



6 DIY natuurlijke huidverzorgingsproducten stap voor stap

e-book

**Maak jij je ook zorgen over slechte toevoegingen in
huidverzorgingsproducten?**

In dit e-book lees je waarom het maken van je eigen
producten een goed idee is. Vervolgens leer je stap voor
stap 6 producten zelf te maken.

Essential.blue

6 DIY natuurlijke huidverzorgingsproducten stap-voor-stap

Schadelijke additieven in onze dagelijkse verzorgingsproducten liggen terecht onder een vergrootglas.

Ze zijn vaak slecht voor je huid, maar ook voor de natuur.

Veel ingrediënten zijn mogelijk kankerverwekkend of hormoonverstorend. De palmolie die wordt gebruikt tast bovendien het leefgebied van de laatste orang-oetans aan. En de potjes en flesjes verdwijnen in de plastic soep.

Gelukkig is er een oplossing.

Maak de overstap naar duurzaam. Koop duurzame producten. En als een etiket een wirwar van onbegrijpelijke woorden bevat, laat het dan staan. Als je zelf je verzorgingsproducten maakt, weet je precies wat erin zit.

En vooral ook wat er niet in zit.

Zeg vaarwel tegen schadelijke additieven.

Dat is veel beter voor jou en voor de natuur.

In dit e-book leg ik stap voor stap uit hoe je 6 huidverzorgingsproducten kunt maken.

Als je vragen of ideeën hebt, mail me of reageer op mijn blogs.

Veel succes!



Mariette

Eigenaar Essential.blue

NATURE PRODUCTS
Essential.blue
SELF MADE

Inhoud

Wat je In dit e-book kun je lezen	3
Waarom zou je huidverzorgingsproducten zelf moeten maken?	5
Over de houdbaarheid van zelfgemaakte producten	8
Badzout lavendel, heel eenvoudig om zelf te maken	10
Maak je eigen body scrub	12
Gietzeep, een heel gemakkelijke manier om zeep te maken	14
Maak je eigen zeep	17
Zeep maken: eerste hulp	20
Lavendelolie maken	22
Je eigen etherische olie destilleren	25
Over de auteur & Essential.blue	28

DIY huidverzorgingsproducten die goed zijn voor jou en voor de natuur

In dit e-book kun je lezen:

- Waarom het maken van je eigen producten een goede manier is om voor jezelf en voor de natuur te zorgen
- Hoe je zelf zeep kunt maken, van heel eenvoudig tot iets moeilijker. En hoe je veelgemaakte fouten kunt vermijden.
- Hoe je een body scrub en badzout in verschillende geuren kunt maken.
- Hoe je (lavendel)olie maakt, door destillatie of door lavendel te weken in een basisolie.



Disclaimer: Dit e-book is met de grootste zorg samengesteld met als doel mensen te inspireren om zelf duurzame producten te maken.

De auteur is niet aansprakelijk voor eventuele negatieve gevolgen die kunnen voortvloeien uit het gebruik van dit boek. Neem alle voorzorgsmaatregelen die nodig zijn als je werkt met natriumloog en let goed op de houdbaarheid van je producten. Raadpleeg een deskundige als je een gevoelige huid hebt.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.



Waarom zou je huidverzorgingsproducten zelf moeten maken?

Heb je wel eens een etiket gelezen van huidverzorgingsproducten? Daar word je niet vrolijk van. Als het al te begrijpen is, is het vaak niet goed voor de natuur en zelfs vaak niet voor je huid.

Veel ingrediënten zijn kanker-
verwekkend en hormoonverstorend.

Huidirriterende huidverzorging

Neem SLS (sodium lauryl sulfate). Hoewel het vaak voor huidirritatie zorgt en mogelijk kankerverwekkend is, zit het nog steeds in heel veel huidverzorgingsproducten en in tandpasta.*

Waarom? Omdat het goedkoop is en omdat het schuimt. Het is de wereld op zijn kop. Huidverzorgingsproducten die precies het omgekeerde doen dan waarvoor jij ze koopt. Toch is het vaak de realiteit.

Ontbossing voor huidverzorging

Palmolie is veel in het nieuws. Het is niet slecht voor je huid, maar is wel een belangrijke veroorzaker van ontbossing. En het zit overal in.

Tropisch regenwoud wordt gekapt en ingeruild voor palmolie plantages.*

Oké, dan koop ik dus voortaan producten zonder SLS en zonder palmolie?

Was het maar waar dat dit de enige probleem ingrediënten waren. Want je vergeet parabenen, kunstmatige geuren, Triclosan, Phthalates, Polyethylene Glycol, Formaldehyde, Benzophenone, Aminophenol, Diaminobenzene, Phenylendiamine en zo kan ik eindeloos doorgaan.

Vaak zijn het ingrediënten die worden toegevoegd om iets langer houdbaar te maken, bacteriegroei tegen te gaan, een product beter smeerbaar te maken of meer te laten schuimen. Nooit worden ze toegevoegd omdat ze goed zijn voor je huid. Ze zijn vaak juist schadelijk voor jouw huid en hormoonhuishouding en schadelijk voor de natuur en soms kankerverwekkend.

Je moet wel echt een expert zijn, om etiketten van huidverzorgingsproducten te kunnen lezen. Als je weet dat palmolie en afgeleiden daarvan, wel onder 200 verschillende namen schuil gaan*.

Dat is niet bij te houden.

Voordelen van het maken van je eigen verzorgingsproducten

- Zo zorg je niet alleen goed voor jezelf, maar ook voor de natuur.
- Als je huidverzorgingsproducten zelf maakt, weet je helemaal zeker wat er in zit.
- Je kunt er voor kiezen alleen de allerbeste ingrediënten voor je huid te gebruiken.
- Je kunt er voor kiezen alle ingrediënten die slecht zijn voor de natuur en biodiversiteit weg te laten.
- Je eigen huidverzorgingsproducten maken is vaak helemaal niet moeilijk.
- Het is leuk om te doen en kost niet altijd veel tijd.
- Het is vaak goedkoper, omdat de winst naar jou gaat en niet naar een bedrijf.
- Je bent gelijk af van de plastic flessen en potten die anders mogelijk verdwijnen in de plastic soep.
- En je hebt altijd leuke cadeautjes om weg te geven.

*** Voetnoten:**

- 10 Ingredienten om te vermijden in huidverzorgingsproducten:
<https://impakter.com/10-ingredients-avoid-beauty-products/>
- De Orangutan Alliance laat op zijn website een lijst zien van meer dan 200 namen van producten of ingrediënten die afkomstig zijn van palmolie:
<https://www.orangutanalliance.org/whats-the-issue/alternative-names-for-palm-oil>
- **WWF:** the rapid expansion of Palm oil threatens some of the planet's most important and sensitive habitats:
<https://www.worldwildlife.org/pages/which-everyday-products-contain-palm-oil>

Foto pagina 4: Stuart Jansen, Unsplash

Het leefgebied van de orang utan wordt ernstig bedreigd door het gebruik van palmolie.



Over de houdbaarheid van zelfgemaakte producten

Omdat er meestal geen conserveringsmiddelen zitten in zelfgemaakte huidverzorgingsproducten zijn ze vaak minder lang houdbaar. Dat geldt zeker voor crèmes en vloeibare producten. Let zelf dus goed op de houdbaarheidsdatum. Bewaar vloeibare producten in de koelkast.

Harde zeep is relatief lang houdbaar en hoeft niet in de koelkast. Epsom zout ook niet, dat is ook relatief lang houdbaar, zolang er geen vocht bij komt. Wel kan het zout samenklonteren, dat schud je gewoon weer los. Etherische olie hoeft ook

niet in de koelkast en is over het algemeen 2 jaar houdbaar. Destillaat moet wel in de koelkast en is relatief kort houdbaar.

Je neus is meestal een goede graadmeter. Iets wat niet lekker meer ruikt, gebruik dat niet meer.

Werk hygiënisch en maak potjes en flesjes goed schoon en droog

Maak alle potjes goed schoon en droog om bacterievorming tegen te gaan. En was goed je handen.





Epsom Salt
(magnesium sulfate)
with lavender
4 flowers

1/2-1 cup in water
(foot) bath

Badzout lavendel, heel eenvoudig om zelf te maken

Epsom badzout met een lekker geurtje is niet alleen goed om te ontspannen in bad, maar ook goed voor je. Want Epsom zout bevat magnesium en dat is een belangrijk mineraal voor je gezondheid. Je hoeft er geen bad voor te hebben, je kunt het ook gebruiken voor een voetenbadje.

Het zout is genoemd naar de stad Epsom in Engeland. In de zeventiende eeuw ontdekte men in Epsom bronnen, die rijk waren aan magnesiumzout.

Je kunt Epsom zout in grote zakken kopen. Varieer met verschillende oliën om verschillende soorten badzout te maken.

Ingrediënten:

- Epsom zout
- Druppels etherische oliën
- Gerecycleerde flessen of potten

Hoe maak je het?

Het maken van lavendel badzout is heel eenvoudig.

1. Vul een grote kom met Epsom badzout en voeg druppels lavendelolie of andere etherische olie toe.
2. Roer goed door en laat het zout met de olie minstens een dag staan zonder deksel.

3. Voeg eventueel meer druppels lavendelolie toe, afhankelijk van je smaak.

4. Roer opnieuw en laat staan.

5. Na een paar dagen is het zout als het goed is droog genoeg om in potten of flessen te doen.

Gebruik gerecyclede flessen en versier ze

De flessen op de foto zijn hergebruikte sapflessen die ik van een plaatselijke bar heb gekregen. Maak de flessen of potjes goed schoon en droog en versier ze zoals je wilt. Zo heb je een persoonlijk cadeautje om weg te geven of een cadeautje voor jezelf. 😊

Je kunt ook gedroogde lavendelbloemen aan het badzout toevoegen.



Maak je eigen body scrub

Het kost je slechts 15 minuten.

Ingrediënten:

- 60 gram kokosolie
- 30 gram Epsom badzout
- 5 gram gedroogde lavendel angustifolia.
- Optioneel: 4 druppels etherische olie lavendel

Hoe maak je het?

1. Maal de gedroogde lavendel fijn met een mixer. Je hele huis wordt in lavendelgeuren gehuld.
2. Hak vervolgens het Epsomzout ook met de mixer fijn.
3. Meng het Epsomzout en de lavendel en mix nog een keer.
4. Roer nu het zout met de lavendel door de kokosolie. Meng goed, indien nodig met de mixer.
5. Voeg eventueel een paar druppels olie toe.

Let op: Gebruik geen mixer die je ook voor je eten gebruikt en maak alles na gebruik heel goed schoon. Epsomzout is niet om in te nemen, maar kan wel veilig via de huid worden opgenomen.

Slaap als een roos met deze body scrub

Angustifolia lavendel is rustgevend. Als je geen kalmerende scrub wilt, voeg dan lavandin lavendel toe in plaats van Angustifolia lavendel.

Breng de body scrub royaal aan op je natte huid en masseer de scrub zachtjes in. Ga daarna lekker douchen. Bewaar de DIY body scrub in een afgesloten pot in de koelkast. De body scrub is ongeveer een maand houdbaar in de koelkast.



Gietzeep, een heel gemakkelijke manier om zeep te maken

Als je zelf zeep wilt maken, maar niet graag met NaOH (natriumloog) werkt, of niet lang wilt wachten op je zeep om te gebruiken, dan is gietzeep iets voor jou. 2 Uur later is je zeep klaar voor gebruik.

Ingrediënten:

Je hebt nodig voor zes stukken zeep:

- 500 gram gietzeep, let op zoals alle bereide producten is het moeilijk om zeep te vinden zonder SLS en palmolie.
- Zes mallen. Je kunt een leeg pak (soja) melk gebruiken. Dan kun je wel de zeepjes wat minder individueel controleren, omdat het dan 1 stuk zeep wordt dat je uiteindelijk in de gewenste stukken snijdt.
- Maximaal 3% etherische olie.
- Gedroogde en geperste bloemen in verschillende kleuren om de zeepjes te versieren.

Dit is hoe het werkt:

1. Snijd het blok gietzeep in kleinere blokjes.
2. Bereid vervolgens de lavendelbloemen naar eigen inzicht, snij ondertussen de stelen op maat of haal de lavendelbloemen van de stelen. Doe de lavendel in de mallen.

Liever niet te veel, anders wordt het een rommeltje.

3. Verwarm de blokken gietzeep in een pan au bain marie (zet een kleinere pan in een pan met kokend water) of in de magnetron. Au bain marie maakt het iets makkelijker om je zeep te controleren. Zorg er in ieder geval voor dat de zeep niet heter wordt dan 75 graden Celcius, anders kan hij verkleuren.

De blokjes smelten relatief snel, maar ook komt er snel een film op de vloeibare zeep. Blijf de zeep dus langzaam roeren. Niet te snel, zodat er niet te veel luchtbelletjes ontstaan. Tenzij je dat juist wel wilt, zoals op de foto bij dit artikel. Als er een film ontstaat, nog eens roeren of nog wat verder verwarmen.

4. Als de zeep helemaal is opgelost, voeg je snel de etherische olie toe. En blijf je langzaam roeren.

5. Haal de pan uit het kokende water - droog de bodem af, want je wilt geen waterdruppels bij je zeep - en giet de zeep heel langzaam in de mallen. Giet niet te snel, want dan gaan de bloemen bewegen. Met een dunne straal kun je de richting aanpassen. En dit vermindert het aantal luchtbelllen.

6. Terwijl je de zeep van de ene mal in de andere giet, controleer je of

de vloeibare zeep nog vloeibaar is. Zo niet, zet de pan dan terug in de pan met heet water en verwarm deze zo nodig opnieuw en roer tot de zeep weer vloeibaar is.

7. Raak het gevulde zeepbakje niet meer aan. Probeer ook de

lavendel niet te verplaatsen nadat deze is gegoten, want het resultaat zal niet mooi zijn. En beweeg het zeepbakje pas als de zeep echt droog is.

Na 1 à 2 uur zijn je zeepjes klaar. Dan kun je ze meteen gaan gebruiken.



Maak je eigen zeep

Helemaal zelf je ingrediënten uitzoeken voor je eigen zeep is natuurlijk het leukste en het beste om te doen. Want alleen dan weet je precies wat er in zit.

Ik heb dit recept gemaakt met deze zeepcalculator.

<http://soapee.com/calculator>

Gebruik de calculator voor je eigen recept, of gebruik mijn recept hieronder.

Wat heb je nodig:

- 276 gram olijfolie
- 184 gram kokosolie
- 67,55 gram NaOH (natrium loog)*
- 151,8 gram water. Je kunt lavendel hydrolaat, kraanwater of gedestilleerd water gebruiken.
- 13,8 gram essentiële lavendelolie
- Gedroogde lavendel
- Zeepvormpjes. Een schoon en in stukken gesneden pak sojamelk voldoet prima. Deze hoeveelheid zeep past in 1 sojapak en 3 losse zeepbakjes, of 1,5 pak.
- Kookthermometer
- Mixer en 2 pannen die je in elkaar kunt zetten om de zeep au bain Marie te verwarmen.

***Voorzichtig met NaOH (natriumloog)!**

NaOH is een natuurlijk product, maar tijdens het verwerken kan het een gat in je huid branden. Wees dus voorzichtig. De NaOH met water (natriumloog) is nodig voor de verzeping, zonder dat lukt het niet. Als de verzeping goed gaat en je laat de zeep lang genoeg drogen, ik bewaar hem zeker 6 weken, dan is – als je alles goed hebt gedaan – alle NaOH uit de zeep verdwenen.

Lees voordat je begint ook het volgende artikel: over problemen die voor kunnen komen.

Hoe veilig werken met NaOH?

Weeg de juiste hoeveelheid koud water af en doe dit in een stevige bak. Voeg dan de juiste hoeveelheid NaOH aan het water toe. **Nooit andersom.** Werk met een veiligheidsbril, handschoenen en een gezichtsmasker. En zorg ervoor dat er tijdens het proces niets kan omvallen. Werk dus met stevige potten en pannen en een schoon aanrecht. De NaOH kan behoorlijk heet worden (70 graden C.) nadat het aan het water is toegevoegd en geroerd. Gebruik een stevige plastic bak of een hittebestendig glas. Dan verdwijnt de warmte niet te snel en wordt het materiaal niet aangetast. Gebruik

geen houten roerlepel want die wordt aangetast. Een gewone eetlepel gaat wel goed.

Zo maak je de zeep:

1. Doe de olijfolie en de kokosolie bij elkaar in een pan au bain Marie en verwarm het tot ongeveer 54 graden C.
2. Voeg ongeveer gelijktijdig NaOH toe aan het water. Roer goed tot alles is opgelost.
3. Nu moet je wachten tot de temperatuur van het natriumloog weer daalt tot ongeveer 54 graden Celsius. Terwijl de temperatuur van de oliemassa stijgt tot ongeveer 54 graden. Ik heb de olie dan al een beetje gemengd. Als beiden ongeveer 54 graden zijn, kun je voorzichtig de loog aan de olie toevoegen.
4. Meng het met de mixer totdat je een 'spoor' kunt zien, dat wil zeggen dat je een streep in de massa kunt trekken. Dat kan 10 minuten of iets langer duren.
5. Daarna kun je de etherische olie toevoegen, kort mengen en daarna giet je het mengsel in de vormpjes. Het mengsel ziet eruit als een dikke vanillevla.
6. Voeg gedroogde lavendelbloemen toe.
7. Als de zeep hard genoeg is geworden, na een paar dagen of een week, kun je er letters in stempelen. Ook kun je dan de zeep in kleinere stukken snijden.
8. Laat de zeep ongeveer zes weken rijpen, daarna kun je de zeep gebruiken.



Zeep maken: eerste hulp

Wat als je na 20 minuten onafgebroken mixen, nog geen spoor in de zeepmassa kunt trekken?

Dan is er zeer waarschijnlijk iets fout gegaan in het zeepproces.

Wat als de NaOH niet opwarmt vanzelf?

Dan is het waarschijnlijk dat de NaOH niet meer goed te gebruiken is. Onmiddellijk nadat je de NaOH aan het water hebt toegevoegd, moet de temperatuur flink oplopen. Tot ongeveer 70 graden, in ieder geval moet het ruim boven de 54 graden zijn. Zo niet, dan is de NaOH waarschijnlijk niet goed meer. Gebruik het dus niet. Controleer ook of je NaOH een 100% NaOH is.

Wat is het juiste percentage water dat in zeep gaat?

De zeepcalculator staat vaak standaard ingesteld op 38% water, maar dat is niet het juiste percentage als je niet met palmolie werkt. Gebruik voor andere oliën dan palmolie 33% water of zelfs minder.

Hoe kan ik er zeker van zijn dat er geen NaOH meer in de zeep zit als ik hem ga gebruiken?

Als het recept klopt en alles is correct gedaan, dan is de NaOH na zes weken gewoon verdwenen. Bij twijfel kun je 'proeven' of de NaOH verdwenen is of niet. Als de NaOH nog in de zeep zit gaat het tintelen. Die zeep kun je dus niet voor je huid gebruiken.

Veiliger is om de pH te meten.

Het kan gebeuren dat er te veel loog in de zeep achterblijft als er niet genoeg olie in een recept zit om te reageren met al het beschikbare loog. Hierdoor blijft er loog achter in de afgewerkte zeep en wordt deze bijtend en onveilig om te gebruiken, zelfs voor wassen of schoonmaken. Als de zeep na een paar dagen uitharden nog steeds een pH van 10 heeft, bevat hij te veel loog.

Controleer het resultaat daarom zorgvuldig, ook na het uitharden, want ook dan kan de zeep te veel loog bevatten.



Lavendelolie maken

Je kunt lavendelolie zelf maken, door het te destilleren of door lavendel in olie in te leggen. Zelf lavendelolie maken met gedroogde lavendel en een basisolie is heel eenvoudig.

Waar gebruik je zelfgemaakte lavendelolie voor?

Ik gebruik deze zelfgemaakte lavendelolie als voeding voor mijn haar. Ik laat het een paar uur in mijn haar zitten voordat ik het was. Een fles conditioner is niet meer nodig.

Met *lavandula angustifolia*, de echte lavendel, wordt je zelfgemaakte olie verzachtend en ontsmettend. Een massage voor het slapen gaan helpt je te ontspannen. Geef je voeten af en toe een verwenbeurt. Deze olie vervangt bodylotion, haar conditioner en massageolie.

Hoe maak je het?

1. Vul een pot (met deksel) bijna tot de rand met gedroogde lavendel van goede kwaliteit. Vergeet niet het potje heel goed schoon en droog te maken.
2. Voeg vervolgens zoveel olijfolie toe als er in het potje past. Sluit het deksel en dat was het, echt waar.
3. Elke dag even schudden. Na ongeveer 4 dagen of een week is de

geur van olijfolie vervangen door de geur van lavendel.

4. Na 7 dagen of langer, haal je de inhoud van het potje door de zeef. Giet de olie door kaasdoek of een andere schone doek als je het helemaal gefilterd wilt hebben.

Welke basisolie kies je?

Ik koos voor Extra Vergine Olijfolie, gewoon omdat ik er fan van ben, het uit mijn streek komt en het altijd in de keuken staat. En olijfolie is langer houdbaar dan bijvoorbeeld de meer neutrale amandelolie.

Etherische oliën worden ook opgelost in een basisolie (draagolie) om op de huid aan te brengen.

Wat is het verschil tussen etherische olie en deze zelfgemaakte lavendelolie?

Etherische olie wordt gedestilleerd en daarvoor heb je een destillatieketel nodig. Op de volgende pagina laat ik je zien hoe je lavendelolie destilleert. Etherische olie wordt uit de gedroogde lavendelbloemen geëxtraheerd door middel van stoom onder hoge druk.

Etherische olie is duur omdat er veel bloemen in de distilleerketel gaan en er maar een klein beetje olie en destillaat uitkomt. Het is beter om

etherische olie niet direct op je huid aan te brengen, daar is het veel te geconcentreerd voor.

De lavendelolie die je vandaag hebt gemaakt kun je wel direct op je huid gebruiken. Als je ecologische *lavandula angustifolia* in olijfolie

weekt, kun je deze olie ook in de keuken gebruiken. Zorg er alleen wel voor dat de olie nog goed te gebruiken is. Olijfolie is lang houdbaar, maar alleen als je de olie hygiënisch verwerkt.



LEMI

LEMI

LEMI

LEMI

LEMI

LEMI

PINE

LEMI

LEMI

LEMI

SACRED MOUNTAIN

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

AROMA SIEZ

Je eigen etherische olie distilleren

Als je veel etherische olie gebruikt of als je die graag zelf maakt, is het interessant om een kleine distilleerder aan te schaffen. Ik heb een distilleerder van 12 liter. En ik vertel je hoe ik mijn lavendelolie maak voor mijn eigen verzorgingsproducten.



Distilleerketel 12 liter

Met een dubbele verhoging in de pan - om de inhoud kleiner te maken - je kunt ook een kleinere destilleerder kopen - gaat er met moeite 680 gram gedroogde lavendelbloemen in.

Dat levert mij op 48,7 gram lavendelolie en ongeveer 1,5 liter hydrolaat. Dat is een opbrengst van 7,1% olie.

In het essential oil makers handbook van Bettina Malle en Helge Schminckl lees ik dat bloemen van *lavandula angustifolia* een opbrengst hebben van 2,5 tot 3% en lavandin 3 tot 5%.

De 7,1 is dus buitensporig hoog. Dat komt misschien omdat mijn lavandin veel zon krijgt hier in het zuiden van Spanje.

Hoe distilleer je lavendelolie?

1. Op de bodem van de distilleerketel wordt met een soort zeef het plantmateriaal van het water gescheiden. De stoom van het kokende water duwt zich door de zeef en het plantmateriaal omhoog en neemt de olie uit de bloemen mee.
2. Vul de pan met water tot net onder de zeef. Het plantmateriaal mag niet in het water staan. Tip: meet de hoeveelheid water die je erin doet, zodat je eventueel kunt berekenen hoeveel water er nog in de pan zit terwijl je aan het distilleren bent.
3. Vul de pan van zeef tot deksel met lavendelbloemen, heel stevig aangedrukt.
4. Sluit de ketel en sluit de slangen aan voor de koeling.
5. Terwijl de ketel opwarmt, houd je de koeling in de gaten. Het koelwater moet lauw zijn, maar niet te heet.
6. Zodra de temperatuur aan de bovenkant van de ketel oploopt tot

ongeveer 97 graden Celsius, loopt er hydrolaat met olie uit de ketel.

7. Ik zet een rij goed schoongemaakte flessen of glazen klaar die ik dan een voor een vul met het vocht dat uit de destilleerder komt. Je kunt duidelijk zien dat de eerste hoeveelheid de meeste olie bevat. De olie ligt in een gele laag bovenop het hydrolaat.

8. Na ongeveer een uur, je kunt twee uur doorgaan, komt er waarschijnlijk weinig olie en hydrolaat meer uit en wordt de geur minder sterk. Dat is een goed moment om te stoppen.

9. Giet één voor één de inhoud van de flessen in een Byzantijnse vaas om de olie van het hydrolaat te scheiden. De olie drijft boven op het hydrolaat, wat je op deze foto duidelijk kunt zien.

Met dank aan Henk Ploeger en Catharina de Bruin, van wie ik het destilleren heb geleerd. Henk geeft

workshops destilleren in Gilze, in Nederland.



Byzantijnse vaas met olie (geel) en nog een klein beetje hydrolaat daaronder.



Over mij & Essential.blue

Op 1200 meter hoogte in de bergen in Spanje ben ik in 2019 een duurzame lavendelboerderij begonnen.

Want lavendel is goed voor de biodiversiteit en voor ons.

Boeketten gedroogde lavendel vervangen een jaar lang met pesticiden geteelde verse bossen bloemen.

De olie en losse gedroogde bloemen van de lavendel zijn uitstekend geschikt voor het maken van je eigen verzorgingsproducten. 'Echte lavendel' is bovendien kalmerend.

Behalve met lavendel, werk ik sinds kort ook met **schapenwol**. Heerlijke, zacht en warme wol van de schapen hier bij mij in de bergen. Die wol wordt vaak weggegooid. Terwijl deze

schapen harder nodig zijn dan ooit om brand te voorkomen.

Geïnspireerd door de natuur om mij heen, probeer ik jou te inspireren.

Ik blog over duurzame producten en vaak zijn dat producten die je zelf kunt maken, zoals in dit e-book.

Heb je vragen? Stel ze gerust per mail of reageer op mijn blogs.

Veel plezier, succes en tot ziens!



Mariette, eigenaar Essential.blue

