

## Méthode n°1: Fer à repasser

Niveau de difficulté : facile

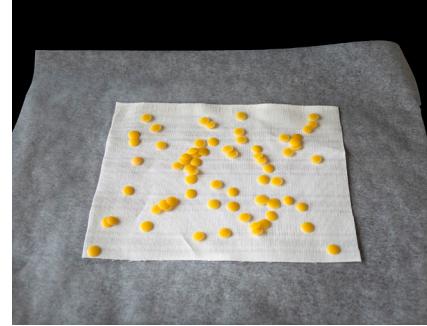
Préparation : 10 minutes

### Matériel :

- Tissus fins en coton BIO
- Cire d'abeille ou végétale (carnauba ou soja)
- 2 feuilles de papier cuisson
- Planche et fer à repasser

### Préparation

1. Couper des morceaux de tissus dans la taille désirée, pour une jolie finition, utiliser des ciseaux cranteurs.
2. Poser le tissu sur du papier cuisson. Ajouter un peu de cire d'abeille sur le tissu (photo 1).
3. Place une nouvelle feuille de papier cuisson et à l'aide d'un fer chaud (sur le mode coton, sans vapeur), repasser l'ensemble jusqu'à ce que la cire fonde (photo 2).
4. Ajouter de la cire dans les endroits où le tissu n'est pas bien imprégné (photo 3).
5. Retirer le tissu du papier par les coins (attention, très chaud), le poser à plat sur un autre papier cuisson pour le faire refroidir.
6. Votre bee's wrap est prêt ! La cire se ramollit à une température de 25°C environ, utiliser la chaleur de vos mains pour former votre bee's wrap.



## Où trouver ces produits ?

### Cire d'abeille :

Chez Mamie  
Bocal Local  
Nature en vrac  
Senza

### En ligne :

[www.aufildelanature.ch](http://www.aufildelanature.ch)  
[www.kreando.ch](http://www.kreando.ch)  
[www.fil-etik.com](http://www.fil-etik.com)

### En magasins de seconde main :

Caritas, Emmaüs, l'Armée du Salut

### Tissus (bio ou certifiés) en magasin :

Au Fil de la Passion  
Rue Roi-Victor-Amé 6 – 1227 Carouge  
022 342 61 62



**ZERO WASTE**  
SWITZERLAND

## Méthode n°2 : Au four

### Ingédients

- Tissus fins en coton BIO
- Cire d'abeille ou végétale (carnauba ou soja)
- Un tapis en silicone ou du papier sulfurisé (que vous gardez exprès pour les bee's wrap)

### Préparation

1. Réaliser la recette au four (en supprimant la feuille de papier cuisson du dessus), à environ 100 degrés pendant une dizaine de minutes, jusqu'à ce que la cire aie fondu.
2. Rajouter des pastilles où il en manque.
3. Une fois le tout fondu, égoutter sur votre tapis de cuisson l'excédent et laisser sécher quelques minutes à l'air libre.

## Astuces

- Laisser sécher le bee's wrap à l'air libre en le secouant légèrement ou en l'accrochant quelque part avec une pince à linge
- Utiliser le même papier sulfurisé encore et encore
- Attention à garder le côté du papier sulfurisé toujours contre le bee's wrap et non contre le fer, au risque d'abîmer votre fer à repasser

## Divers

**Cire d'abeille :** le points de fusion (température à laquelle elle fond) est de 64 degrés et on trouve dans des emballages papier, avec des origines plus ou moins locales.

**Cire de Carnauba :** le point de fusion est de 85 degrés et on trouve dans des emballages plastique, avec une origine du Brésil chez Aromacos.

**Cire d'olive :** elle fond à 54 degrés et peut être trouvée dans des emballages en carton. Elles sont très souvent malheureusement hydrogénées.

**D'autres cires :** On trouve aussi de la cire de soja, qui elle est aussi hydrogénée, de la cire de la candellila, mais elle reste trop dure pour un baume.

*Merci à Ludovic Morel pour ces deux fiches recette !*