

Le macérat huileux, vous connaissez ?

Peu

connu du grand public, pourtant peu coûteux et simple à réaliser,

le macérat huileux est un remède indispensable à avoir dans sa trousse beauté. Quel est donc le secret de ce remède connu des temps immémoriaux ? On vous explique tout !

Les macérats huileux également appelées huiles infusées s'obtiennent en laissant infuser des plantes médicinales entières ou des parties de végétaux (feuilles, fleurs, graines, fruit ou morceaux de racines) dans une huile végétale pendant un temps déterminé pour en extraire les principes actifs. Une fois infusées, ces huiles possèdent des propriétés adaptées à chaque type de peau en offrant des soins hydratants, nourrissants, apaisants ou anti-inflammatoires.

Le choix de l'huile

végétale est déterminante dans la stabilité et la conservation du

macérat. Pour une meilleure qualité, une huile biologique de première pression à froid est à privilégier de même que l'huile

d'olive qui reste stable à température ambiante et s'oxyde très

peu dans le temps sans perdre ses propriétés. L'huile d'olive possède des vertus nourrissante, hydratante, émolliente et cicatrisante. Elle peut s'utiliser dans les cas d'irritations, de

gerçures ou de mains sèches. Quant

aux plantes, il est possible de les utiliser fraîches ou bien séchées, toujours de préférence issus de l'agriculture biologique. Pour un procédé à froid, nous utiliserons ici des herbes et plantes séchées.

La réalisation

d'un macérat huileux est très simple et ne nécessite que peu de

matériel. Il suffit de mettre les plantes ou parties de plantes dans

un bocal en verre en évitant de les tasser puis de remplir jusqu'à hauteur de plante d'huile. Il faut ensuite laisser le tout entre 20 et 30 jours macéré et infusé, de préférence dans un lieu sombre puis, de filtrer. Rien de plus facile ! L'huile sera alors prête à être appliquée sur les zones à problèmes. Ces huiles infusées, pourront servir de produit de base dans la préparation de toute sorte de crèmes ou de lotions.

Voici

les propriétés de quelques huiles infusées : un macérât huileux de feuilles d'ortie soulagera l'acné modéré, l'eczéma, les vergetures, fera disparaître les pellicules et apaisera les articulations. Un macérât huileux de fleurs de millepertuis sera un puissant anti-inflammatoire, analgésique et cicatrisant. Il permettra de soigner les plaies, les brûlures légères ainsi que les douleurs sur les trajets nerveux comme les douleurs au dos et les névralgies.

De A à Z. Faire sa poudre pour lave-vaisselle

Marre d'utiliser des produits du supermarché pour son lave-vaisselle ? Découvrez comment fabriquer simplement votre poudre pour lave-vaisselle. En bonus, les alternatives au produits de rinçage et au nettoyage du filtre ! (Merci à Chantal pour la recette!)

Pour le produit de rinçage, il vous faut :

- de l'acide citrique (2/3 de verre) = il agit comme anti-

calcaire et anti-oxydant

- du percabonate (1/3 de verre) = c'est un agent blanchisseur et détachant
- des cristaux de soude (1 verre) = pour nettoyer et dégraisser

La recette :

Mélanger le tout dans un bocal

Verser une cuillerée à soupe dans le bac de lavage

Alternative au produit de rinçage : on rajoute du vinaigre blanc à chaque tournée de vaisselle

Nettoyage du filtre du lave-vaisselle : on utilise du percabonate et de l'eau chaude à 30 degrés.

Si cet article vous a plu, vous pouvez nous faire un don pour que nous puissions continuer à produire du contenu et à animer ce site ! Direction notre financement participatif sur [HelloAsso](#) !

Pas à pas. J'apprends à faire ma cire naturelle pour cheveux

Bien trop souvent, il peut être difficile, autant pour les hommes que pour les femmes aux cheveux courts, de trouver une cire pour les cheveux avec une composition saine, naturelle et sans produits chimiques. Eco-Bretons à trouvé LA recette de cire qui n'étouffe pas le cuir chevelu, stylise vos cheveux et les nourrit en profondeur.



Cire naturelle pour cheveux

POUR HYDRATER, DONNER DE LA TEXTURE
ET STYLISER VOS CHEVELURES

~

Ingrédients

180 ml de beurre de karité

60 ml d'huile de jojoba

60 ml d'huile de ricin

115 gr de pastilles de cire d'abeille

1 cuillère à café de vitamine E

En option: des huiles essentielles selon vos
besoins et/ou envies !



Recette



- Au bain marie, faire fondre la cire d'abeille et le beurre de karité tout en remuant fréquemment
- Dans un récipient à part, mélangez les huiles de ricin et de jojoba puis ajoutez les huiles essentielles choisies ainsi que la vitamine E (conservateur).
- Une fois la cire et le beurre de karité parfaitement fondus, retirez du feu et ajoutez le mélange d'huiles.
- Mixez le mélange jusqu'à ce que la texture ressemble à du caramel.
- Versez la mixture dans le ou les contenants stérilisés choisis et laissez durcir jusqu'au lendemain



La cire est prête !

Il ne vous reste plus qu'à appliquer une petite quantité de cire cheveux maison sur votre chevelure, selon l'utilisation que vous souhaitez en faire : fixer, discipliner, styliser ou encore démêler. A utiliser de préférence sur cheveux mouillés. A conserver au congélateur après utilisation

Inspiration:

<https://www.guide-huiledericin.fr/cire-cheveux-maison/>

De A à Z. Faire sa lessive au savon de Marseille

Les ingrédients pour 3 litres de lessive

- 100g de savon de Marseille vert sans glycerine* (à l'huile d'olive) ou blanc (huile de palme)
- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 3 cuillères à soupe de vinaigre blanc
- 3 litres d'eau
- 10 gouttes d'huile essentielle (facultatif : lavande, citron, pamplemousse tea tee)

Le matériel nécessaire

Un récipient pour stocker la lessive (anciennes bouteilles de lessive, bocaux etc.)

Un entonnoir

Un grand saladier en verre

La recette

Dans un grand saladier en verre, faire fondre les copeaux de savon de Marseille dans 1 litre d'eau chaude (ne pas respirer les vapeurs, ouvrir la fenêtre) et bien mélanger.

Ajoutez à ce mélange 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et 3 cuillères à soupe de vinaigre blanc préalablement chauffé, sans faire

bouillir (ne pas respirer les vapeurs, ouvrir la fenêtre).

Laissez reposer pendant 1 heure, puis rallongez avec 1 litre d'eau chaude et mélangez.

Mettez en bouteille une fois le mélange froid, puis rallongez de nouveau avec 1 litre d'eau froide et mélangez bien.

Vous pouvez ajouter quelques gouttes d'huiles essentielles pour le parfum.

Ne pas oublier de bien secouer le bidon de lessive avant chaque utilisation pour que le produit soit bien mélangé et ainsi éviter les taches sur le linge.

Vous pouvez adapter votre lessive sachant que :

Le bicarbonate de soude = le linge blanc

Le vinaigre blanc = le linge de couleur

Purin d'ortie pour fortifier son jardin

Il s'agit d'une solution de plantes fermentées qui peut avoir différentes propriétés selon les plantes utilisées. Le purin peut servir d'engrais riche en azote, phosphore et/ou en sels minéraux essentiels aux végétaux, de biostimulants activant la croissance, de fertilisants et d'antiseptiques (qui empêchent le développement de bactéries et virus pathogènes des plantes). De plus, il peut aider les plantes à lutter contre les maladies (mildiou, oïdium, chlorose, etc.) ou encore stimuler l'activité bénéfique des micro-organismes du sol.

Pour donner quelques exemples, le purin d'ortie est active la croissance et/ou sert de répulsif. Un purin à base de consoude (plante sauvage très intéressante au jardin) améliore la productivité des cultures. Enfin, le purin de prêle augmente la vigueur des plantes et un à base de fougère ou de lierre aide à lutter contre les parasites.

Mode d'emploi :

1. Fabrication du purin par fermentation des plantes
2. Dilution des ferments dans de l'eau (1 dose de purin pour 10 d'eau)
3. Apport des ferments par arrosage (si on l'utilise comme engrais) ou pulvérisation sur les feuilles (si on utilise comme répulsif)

L'idéal est d'employer les purins entre février et novembre.

Comment faire fermenter des plantes et obtenir du purin ?

Cette recette est à base d'ortie, mais vous pouvez utiliser une autre plante.

Ingrédients

- 1kg de feuilles d'orties
- 10L d'eau (de pluie préférentiellement)

Remarques : vous pouvez tout à fait réduire ces quantités à partir du moment où le ratio est conservé (500g de feuilles pour 5L d'eau, 250g pour 2,5L, etc.). Dans le cas où l'eau du robinet est utilisée plutôt que l'eau de pluie, la laisser décanter plusieurs jours est souhaitable pour qu'elle ne soit pas trop chlorée. Rien de sorcier : récupérer la quantité d'eau souhaitée et laisser la à l'air libre plusieurs jours et c'est tout !

Préparation

1. Récupérer les feuilles d'orties uniquement et les découper/broyer grossièrement (pour accélérer la fermentation).
2. Mettre les feuilles d'ortie à fermenter dans un récipient opaque contenant l'eau de pluie et en le recouvrant (linge ou autre). Laisser-le à l'extérieur, au soleil pour accélérer le processus. La fermentation dure 1 à 3 semaine(s) selon la température : 2 semaines à 20°C et 3 semaines à 5°C. A plus de 25°C, le risque de putréfaction est important. Remuer tous les jours pour éviter la putréfaction.
3. Au cours de la fermentation, des bulles remontent en surface et devraient former une mousse blanche. La fermentation est terminée lorsque la mousse et les bulles ont disparu. Filtrer (à l'aide d'un tissu par exemple) et récupérer le jus (les feuilles peuvent être compostées).
4. Conserver le purin dans des récipients fermés hermétiquement et opaques, afin de garder la solution à l'abri de la lumière. Conserver à une température proche de 18°C.

Sources

:
<https://engrais.ooreka.fr/fiche/voir/149920/faire-et-utiliser-un-purin-d-orties>