Una Introducción a la Elaboración de Jabones Artesanales con Aceite de Oliva

Paul M. Reynolds

Bajo Aragón Matarraña
GRUPO DE ACCIÓN LOCAL

pon aragón en tu mesa

Fondo Europeo Agrícola de
Desarrollo Rural:
Europa invierte en las zonas rurales

CONTENIDO

Introducción

Seguridad

Herramientas

Materiales

- ❖ Aceites
- ❖ Sosa Cáustica
- ❖ Colores
- ❖ Aceites esenciales
- ❖ Otros

El Proceso

- ❖ La preparación
- ❖ La saponificación
  Jabón de Miel y Cera de Abeja
- ❖ Los moldes y el curado

Recetas

- ❖ Jabón de Café y Canela
- ❖ Jabón de Lavanda, Cera de Abeja y Leche de Cabra
- ❖ Jabón de Romero

Páginas Web de Interés

¡No se llama sosa CAUSTICA sin razón!

Nunca
añadir agua a la sosa cáustica; puede causar una explosión.

SIEMPRE se disuelve la sosa en el agua.

Cuando se maneja la sosa cáustica, toma precauciones como llevar guantes de goma o de látex y gafas de seguridad. Hay que recordar que el jabón que no ha cumplido el periodo de curación, también puede ser cáustico.

Guardar la sosa cáustica en un recipiente etiquetado que sea impermeable al aire y la humedad en un lugar fuera del alcance de los niños (¡y de los adultos demasiados curiosos!) y animales.

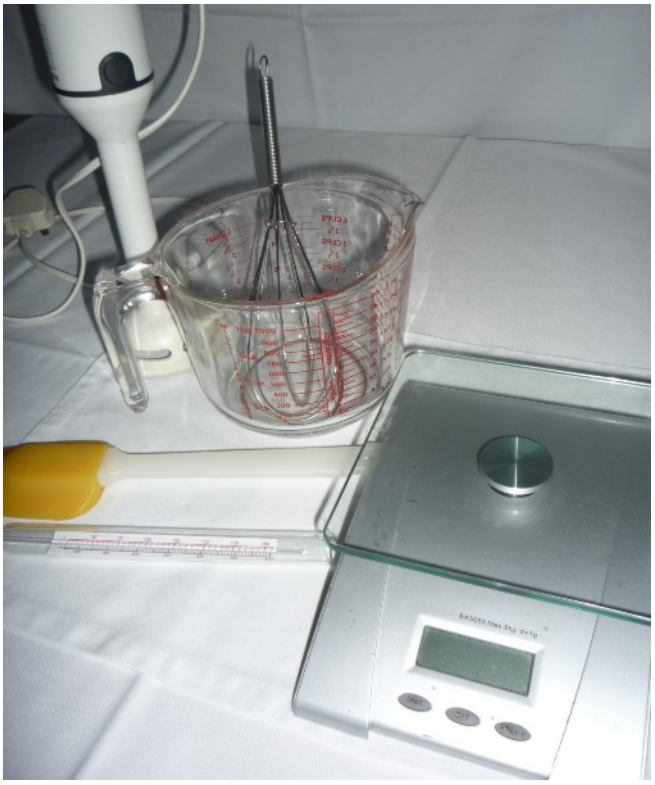
No dejes la sosa o el jabón en proceso sin atender, sobre todo, si hay niños o animales cerca.

Al añadir la sosa cáustica al agua (y nunca al revés) se desprende un humo nocivo para la salud. Siempre evita respirar estos gases. Trabajar en un lugar bien ventilado.

La sosa cáustica puede quemar la piel y es muy peligrosa si entra en los ojos. Aunque lleves guantes, ten cuidado de no tocarte la cara o la piel mientras manejas la sosa cáustica. Recuarda enjuagar las manos en abundante agua al terminar de trabajar.

El vinagre neutraliza la sosa cáustica, es bueno tener vinagre y agua a mano cuando se esta trabajando en caso de accidente.

HERRAMIENTAS



Falta decir primero lo que **NO** se puede utilizar en la elaboración del jabón. Todo material que no sea de acero inoxidable, cristal (pirex) o un plástico resistente, no puede estar en contacto con la sosa cáustica o el jabón crudo porque la sosa se lo come o el calor lo derrite.

No sirve cualquier cosa hecha de madera, de aluminio, de cerámica o de hierro esmaltado.

Para hacer el jabón, hace falta lo siguiente;-

Un **CUENCO** de pirex o acero inoxidable adecuado para colocar encima de una olla de agua caliente. Tiene que ser lo bastante grande para acomodar el total del volumen del jabón que se va a elaborar.

Una **JARRA** de pirex o acero inoxidable de un litro por lo menos.

Una **BALANZA**, preferiblemente de las electrónicas; ***la precisión es todo.***

Una **BATIDORA ELÉCTRICA** facilitará mucho el trabajo pero no es imprescindible.

Un **BATIDOR** y una **ESPÁTULA DE GOMA** y si es de silicona, que es más resistente, mejor.

Un **TERMÓMETRO** o aun mejor, **dos**. Tienen que ser de cristal o de acero inoxidable y poder marcar hasta 100 °C.

Uno o varios **MOLDES** para dar forma al jabón. Tiene que ser de plástico o si es de madera, protegido con papel de horno. Se recomienda el uso de moldes flexibles para facilitar la extracción del jabón cuando se ha endurecido.

Unas **GAFAS PROTECTORAS**.

Un **DELANTAL** y unos **GUANTES DE LÁTEX** o **GOMA**.

MATERIALES

Aceite

El jabón hecho con **Aceite de Oliva** se conoce tradicionalmente como 'jabón de Castilla' aunque actualmente, la mayoría de jabones que llevan este nombre también llevan otros aceites.

El aceite de oliva tiene grandes propiedades como hidratante y emoliente para la piel y no interfiere con la respiración natural de la piel como pueden hacer otros aceites. El aceite de oliva produce un jabón suave y cremoso con pequeñas burbujas que es bueno para los que tienen la piel sensible.

Sus desventajas, son que, sobre todo los mejores aceites como virgen extra, producen un jabón blando que puede deshacerse si se deja en agua. El jabón elaborado sólo con aceite de oliva hace poca espuma, y por eso suele estar mezclado con aceite de coco.

Sosa Cáustica

Cuando compramos tenemos que asegurarnos lo que estamos comprando. Hay que buscar el nombre químico 'hidróxido de sodio' con la formula NaOH. Debe tener una pureza que se aproxime al 100%, suele ser alrededor del 98%.

Colores

Para dar color al jabón, se puede añadir colorante de origen natural o artificial. El problema es que la sosa reacciona con muchos de ellos pudiendo dar un resultado inesperado. También hay que tener en cuenta que el color final depende del color original del jabón. Por ejemplo, si tiene tonos amarillentos y se le añade colorante azul, puede resultar en un color verdoso.

Siempre hay que resistir la tentación de pasarse si hemos de evitar que las toallas y el lavado (¡o la piel!) se tiñan al usar el jabón.

Los colorantes naturales se incorporan a una pequeña cantidad del jabón sacado del lote después de alcanzar el "punto de traza" y se vuelve a mezclar con el resto del jabón.

Se utilizan **Los colorantes naturales** en la proporción de ½ a una cuchadita (2.5g – 5g) por 500g de jabón.

Colorante		**Tono**
Cacao en polvo	-	Café o marrón (ojo! solo cacao puro sin azúcar.)
Canela	-	Marrón
Cúrcuma	-	Amarillo dorado
Pimentón	-	Melocotón

Se utiliza menos cantidad si **Los Colorantes son Artificiales.**

Se disuelve entre 2g – 2.5g por 500g de jabón en 30g de agua destilada templada **que hay que restar de la cantidad de agua estipulada en la receta**.

Colorante		**Tono**
Ultramarino Azul	-	Azul
Ultramarino Violeta	-	Lavanda
Oxido de Cromo	-	Verde hierba
Oxido de Hierro	-	Rojo

Los **Aceites esenciales** son extraídos de las plantas, normalmente por el proceso de la destilación. Como se requiere muchísima material prima para producir una cantidad pequeña del aceite, es un producto caro. Se puede utilizar solo un tipo en la elaboración del jabón pero la experimentación con mezclas al gusto personal puede ser muy interesante.

Hay tres categorías de olores que son las 'tres notas'; base, media y alta.

Las notas altas son las llegan primero a la nariz pero son fugaces.

Las notas medias son más sólidas y forman el centro de la fragancia .

Las bases fijan las otras fragancias.

Los Aceites Esenciales

Base	Media	Alta
Madera de cedro *(Cedrus Atlantica)*	Geranio *(Pelagonium Roseum)*	Árbol del Té *(Melaleuca Alternifolia)*
Incienso *(Boswellia Carteri)*	Lavanda (también Alta) *(Lavandula Officinalis)*	Citronella *(Cymbopogon Nardus)*
Mirra *(Commiphora Myrrha)*	Manzanilla *(Anthemis Nobilis)*	Menta *(Mentha Piperita)*
Pachulí *(Pogostmon Patchouli)*	Pine *(Pinus Sylvestris)*	Naranja *(Citrus Sinensis)*
Sándalo *(Santalum Album)*	Romero *Rosmarinus officinalis)*	
Vainilla *(Vanilla Planifolia)*	Ylang-ylang *Cananga Odorata)*	

Entre los varios **Otros Aditivos** que se puede incorporar al jabón son;

Almendra Molida; Utilizada como un exfoliante suave, solo hace falta una cuchadita para cada 500g de jabón para beneficiarse de sus efectos.

Avena; Presta textura al jabón y es exfoliante. Es más suave si se muele un poco antes de incorporar o utilizar en copos para un exfoliante más áspero.

Café Molido; Como exfoliante y para quitar los olores como el de cebolla de las manos. Su uso tiende a reducir la espuma del jabón.

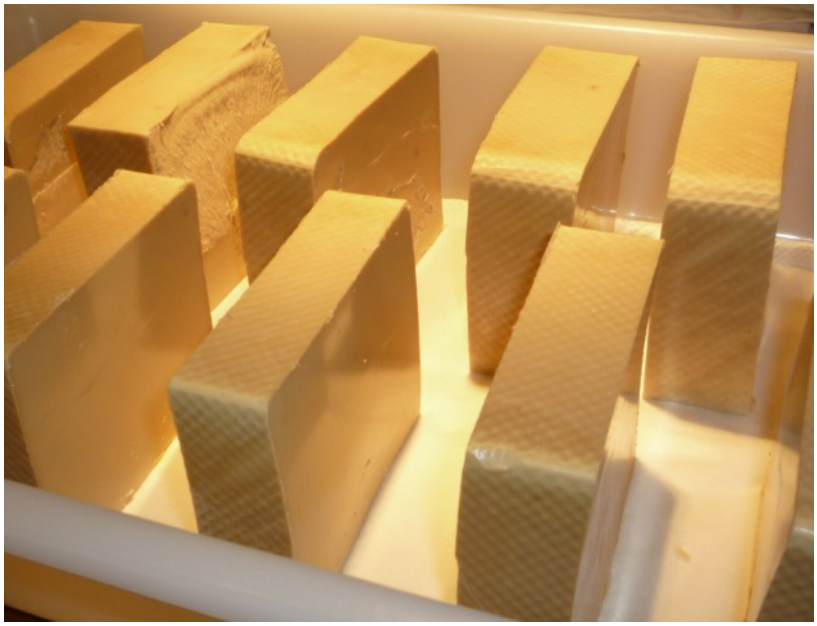
Cera de Abeja y Leche de Cabra;
Utilizadas por sus propiedades emolientes.
Para más información sobre el uso, ver las recetas.

Miel; Empleada por sus propiedades hidratantes (ver la receta básica).

El Proceso de Saponificación

Jabón de Miel y Cera de Abeja

Etapa 1



En el cuenco medir las siguientes cantidades;

1430 g de aceite de olive
135 g de cera de abeja

Colocar encima de una olla con agua caliente para calentarse. Queremos que la cera se haga líquida y que la mezcla este entre 40° C y 50° C.

Etapa 2

Medir **500 g de agua destilada** en la jarra y añadir **70 g de miel** removiendo hasta que se disuelve la miel.

Etapa 3

Trabaja en un lugar ventilado o si no es viable, debajo de la campana del ventilador de la cocina.

Con mucho cuidado y llevando gafas, guantes y delantal, poco a poco, echar **190 g de hidróxido de sodio (Sosa)** a la jarra con el agua y la miel.

Remueve con cuidado hasta que se haya disuelto la sosa. Se notará que la temperatura del líquido sube mucho, hay que dejarlo enfriar hasta llegar a una temperatura de entre 40 ° C y 50 ° C.

Etapa 4

Una vez que las dos mezclas están más o menos a la misma temperatura, se utiliza la batidora para remover el contenido del cuenco para mezclar bien el aceite con la cera líquida.

Etapa 5

Ahora, y tomando precauciones de seguridad, se vierte TODO el contenido de la jarra (la sosa, miel y agua) al cuenco con el aceite y cera

Etapa 6

Remover la mezcla con la batidora. El jabón esta listo para echar en el molde cuando al dejar caer el jabón de la batidora, en vez de incorporarse, deja un rastro elevado (se llama '*trace*' en inglés

Etapa 7

Es el momento de añadir los otros componentes que se quiere incorporar al jabón. Si hay varios aditivos, el aceite esencial se incorpora en último lugar, ya que puede acelerar el cuajo del jabón y eso complicaría el proceso de añadirlo al molde.

Etapa 8

Se transfiere el jabón al molde que ha sido forrado con papel de hornear o pintado ligeramente con aceite para que el jabón no se quede pegado al molde. Si se pega, introducir el molde en el congelador durante unas horas para ayudar a desmoldar el jabón.

Etapa 9

Envolver el molde con una toalla y dejar reposar. Después de 24 horas, comprueba si se ha endurecido. Sino, se deja y se vuelve a probar el día después.

Etapa 10

Cortar el jabón en la forma deseada y para hacer el 'curado', dejarlo expuesto al aire en un sitio fresco (y fuera del alcance de niños o animales). Hay que esperar 4 semanas antes de utilizar el jabón porque sigue siendo un poquito cáustico hasta que haya transcurrido este plazo.

Receta

Jabón de Café y Canela

Este jabón es muy apropiado para el uso en la cocina por las propiedades del café para quitar los olores, como el de la cebolla o el del pescado, de las manos.

500 g	**Aceite de Oliva**
64 g	**Sosa Cáustica**
180 g	**Agua Destilada**

1 cuchara llena de Café Molido (fino)
1 cuchara al ras de Canela Molida

1) Se mide el agua en una jarra resistente al calor y poco a poco, se le añade la sosa (siempre sosa al agua, no al revés) removiendo para disolver la sosa. Se coloca un termostato dentro del líquido y se deja enfriar hasta que esta entre 40º C y 50º C.

2) Medir el aceite en un cuenco y poner a calentar al baño María. Queremos que esté entre 40º C y 50º C.

3) Cuando el aceite y la sosa tienen , más o menos, la misma temperatura, se incorpora la sosa con el aceite removiendo con la batidora.

4) Cuando se ha logrado un *'trace'* ligero, se aparta la tercera parte de la mezcla en una jarra.

5) Al resto del jabón, se añade el café molido y la canela, se remueve hasta que se incorporen, y se echa al molde.

6) En seguida, se echa el jabón reservado al molde en un par de líneas dejando caer desde un poco de altura para que vaya hacia el fondo del molde. Con una espátula, se hacen unos movimiento en forma de zig-zag para hacer un dibujo bonito con los dos colores del jabón.

7) Envolver el molde en una toalla y después de 24 horas, comprobar si el jabón se ha endurecido. Cuando está lo bastante duro, cortarlo en la forma deseada y dejar reposar (curar) durante 4 semanas antes de usar.

Receta

Jabón de Lavanda, Cera de Abeja y Leche de Cabra

Este jabón es muy apropiado para el uso diario. Tanto la leche de cabra como la cera tienen propiedades emolientes. Hay que tener mucho cuidado al hacer el jabón con leche de que no se caliente mucho y separe con la adición de la sosa. Para evitarlo, se enfrían los líquidos antes.

500 g	**Aceite de Oliva**
30 g	**Cera de Abeja**
65 g	**Sosa Cáustica**
95 g	**Agua Destilada**
95 g	**Leche de Cabra**
½ cuchadita	**Aceite Esencial de Lavanda**
½ cuchadita	**Pigmento Violeta Ultramarino *(opcional)***

1) Se mide el agua y la leche en una jarra resistente al calor y al frío y se deja reposar en la nevera para enfriarse. Se puede utilizar leche congelada y en este caso, no hace falta enfriar el agua.

2) Cuando la mezcla este fría, colocar un termostato dentro del líquido y añadir la sosa (siempre sosa al agua, no al revés) poco a poco comprobando que la temperatura no alcance más de 40º C. Queremos que este alrededor de 40º C cuando se haya disuelto la sosa. Cuanto más sube la temperatura, más se altera el color y augmenta el riesgo de que se separe la leche.

3) Medir el aceite en un cuenco y poner a calentar al baño María. Queremos que este alrededor de los 40º C.

4) Cuando el aceite y la sosa tienen, más o menos, la misma temperatura, se incorpora la sosa con el aceite removiendo con la batidora.

5) Cuando se ha logrado *'trace'*, se le añade el pigmento *(opcional)* y el aceite esencial. Se remueve hasta que se incorporen y se echa al molde.

6) Envolver el molde en una toalla y después de 24 horas, comprobar si el jabón se ha endurecido. Cuando esta lo bastante duro, cortarlo en la forma deseada y dejar reposar (curar) durante 4 semanas antes de usar.

Receta

Jabón de Romero

Este jabón es muy apropiado para el uso diario. Se dice que el Romero tiene propiedades para mejorar la memoria y es vigorizante!

500 g	**Aceite de Oliva**
64 g	**Sosa Cáustica**
180 g más extra	**Agua Destilada**
2 cucharadas bien llenas	**Romero fresco cortado fino**
½ cuchadita	**Aceite Esencial de Romero**
¼ - ½ cuchadita	**Pigmento Oxido de Cromo *(opcional)***

1) Se coloca el romero en una jarra resistente al calor y se le echa encima, 100 g del agua destilada hirviendo y se deja reposar para enfriarse.

2) Pasar la infusión por un chino fino para quitarle el romero volver a medir. Añadirle más agua destilada hasta lograr la medida exacta de 180 g.

3) Se echa la infusión en una jarra resistente al calor y poco a poco, se le añade la sosa (siempre sosa al agua, no al revés). Cuando se ha disuelto la sosa, colocar un termostato dentro del líquido. Queremos que este entre 40º C y 50º C.

4) Medir el aceite en un cuenco y poner a calentar al baño María. Queremos que esté entre 40º C y 50º C.

5) Cuando el aceite y la sosa tienen, más o menos, la misma temperatura, se incorpora la sosa con el aceite removiendo con la batidora.

6) Cuando se ha logrado *'trace'*, se le añade el pigmento *(opcional)* y el aceite esencial. Se remueve hasta que se incorporen y se echa al molde.

5) Envolver el molde en una toalla y después de 24 horas, comprobar si el jabón se ha endurecido. Cuando esta lo bastante duro, cortarlo en la forma deseada y dejar reposar (curar) durante 4 semanas antes de usar.

Páginas Web de Interés

Asociaciones;

http://omezyma.es/index.php
http://www.ponaragonentumesa.com/

Aceites Ecológicos;

http://www.casamicolauortiz.com/ Torre del Compte
http://www.biorafales.com/ Ráfales

Miel y cera;

http://www.ponaragonentumesa.com/Productores-590-Miel_Penas_Blancas.html
Foz-Calanda

Inspiración;

http://naturalmentemediterraneo.blogspot.com/

Jennifer es canadiense pero actualmente vive en la costa sur de España haciendo jabón para la venta en los mercadillos locales.

http://losjabonesdemimujer.blogspot.com/

Una jabonería en Pedraza, Segovia.

http://enjaboname.blogspot.com/

Sergio es un jabonero en Calpe, Alicante.