



## Recette Shampoing solide (50 g)

### LES INGREDIENTS

Phase	Ingrédients	Pour 50 g
A	<b>SCI (Sodium Cocoyl Isethionate)</b> tensioactif très doux dérivé de l'huile de coco	<b>20 g</b>
A	<b>Eau minérale</b>	<b>5 à 10 g</b>
B	<b>Poudre lavante ou absorbante</b> (ex : Sidr, ghassoul, argile blanche, verte ...) et/ou <b>Poudre de soin</b> (ex : guimauve, amla, orange, ...)	<b>15 g</b>
B	<b>Huile végétale/Beurre végétal</b>	<b>10 g</b>
Option	<b>Fragrance : 30 gouttes</b> <b>ou</b> <b>Huile essentielle : 15 gouttes</b>	

### Les poudres :

**Sidr (tous types de cheveux) :** poudre ayurvédique nettoyante :

----- lave, embellit et apporte du volume aux cheveux (lave les cheveux qui ont été colorés sans les faire dégorger et en fixant la couleur).

----- riche en mucilages et astringente, cette poudre est également utilisée dans les soins des cuirs chevelus irrités et pour lutter contre les pellicules.

**Ghassoul/rhassoul (cheveux mixtes à gras, mous, fins et sans volume) :**

----- nettoie naturellement en absorbant les impuretés et les graisses. Elle respecte ainsi le film hydrolipidique de la peau et du cheveu et n'irrite pas les glandes sébacées.

----- apportera aussi du volume au cheveux.

**Guimauve (soin des cheveux secs et abimés mais aussi ondulés, frisés, crépus, afros)**

----- facilite le démêlage, adoucit, gaine et protège les cheveux grâce à sa richesse en mucilages.

**Amla :** poudre ayurvédique de soin

----- favorise la pousse des cheveux et ralentit leur chute.

----- Riche en antioxydants, elle lutte contre les cheveux blancs précoces et facilite la

coloration des cheveux.

**Orange (tous types de cheveux) :** poudre ayurvédique de soin

----- permet de rendre les cheveux plus doux, plus brillants et plus souples.

### **Huiles végétales et Huiles essentielles**

Cheveux secs : Huiles végétales de coco et d'argan, Beurre de karité, Huiles essentielles d'ylang Ylang ou de géranium

Cheveux gras : Huile végétale de jojoba, Huiles essentielles de tea tree, de pamplemousse, citron, menthe

Chute de cheveux : Huile végétale de ricin, Huile essentielle de pamplemousse

### **LA PREPARATION**

- 1.** Faites fondre dans un bol au bain-marie et à feu doux le tensioactif SCI et l'eau minérale. Mélangez tout au long de la chauffe en écrasant la préparation contre la paroi du bol afin de former une pâte homogène.
- 2.** Ajoutez les poudres et mélangez. Ajoutez ensuite l'huile végétale. Mélangez de nouveau.
- 3.** Enfin ajoutez l'huile essentielle ou la fragrance et mélangez de nouveau
- 4.** Remplissez le moule de votre préparation en tassant bien.
- 5.** Faites-le refroidir au congélateur pendant environ 15 minutes puis démoulez.
- 6.** Laissez sécher votre shampooing solide à l'air libre pendant 48 heures avant utilisation.

**LA CONSERVATION** : au moins 6 mois (réalisée dans de parfaites conditions d'hygiène et stocké à l'abri de l'air, de la chaleur et de la lumière).

## **Les bonnes pratiques de fabrication**

A lire avant de commencer

- Lavez-vous les mains et désinfectez votre plan de travail, votre matériel et vos contenants avec de l'alcool à 70 °.
- Respectez les dosages préconisés et pensez à étiqueter votre préparation en y indiquant au moins le nom du produit et la date limite d'utilisation (notez à côté tous les ingrédients utilisés).
- N'utilisez pas d'huiles essentielles si vous êtes enceinte ou en période d'allaitement. Attention certaines huiles peuvent aussi être photo-sensibilisantes. Si vous avez le moindre doute, demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.
- Ajoutez des conservateurs à vos préparations cosmétiques contenant de l'eau/hydrolat en respectant les doses recommandées.
- Toutes les préparations doivent être conservées à l'abri de la lumière et de la chaleur.
- Si vous observez un changement d'odeur, d'aspect ou de couleur, n'utilisez plus le produit.
- Afin de prévenir une éventuelle réaction allergique, procédez à un test avec votre produit fini en l'appliquant sur le creux de votre coude pendant 24h à 48h. Si vous constatez une réaction (gonflement, irritation, picotement, rougeur, etc ...) n'utilisez pas le produit.

**Animatrice Atelier : Emilie BRIOT**

06.64.22.51.04 - emilie@cosmetiquesencuisine.fr

**[www.cosmetiquesencuisine.fr](http://www.cosmetiquesencuisine.fr)**

**Suivez-nous sur Facebook et Instagram**

