

1€

15
min

LESSIVE



INGREDIENTS

- 1L d'**eau**
- 2,5 C.à.S de **savon de Marseille** râpé ou en paillettes (20g)
- 1 C.à.S de **cristaux de soude**
- 0,3 C.à.S de **savon noir** (10g)
- Eventuellement 3 gouttes d'**huile essentielle** (HE) : mandarine, lavande, teatree, pin, citron ou menthe



MATERIEL

- 1 cocotte
- 1 bouilloire ou plaque chauffante
- 1 bidon vide
- 1 cuillère à soupe (C.à.S)



RECETTE

Dans une cocotte, mettez tous les ingrédients sauf l'huile essentielle et portez à ébullition. Versez la préparation une fois tiédie dans votre vieille bouteille de lessive. Rajoutez l'huile essentielle.

Secouez avant chaque utilisation (la préparation se solidifie légèrement) et versez l'équivalent de votre lessive habituelle (un demi-verre).



CONSEIL

Mieux vaut préparer autant de litres que votre contenant, en laissant un vide pour secouer. Dans le bac assouplissant, versez un demi-verre de vinaigre blanc (pour détartrer la machine et assouplir le linge). Ajoutez éventuellement 3 gouttes d'HE dans ce bac plutôt que dans la lessive, pour un parfum plus présent.

Toutes les recettes sur ceseau.org

SAVON DE MARSEILLE



4€/kg à 15€/kg



Drogueries. Magasins de bricolage.
Magasins bio. Certains supermarchés



Paillettes de savon *La Droguerie Ecologique*, 9€ le sac d'1kg, Biocoop ou magasins spécialisés // Copeaux de savon de Marseille *Marius Fabre*, 11,50€ les 750g, drogueries, jardinerie et magasins bio. Les deux sont un peu chers mais ils sont très concentrés, à partir d'1 sac on peut fabriquer 20L de lessive et faire 130 à 150 machines !



Attention au "faux" savon de Marseille. Regardez bien la composition. Préférez les magasins bio.

CRISTAUX DE SOUDE



1€/kg à 15€/kg



Grandes surfaces. Magasins de bricolage.
Magasins bio. Drogueries



Cristaux de soude *Leroy Merlin*, 4,50€ les 500g // *Phenix*, 1€ les 1kg, *Intermarché* et drogueries // *Starwax the Fabulous*, 4,90€ les 480g, *Castorama* et drogueries



SAVON NOIR



3,45€/kg à 12€/kg



Supermarchés et hypers. Magasins spécialisés. Magasins de bricolage



Savon noir liquide à l'huile de lin *Briochin*, 3,35 € la bouteille d'1L, supermarchés et hypers // Savon noir liquide à l'huile de lin *Biovie*, 3,45 € la bouteille d'1L, supermarchés et hypers // Savon noir à l'huile d'olive *Starwax the Fabulous*, 7,50€ la bouteille d'1L, *Castorama* et drogueries



Attention aux savons noirs contenant des parfums.

HUILE ESSENTIELLE



3 à 15€ / flacon de 10ml



Certains supermarchés. Pharmacies.
Parapharmacies. Magasins bio



Attention : Les huiles essentielles sont des produits très concentrés et dangereux s'ils sont mal utilisés. Ne pas s'en servir chez les femmes enceintes ou les jeunes enfants.

<5€

15 min

CAKE-VAISSELLE



INGREDIENTS

- 250g de **Sodium Coco Sulfate** (SCS)
- 2 C.à.S d'**eau** (30g)
- 1,5 C.à.S de **cristaux de soude** (20g)
- Eventuellement 5 gouttes d'**huiles essentielles** (HE)* : tee tree, citron ou menthe



MATERIEL

- Bol
- Casserole
- Plaque chauffante
- Cuillère à soupe (C.à.S)
- Pilon
- Balance de cuisine
- Contenant en verre



RECETTE

Versez le SCS et l'eau dans un bol, puis mélangez. Faites chauffer à feu doux au bain-marie, tout en écrasant avec le pilon jusqu'à obtenir une pâte homogène (elle va se former progressivement avec la chaleur, au bout d'environ 10min). Retirez du feu puis ajoutez les cristaux de soude, écrasez de nouveau. Enfin, ajoutez l'HE et mélangez. Transvasez dans votre contenant et tassez avec le pilon. C'est prêt !



ATTENTION

Le SCS à l'état de poudre est très irritant pour les voies respiratoires et la peau. Il est fortement recommandé de porter un masque et des gants. Lors de l'utilisation du cake-vaisselle, videz le résidu d'eau régulièrement.

* Attention ce produit est très concentré et déconseillé aux femmes enceintes et aux enfants.

Toutes les recettes sur ceseau.org



<1€



1
min

NETTOYANT POUR LES SOLS



INGREDIENTS

- 3 C.à.S de **savon noir** liquide
- 5L d'**eau** tiède
- Eventuellement quelques gouttes d'**huile essentielle*** : citron, pin, teatree, lavandin



MATERIEL

- Seau d'eau
- Cuillère à soupe (C.à.S)



RECETTE

Versez le savon noir dans le seau d'eau tiède, avec en option, quelques gouttes d'huile essentielle (10 gouttes pour 5L). Mélangez bien avant l'application. Inutile de rincer.



CONSEILS

Cette recette est pour tout type de sols : carrelages, planchers, linoleums, tommettes...

Pour les carrelages uniquement, vous pouvez ajouter à cette recette 2 à 3 cuillères à soupe de cristaux de soude, à dissoudre dans l'eau chaude (rincez après l'application).

* Attention ce produit est très concentré et déconseillé aux femmes enceintes et aux enfants.

Toutes les recettes sur ceseau.org

1€

1 min



NETTOYANT POLYVALENT SPRAY



INGREDIENTS

- 1/3 de **vinaigre blanc**
- 2/3 d'**eau** tiède
- Eventuellement quelques gouttes d'**huile essentielle*** : citron, pin, teatree



MATERIEL

- 1 flacon vide vaporisateur



RECETTE

Remplissez 1/3 de votre récipient par du vinaigre blanc. Complétez avec de l'eau tiède, puis les huiles essentielles (3 à 5 gouttes pour 1L de spray). Mélangez bien avant chaque utilisation.



CONSEILS

Vous pouvez ajouter du jus de citron à la place de l'huile essentielle. Contre l'odeur désagréable du vinaigre blanc, laissez tremper des zestes de citrons dans la bouteille de vinaigre. Retirez-les au moment de faire votre préparation.

* Attention ce produit est très concentré et déconseillé aux femmes enceintes et aux enfants.

Toutes les recettes sur ceseau.org

