noir est donc un produit de base à avoir dans un placard chez soi ;)

Liquide vaisselle pour un flacon de 500 ml

400 mL d'eau du robinet
120 g de savon noir ménager
2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
15 gouttes d'huile essentielle de citron ou de pamplemousse (facultatif)

Se laver les mains et stériliser les contenants.
Faites bouillir votre eau. Pendant ce temps, versez le savon, le bicarbonate et les gouttes d'huiles essentielles dans un contenant vide et nettoyé.
Quand l'eau a bouilli, versez-la dans le récipient, et mélangez bien pour dissoudre le bicarbonate.
Laissez refroidir quelques heures. C'est prêt !
Secouez un peu le produit avant chaque utilisation.

Nettoyant polyvalent multi-surfaces pour un flacon de 1 L

150 ml de savon noir liquide
900 ml d'eau
1 cuillère à soupe de bicarbonate de sodium (→ suite à côté)

20-40 gouttes d'huiles essentielles (*citron, menthe poivrée, lavande, romarin, tea tree...* La quantité de gouttes s'ajuste en fonction de vos envies olfactives ! Vous pouvez également faire un mélange d'huiles, par exemple : 20 gouttes de citron, 20 gouttes de romarin. Rajouter du tea tree permet à votre produit d'être un désinfectant et antibactérien.)

Dans un contenant de 1L qui servira de bouteille, mettre le savon noir puis les huiles essentielles. Mélanger ou secouer pour que les huiles essentielles se mélangent au savon. Rajouter l'eau puis remuer.

Recette express pour le sol

1 seau d'eau
2 cuillères à soupe de savon noir (ou un bouchon comme pour un autre nettoyant commercial)

Facultatif :

1 cuillère à café de bicarbonate de sodium
5 gouttes d'huiles essentielles au choix

Bien mélanger et hop ! on passe la serpillère.

RECETTE DE SORCIERE : LE SHAMPOING AU SAVON NOIR ET AUX PLANTES pour un flacon de 500 mL

- Ingrédients

500 mL d'hydrolats (à acheter) ou d'une décoction de plantes
50 g de savon noir cosmétique

- *Facultatif, selon le shampoing voulu*

2,5 mL d'huile végétale (1/2 cuillère à café)
7,5 mL (ou 1,5 cuillères à café) de beurre végétal ou de miel
20 à 30 gouttes d'huiles essentielles au choix
10 mL de mousse de Babassu (2 cuillères à café) : pour que votre shampoing mousse ! (sinon il ne moussera pas)
0,25 g d'agar agar pour solidifier le mélange s'il est trop liquide
Autres idées : argile, vinaigre, citron, flocons d'avoine, germe de blé...

Se laver les mains minutieusement. Stériliser tous les contenants (alcool ou en les faisant bouillir).
Faire fondre à feu très doux (dans le cas d'hydrolat, une chaleur supérieure à 35°C peut détruire les propriétés) le savon noir et le beurre végétale dans l'hydrolat ou la décoction de plantes.
Hors du feu, ajouter les autres ingrédients souhaités et mélanger jusqu'à l'obtention d'une texture homogène puis mettre en flacon !

- ➔ Avant chaque utilisation, il faut penser à bien le secouer !
- ➔ Si vous en faites une grande quantité (500 mL par exemple), il est conseillé de conserver le shampoing au frais pour éviter qu'il ne tourne. Vous pouvez remplir un petit flacon que vous gardez dans la salle de bain et conserver la recharge au frais ou, si vous avez le temps, vous ne pouvez faire que de petites quantités de shampoing à la fois.
- ➔ La base de cette recette convient également pour la fabrication d'un gel douche : il suffit d'adapter les ingrédients. Le savon noir peut alors être remplacé par du savon de Marseille.

Comme nous sommes en plein air sans réchaud, nous allons procéder comme suit :

- Laver les mains + stériliser
- Dans un bol, peser 50 g de savon noir.
- Faire bouillir 500 mL d'eau dans les bouilloires.
- Prendre 100 mL d'eau bouillante, mettre dans un petit saladier et y faire fondre le savon noir.
- Prendre les 400 mL d'eau bouillante restante et réaliser la décoction (voir conseils ci-dessous)
- Une fois la décoction réalisée, mélanger tous les ingrédients ensemble !

PETIT POINT SUR LES DECOCTIONS / INFUSIONS DE PLANTES

Hydrolat et eau florale = eau de distillation. C'est l'extrait de plante (qu'on pourrait désigner comme « l'eau des plantes ») récupéré par distillation, c'est-à-dire par évaporation. Délicat à faire soi-même, il vaut mieux l'acheter pour des propriétés maximums.

Décoction = dissolution. C'est l'extraction des propriétés des plantes par dissolution dans l'eau bouillante.

Pour les racines et feuilles épaisses : les mettre dans l'eau froide et les faire bouillir (environ 10/15 minutes).

Pour les fleurs et les feuilles fines (plus fragiles) : verser l'eau chaude dessus (ça devient une infusion et non plus une décoction).

QUELQUES IDEES DE PLANTES A DECOCTER SELON SES ENVIES

On peut mélanger plusieurs plantes pour une même décoction non seulement pour le mélange des odeurs, mais également pour l'association des propriétés.

Pour 500 mL de décoction, on peut compter 1 poignée de plantes. Les quantités sont approximatives, une décoction reste malgré tout très douce et les propriétés peu concentrées : il n'y a pas de risque ou de danger de faire une décoction trop « forte » pour le cuir chevelu.

Moins de plantes = des propriétés moins concentrées, une odeur et une couleur allégée.

Plus de plantes = une odeur plus forte, des propriétés un peu plus active et une couleur plus prononcée.

Vous pouvez adapter les quantités selon vos envies.

Vous pouvez laisser infuser les plantes entre 1h et une nuit.

Cheveux gras : lavande, citron, thym, romarin, menthe, lierre, sauge, laurier

Pellicules / démangeaisons : menthe, cèdre, romarin, hibiscus, thym, ortie, persil, sauge, menthe, arnica

Chutes de cheveux / favorise la pousse : pamplemousse, sauge, romarin, hibiscus, thym, ortie, persil, basilic, gingembre

Cheveux secs : lavande, sauge, camomille, santal, arnica, romarin

Pour démêler : thym, réglisse, géranium, mélisse, capucine

Cheveux blonds : camomille, racine de rhubarbe, citron sec, calendula

Cheveux roux : hibiscus, gingembre

Cheveux foncés : sauge, thé noir, romarin, thym

→ *On peut également faire la décoction ou l'infusion dans de l'eau de riz : rincer le riz dans de l'eau et conserver l'eau légèrement blanchie. Vos cheveux seront brillants et fortifiés !*

LES BONNES ASTUCES

Le contenant : il suffit de récupérer la bouteille de shampoing vide et de la recharger !

Pour les produits ménagers, vous pouvez également réutiliser votre ancien contenant en le remplissant mais, si vous n'en avez pas, pas besoin d'en acheter un. Une bouteille d'eau en plastique ou même en verre fait l'affaire !

Recettes et astuces zéro déchets !!!

Pour les shampoings et gels douches : si vous utilisez des huiles essentielles, évitez celles issues d'agrumes car elles contiennent des furocoumarines qui provoquent des taches lorsque la peau est exposée au soleil. Si vous en mettez dans votre liquide vaisselle, veillez à utiliser des gants.

Pour votre vaisselle, pensez aux alternatives aux éponges jetables ! Très polluantes et peu résistantes, on peut utiliser des brosses (achetées ou fabriquées soi-même) ou une éponge en micro-fibres qui peut être lavée en machine.

