

## n° 1 Recette de Caroline

# Shampooing solide

Niveau de difficulté : facile

### Ingrédients

- 40g Sodium Coco sulfate
- 5ml eau
- 10 gouttes huile essentielle :
- 20 gouttes protéines de riz (Option)

### Préparation

1. Mélanger le tout, faire une boule puis la forme souhaitée, laisser sécher.
2. Entreposer dans une boîte en plastique (afin que le shampooing reste solide lors de son utilisation sous la douche)

Astuce : Vitamine E = conservateur pour cosmétiques

## n°2 Recette de Paula

Niveau de difficulté : moyen

Tirée de son blog [www.lescosmetiquesdepo.com](http://www.lescosmetiquesdepo.com)

Indications : 100%=100g. Chaque préparation donnera 100g, tous les pourcentages réunis de la recette donne 100%. Il suffit donc de remplacer les pourcentages en gramme lors de la préparation.

Avant de démarrer, toujours bien laver et désinfecter le plan de travail, les ustensiles et les flacons que vous utiliserez. Sans oublier vos mains !

### Ingrédients

#### Phase A :

- 69% de SCI (tensioactif doux et sans sulfates)
- 5% d'huile de moutarde (stimule la pousse, gaine et nourrit les cheveux)
- 10% d'eau minérale

#### Phase B :

- 5% de henné neutre (nettoie et embellit les cheveux)
- 5% de poudre de nagarmotha (régule le sébum, lutte contre la chute des cheveux)
- 2% de poudre de gingembre (active la pousse et lutte contre la chute des cheveux)

#### Phase C :

- 2% de protéines de riz (hydrate, fortifie et apporte du volume)
- 2% de fragrance monoï (parfum)



# Shampooing solide

## Préparation

1. Peser les ingrédients de la phase A dans un bol
2. Faire fondre le tout au bain marie
3. Hors du feu, ajoutez les ingrédients de la phase B en mélangeant bien entre chaque ajout
4. Remettre au bain Marie (éteint) afin de bien mélanger
5. Ajouter les ingrédients de la phase C et mélanger bien
6. Couler rapidement dans un moule
7. Placer votre moule durant une quinzaine de minutes au congélateur afin de faciliter le démoulage
8. Démouler et laissez sécher 48 heures avant de l'utiliser

## n°3 Recette de Saskia

**Niveau de difficulté :** moyen

**Quantité :** 50g

Tirée de son blog [www.lesfleursdessences.ch](http://www.lesfleursdessences.ch)

## Ingrédients

- 15 g eau
- 2,5 g silicone végétal
- 45 g sodium coco sulfates (à dissoudre à chaud, puis ajouter à froid)
- 5 g huile végétal de jojoba
- 2,5 g d'argile verte ou rhassoul ou shikakai
- Huiles essentielles entre 10 -15 gouttes, par exemple :
  - 5 gouttes Cyprès, cheveux gras
  - 5 gouttes Petit grain, cheveux gras
  - 5 gouttes Thym linalol, fortifiant, repousse

## Préparation

1. Bien mélanger avec une spatule avant de mettre dans un moule. Bien laisser sécher.

