

Capitolo 6

INGREDIENTI PARTICOLARI NEL SAPONE

A questo punto, avrete già superato la paura della soda e del primo sapone, la situazione vi sarà già sfuggita di mano e avrete realizzato una decina di saponi in tempi ristretti.

Come annunciato all'inizio di questa avventura, la saponite sta prendendo il sopravvento e ora vi sentite pronti a sperimentare sostanze nuove, inusuali, particolari o più difficili da trattare.

In questo capitolo ne vedremo alcune, con cui realizzeremo dei saponi; vi potranno servire da esempio.

Olio di alloro e sapone di Aleppo

Quando si parla di olio di alloro, il pensiero va subito al meraviglioso sapone di Aleppo, forse l'unico sapone naturale al 100% attualmente ancora in commercio.

In Italia, la vendita dell'olio di alloro – sostanza fondamentale, per la produzione di questo sapone – è vietata; pertanto, procurarselo significa doversi rivolgere al mercato di altri Paesi europei, come la Svizzera e la Germania.

I costi molto elevati dell'olio, sommati a quelli del trasporto, lo rendono un prodotto d'élite.

Fare un sapone di Aleppo in casa sarebbe, sì, una grande soddisfazione, ma quanto ci costerebbe? L'alternativa all'acquisto dell'olio è l'estrazione casalinga dalle bacche nostrane, un procedimento che richiede molte ore di lavoro, ma che non è affatto difficile da seguire.

Il tempo speso per la raccolta delle bacche e per l'estrazione dell'olio vi verrà ripagato con l'immensa gioia che avvertirete, quando finalmente userete un sapone di Aleppo prodotto in tutto e per tutto da voi!!

Le bacche si raccolgono dal *Laurus nobilis*, più comunemente noto con il nome di *lauro* o *alloro*, e solo la pianta femmina produce le bacche da cui si può estrarre l'olio. La raccolta inizia verso ottobre-novembre, a seconda del clima; in alcune località, bisogna attendere fino a dicembre, periodo in cui le bacche raggiungono la massima maturità, ai fini della concentrazione di olio.

Le bacche di alloro, più propriamente chiamate *drupe*, hanno l'aspetto di olive nere un po' allungate e dimensioni leggermente inferiori a quelle dei veri frutti dell'ulivo. La resa delle drupe, in termini di olio, è alquanto bassa: si aggira

attorno all'8-12% del peso delle bacche fresche; questo spiega il prezzo proibitivo dell'olio in commercio.



Dal momento che occorre lavorare molte ore, per estrarre una piccola quantità di olio, vi consiglio di procedere solo quando avrete raccolto almeno 2,5-3 kg di bacche, così dall'estrazione otterrete 200-250 g di olio, cioè la quantità sufficiente per preparare circa 1,4 kg di sapone di Aleppo al 20% di alloro.

Prima di passare al procedimento di estrazione, vorrei aggiungere una cosa importante: se non siete sicuri di sapere riconoscere le piante di alloro, fatevi aiutare da persone più esperte, in grado di distinguere il *Laurus nobilis* dal *Prunus laurocerasus*. Questa seconda pianta, che comunemente viene chiamata Lauroceraso, è simile nell'aspetto al comune alloro, ma produce drupe velenose.

TABELLA N. 34 ESTRAZIONE DELL'OLIO DI ALLORO DALLE BACCHE



Ingredienti

3 kg di bacche di alloro
4,5 l di acqua

Preparazione

Iniziate il procedimento la mattina presto.

Mettete in una o più pentole le bacche di alloro e aggiungete una quantità d'acqua pari a una volta e mezzo il peso delle bacche stesse.

Mettete sul fuoco e iniziate pazientemente la fase di cottura; appoggiate il coperchio sulla pentola, ma copritela solo parzialmente.

Calcolate che, a partire dal momento in cui l'acqua inizierà a bollire, le bacche dovranno cuocere per 8 ore.

Durante le ore di cottura l'acqua si consumerà, quindi ogni tanto aggiungetene un po', perché dovrà essere sempre abbondante per dare all'olio la possibilità di salire in superficie.

Trascorse le prime 2 ore, spegnete il fornello e chiudete la pentola, lasciandola sul fornello spento per 30 minuti.

Trascorsi i 30 minuti di riposo, iniziate a prelevare la piccola quantità di olio che si sarà fermata sulla superficie. Cercate di prenderlo delicatamente con un cucchiaino, senza mescolare, e filtratelo con un passino a maglia stretta che avrete appoggiato su una brocca. Non importa se, insieme all'olio, preleverete anche dell'acqua o dell'impurità: in una fase successiva, verranno eliminate.



Riaccendete il fornello e riprendete la cottura. Quando l'acqua inizia a bollire, fate cuocere le bacche per altre 2 ore, poi fate una seconda pausa di 30 minuti

Durante le seconde 2 ore di cottura, se vedete un quantitativo evidente di olio salire in superficie, potete prelevarlo man mano che si forma e versarlo nella brocca contenente quello raccolto in precedenza, sempre filtrandolo con il passino per togliere le impurità di dimensioni più grandi.

In ogni caso, trascorse le seconde 2 ore e la pausa di 30 minuti, raccogliete tutto l'olio presente prima di riaccendere il fornello.

Riprendete la cottura e portatela a termine.

Quando saranno trascorse 7 ore e mezza, spegnete il fornello e coprite la pentola; dopo 30 minuti, prelevate l'ultimo olio che si sarà liberato e aggiungetelo al resto.

A questo punto, se volete, potete recuperare ancora delle piccole quantità di olio.

Prendete due pentole pulite di dimensioni adeguate.

In una, versate tutto il liquido e la poltiglia che avete cotto filtrandoli con un colino, in modo che restino separati dalle bacche (che rimarranno nel colino); con un cucchiaino, spremete delicatamente le bacche nel colino per fare uscire altro liquido, evitando però di rompere i noccioli. Fate bollire la polpa e il liquido filtrati per un'ora, cercando di recuperare l'eventuale residuo di olio che dovesse salire in superficie durante l'ebollizione.

Nella seconda pentola, versate le bacche e aggiungete dell'acqua pulita; per 3 kg di bacche, basteranno 2 l di acqua. Fate bollire le bacche nella nuova acqua per altre 2 ore, prelevando quel po' di olio (ci sarà comunque) che si libererà durante l'ebollizione. Al termine del procedimento, spegnete il fornello e lasciate riposare per 30 minuti, poi controllate se c'è ancora dell'olio e, in tal caso, prelevatelo e aggiungetelo a quello già accumulato.

La lunga e faticosa raccolta è terminata; a questo punto, resta solo da separare l'olio ricavato dalle impurità.

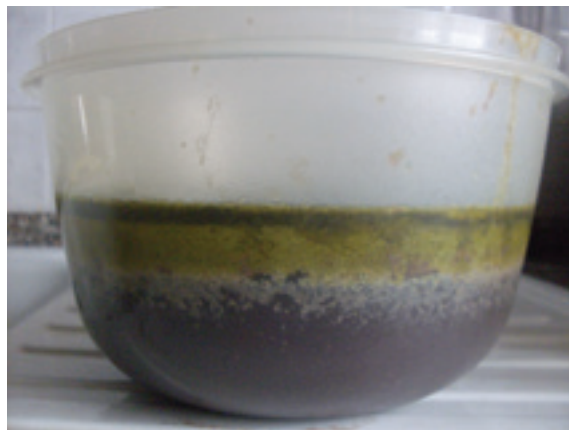
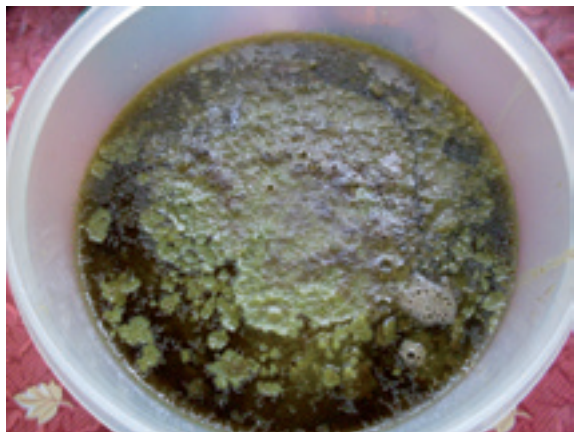
Se volete, potete recuperare il decotto di cottura. Dopo averlo filtrato e lasciato raffreddare, versatelo in alcune vaschette per alimenti e congelatelo: diventerà un ottimo ingrediente per futuri shampoo solidi!

E ora passiamo all'olio.

Tutto l'olio raccolto è ancora miscelato con un po' di acqua e di polpa delle bacche.

Per separarlo dalle impurità, versate il miscuglio in una ciotola di plastica (come quella dell'immagine), dopo esservi accertati che riesca a entrare in un vano del congelatore. Scegliete un contenitore piuttosto stretto, il miscuglio dovrà arrivare a un'altezza di almeno 5 cm; evitate contenitori larghi, perché l'olio si disperderebbe su una superficie troppo ampia, formando uno strato tanto sottile da rendere difficoltosa la successiva operazione di prelievo.

Coprite la ciotola e lasciatela riposare tutta la notte su un piano dove non subirà vibrazioni.



La mattina seguente l'olio sarà salito in superficie: il colore verde intenso vi rapirà!

Se la ciotola che avete usato è trasparente, potrete vedere, guardandola di profilo, che durante la notte il composto si è diviso in tre strati: uno inferiore, liquido; uno intermedio, contenente tutta la polpa delle bacche; uno superiore, con l'olio.

Prendete la ciotola con delicatezza, cercando di non muoverla troppo per non mescolare i tre strati, mettetela nel congelatore e lasciatevela per 24 ore, cioè per il tempo necessario affinché tutto il liquido si congeli.

La mattina dopo togliete la ciotola dal freezer: l'olio sarà congelato e tutto localizzato sulla superficie.



Servendovi di un coltello o di un cucchiaio, iniziate a grattare la superficie e a prelevare l'olio.



Man mano che staccate i pezzetti di olio congelato, metteteli in un barattolo o in una vaschetta.

Poiché l'olio si scongela velocemente, se dopo un po' notate che inizia a sciogliersi, prelevatelo con il cucchiaio.

Dovete grattare e prendere i pezzi di olio congelato fino ad arrivare allo strato sottostante contenente la polpa delle bacche, facilmente riconoscibile dal colore non più verde, ma marroncino.

Quando il coltello arriva sul secondo strato, fermatevi.



Ed ecco qui l'olio raccolto, ma ancora congelato:



Nell'immagine successiva, invece, potete vedere come si presenta a temperatura ambiente.

L'olio di alloro è molto denso; all'aspetto, è simile a una pasta.



L'olio appena ottenuto potrebbe contenere dei residui acquosi. Se pensate di utilizzarlo entro una settimana, tenetelo ben chiuso nel frigorifero fino al momento dell'uso; se invece pensate di servirvene in un secondo momento, congelatelo e scongelatelo solo un paio di giorni prima dell'utilizzo.

Ora che abbiamo il prezioso olio di alloro, non dobbiamo fare altro che metterci al lavoro e realizzare un sapone ispirato a quello di Aleppo.



RICETTA N. 18

SAPONE SIMIL-ALEPPO
(al 20% di olio di alloro)

- SAP olio di alloro per NaOH: 0,1478
- Metodo a caldo
- Sconto soda 4%

Ingredienti

1000 g di olio extravergine di oliva
 250 g di olio di bacche di alloro (50 g dei quali da aggiungere quasi a fine cottura)
 164 g di idrossido di sodio (NaOH)
 440 g di acqua demineralizzata

Dopo un'ora e mezza di cottura:

50 g di olio di bacche di alloro (dei 250 g riportati tra gli ingredienti)

Preparazione

Procedete nella lavorazione del sapone come indicato nel paragrafo “Metodo a caldo” descritto nel Capitolo 5.

Trascorsa 1 e ½ ora di cottura, aggiungete l'olio di alloro messo precedentemente da parte e proseguite la cottura per altri 30 minuti.

Infine, versate nello stampo come spiegato nel procedimento per i “Saponi a caldo”.

Per rendere davvero speciale questo sapone, lasciatelo stagionare almeno 12 mesi in un luogo fresco e aerato.

Catrame vegetale

Il catrame vegetale è un liquido nero, denso e viscoso, dall'odore forte e pungente che sa di affumicato.

Lo si estrae per distillazione dal legno di alcuni alberi come la betulla, il faggio e il pino. Il catrame ricavato dai pini norvegesi è considerato il più pregiato.

In dermatologia, è usato come disinfettante antimicrobico, particolarmente indicato in caso di eczemi, dermatite seborroica, psoriasi e forfora.

Il catrame vegetale è “fotosensibilizzante”, cioè rende la pelle più sensibile al sole; quindi, anche se il sapone è un prodotto che va risciacquato, a titolo di maggiore sicurezza è preferibile evitare l'uso di saponi contenenti catrame in misura maggiore al 5% prima di esporsi direttamente ai raggi solari (per esempio, prima di andare in spiaggia).

Potete acquistare il catrame vegetale nei negozi che vendono prodotti per l'equitazione (o anche su Internet).

Prima di comprarlo, accertatevi che sia di tipo vegetale e non minerale, che sia puro al 100% e

che sia catrame vegetale e non un prodotto "a base di" catrame vegetale. Date la preferenza a quello di pino, anche se costa qualcosa di più.

- *Quantità consigliata nei saponi:* al massimo, il 12%.

TABELLA N. 35 COME INSERIRE IL CATRAME VEGETALE NEL SAPONE

Il catrame vegetale ha la caratteristica negativa di provocare l'ammassamento del sapone, così diventa difficile farlo arrivare alla fase di nastro e successivamente versarlo nello stampo con la corretta densità.

Per ridurre il fenomeno dell'ammassamento, è necessario lavorare a temperature basse.

Per questi saponi, è consigliabile utilizzare delle buone percentuali di grassi aventi la caratteristica di rallentare il nastro (ad esempio, gli oli polinsaturi) e contenere l'uso di oli o sostanze che invece lo accelerano (quali, ad esempio, la colofonia o alcune fragranze sintetiche). In questo modo, si cerca di contrastare il verificarsi dell'ammassamento.

La maggior parte del catrame inserito non verrà saponificato, perché il SAP del catrame è molto basso, ma rimarrà libero nel sapone. Per questa ragione, i saponi al catrame hanno la tendenza a rimanere morbidi. Per assicurare al sapone finito una buona durezza, è preferibile (anzi, direi essenziale) inserire una percentuale di grassi indurenti come il burro di cacao (come minimo, il 5%) o la stearina vegetale (il 5%); inoltre, è bene ridurre del 10% la quantità di acqua della soluzione caustica.

Procedimento

Preparare la soluzione caustica e lasciarla raffreddare fino a raggiungere la temperatura ambientale.

Si può preparare la soluzione caustica e poi saponificare anche il giorno dopo; in questo caso, bisogna coprirlo e riporla in un luogo sicuro e irraggiungibile dai bambini e dagli altri componenti della famiglia, inclusi gli animali domestici, fino al momento dell'uso.

Il giorno seguente, pesare e scaldare tutti i grassi insieme, a esclusione del catrame, che invece andrà pesato e preparato a parte in una vaschetta (meglio usare dei contenitori usa e getta, come ad esempio i bicchierini dello yogurt). Quando il burro di cacao e/o la stearina vegetale, oltre che l'olio di cocco si saranno sciolti negli altri oli, spegnere il fornello e lasciarli raffreddare fino a raggiungere una temperatura di 42-45 °C al massimo.

Nel frattempo, preparare tutto l'occorrente per saponificare, in modo da non dovere perdere tempo al momento di unire il catrame al sapone perché, come accennato, il catrame tenderà a provocare l'ammassamento, cosa che renderebbe poi difficile l'operazione di versare il sapone nello stampo; sarà quindi necessario muoversi con una certa velocità.

Quando i grassi avranno raggiunto la temperatura indicata, versare la soluzione caustica (già a temperatura ambiente) negli oli e portare il sapone al nastro, come si fa normalmente. Si dovrà ottenere un nastro ben fermo; solo dopo andranno aggiunti gli oli essenziali, frullando un po' per miscelarli al sapone.

Quando tutto sarà pronto, unire il catrame vegetale, frullare per il tempo necessario a distribuirlo uniformemente nel sapone e infine versare velocemente nello stampo, prima che il sapone diventi troppo solido e difficile da gestire.

Sformare dopo 48 ore.

Lavare gli attrezzi come di consueto, cercando di asportare più sapone e catrame possibile con delle salviette di carta.

Per rimuovere i residui di catrame più persistenti, usare l'alcol.

RICETTA N. 19

SAPONE AL CATRAME VEGETALE



- SAP catrame vegetale per NaOH: 0,043
- Metodo a freddo
- Sconto soda 6%

È un sapone dall'odore forte – da molti considerato sgradevole – particolarmente indicato in caso di eczema, psoriasi e dermatiti in genere.

Ingredienti

- 350 g di olio extravergine di oliva
- 200 g di oleolito di calendula in olio extravergine di oliva
- 170 g di olio di cocco
- 100 g di catrame vegetale
- 70 g di olio di riso
- 60 g di burro di karité
- 50 g di burro di cacao
- 125 g di idrossido di sodio (NaOH)
- 270 g di acqua demineralizzata
- 10 ml di olio essenziale di menta
- 3 ml di vitamina E (alfa-tocoferolo)

Preparazione

Preparate l'oleolito di calendula a freddo, seguendo le indicazioni riportate nella Tabella n. 14 ("Preparazione degli oleoliti con piante secche") del Capitolo 2.

Preparate la soluzione caustica e lasciatela raffreddare completamente, come spiegato nella Tabella n. 35 ("Come inserire il catrame vegetale nel sapone") di questo capitolo.

Il giorno seguente, o quando la soluzione caustica si sarà raffreddata, procedete nella lavorazione del sapone come spiegato nella stessa tabella.

Tenete presente che la vitamina E va inserita quando si aggiunge l'olio essenziale di menta.

Infine versate nello stampo come di consueto.

Cenere

Anche la cenere, come l'Aleppo, rappresenta una delle principali attrazioni, per i saponai.

Tutti, chi prima e chi dopo, inevitabilmente avvertono il desiderio di realizzare dei saponi alla cenere per l'igiene personale.

Molti ci provano, per poi rimanere delusi dagli esiti: infatti i saponi, oltre a risultare aggressivi o non abbastanza delicati, sono spesso morbidi e untuosi. Questo avviene perché, quando si progetta il sapone, raramente si tiene conto del pH basico della cenere.

Per attenuare in parte l'aggressività, si può utilizzare la cenere esausta, quella che rimane dalla produzione della lisciva, perché, avendo già liberato in essa tutta la sua forza, si è ormai indebolita.

TABELLA N. 36 LISCIVA DI CENERE CASALINGA**Ingredienti**

- 1 parte di cenere di legna
- 5 parti di acqua preferibilmente demineralizzata

Preparazione

Setacciare la cenere, metterla in una capiente pentola e aggiungere l'acqua.

Portare a ebollizione.

Fare bollire dolcemente per 2 ore, mescolando di tanto in tanto.

Spegnere, coprire la pentola e lasciare riposare la lisciva, senza agitare, fino al giorno seguente. Il giorno dopo, la cenere si sarà depositata sul fondo della pentola, e il liquido in superficie, cioè la lisciva, avrà un aspetto più o meno trasparente.

Preparare quindi una seconda pentola, posandovi all'interno un colapasta rivestito con un telo di cotone bianco (un pezzo di lenzuolo o una vecchia federa), che fungerà da filtro.

Iniziare a versare la lisciva nella pentola con il filtro, utilizzando un mestolo e cercando di non sollevare il fondo polveroso. Sospendere quando ci si avvicina al fondo e lasciare di nuovo decantare per qualche ora, in modo che la cenere si sieda di nuovo; poi prelevare l'altra lisciva.

Lasciare decantare per un giorno la lisciva già filtrata, poi, se si sarà formato un deposito, filtrarla una seconda volta, lasciando il deposito sul fondo; infine, imbottigliare o travasare la lisciva in una tanica di plastica.

La lisciva ottenuta dovrebbe essere trasparente; a volte, però, può risultare ambrata, nonostante i ripetuti fil-traggi. La causa è da ricercare nel tipo di legna da cui è stata ricavata la cenere, nonché nella sua stagionatura.

Una lisciva poco trasparente non rappresenta comunque un problema, perché ha la stessa efficacia di una più trasparente.

Uso

È possibile utilizzare la lisciva per varie pulizie domestiche.

Si può aggiungerla all'acqua del lavaggio delle stoviglie, per rinforzare l'azione detergente del detersivo, oppure usarla per lavare i vetri e i pavimenti e per fare il bucato.

Nella lavatrice, aumenta l'azione pulente del sapone o del detersivo, quindi è particolarmente indicata per trattare la biancheria molto sporca.

La pasta di lisciva che rimane nella pentola, oltre che per fare i saponi alla cenere, può essere anch'essa utilizzata come detergente: per esempio, per lavare le stoviglie, basterà strofinarle con una spugnetta impregnata di pasta.

Per maggiori informazioni sull'uso della lisciva e della pasta di cenere, e sulla realizzazione di saponi alla cenere per la casa, invito a leggere la mia prima pubblicazione, *Saponi e detersivi naturali* (Arianna Editrice), che tratta il mondo dei saponi e dei detersivi ecologici per la casa e per il bucato.