



Inés Hermann

Putzen mit  
selbst hergestellter  
Naturseife

Gesunde Sauberkeit  
einfach selber machen!

# INHALT

Es geht nichts über Selbstgemachtes!	7
Naturseife im Haushalt	8
Meine Quellen	10
Theorie	12
Rohstoffe für die Seifenherstellung	14
Pflanzliche Fette und Öle für die Seife	16
Kräuter und pflanzliche Wirkstoffe für die Seife	21
Grundrezept Wirkstoffwasser	23
Ätherische Öle	24
Natürliche Zusatzstoffe	26
Putzkörper – Natürliche Scheuermittel	29
Formen für die Seife	31
Die Arbeitsgeräte	32
Praxis	34
Seife sieden mit Natriumhydroxid (NaOH, Ätznatron)	36
Rezepte für Natron-Putzseifen	41
Leinölseife	42
Seifen-Putzstein mit Schlämmkreide (Calciumcarbonat)	44
Weiche Olivenöl-Polierseife mit Schlämmkreide	46
Gall-Seife	48
Lavendel-Putzseife mit Bimssteinmehl	50
Luffaschwamm-Seife	52
Schwefelseife	54
Ingwer-Kaffee-Seife	56
Salbei-Essig-Seife gegen Schimmel und Kalk	58
Klassische Olivenöl-Lorbeer-Seife	60
Salzseife	62
Sattel-und Lederseife	64
Niemölseife gegen lästiges Ungeziefer	66
Holzpflege-Seife mit Kolophonium	68
Fichtennadeln-Schwarzkümmel-Seife	70
Grundrezept Zitrus-Essig	72
Kalklösende Zitrus-Essig-Seife	74
Holzmehl-Seife	76

Seife sieden mit Kaliumhydroxid (KOH, Ätzkali)	78
Rezepte für Kalium-Putzseifen	85
Universal-Schmierseife	86
Holzreinigungs-Seife	88
Grüne Schmierseife	90
Antibakterielle Schmierseife	92
Waschpaste mit Holzmehl	94
Scheuerpaste	96
Kaffee-Orangen-Seife	98
Sole-Schmierseife	100
Salz-Schmierseife	102
Bimssteinmehl-Scheuerseife	104
Geschirrspülmittel-Konzentrat	106
Essig-Schmierseife gegen Schimmel und Kalk	108
Lederreinigungspaste	110
Kräuter-Schmierseife	112
Zitrus-Schmierseife	114
Bezugsquellen	117
Weitere Bücher der Autorin	119