



Ma lessive au Lierre grimpant

Les ingrédients



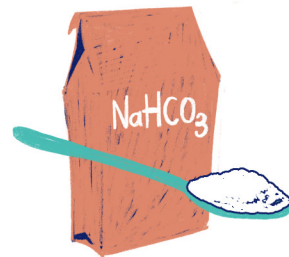
50 feuilles de Lierre fraîches

+



1L d'eau
du robinet

+



1 c à soupe de
bicarbonate de soude

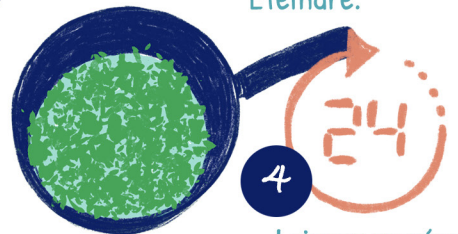
La recette

Couper en morceaux les
feuilles de lierre et les mettre
dans une grande casserole



Ajouter l'eau et
faire bouillir

Baisser le feu et laisser
15 min à feu doux.
Éteindre.



Laisser macérer
24 heures



Filterer avec une passoire



Ajouter le bicarbonate
et mélanger



Mettre en bouteille
(si possible opaque)

À conserver à l'abri de la lumière
Se conserve 3 semaines environ

Le Lierre grimpant, c'est lui



Précautions :

Étiqueter les préparations et tenir hors de portée des enfants.
Noter la date de fabrication sur la bouteille.

Coût : Presque rien !

Dosage : Environ 100ml par lavage
Soit un petit verre

Retrouvez d'autres idées recettes sur notre site :

www.charente.nature.org



www.facebook.com/charentenature



Ma lessive au savon de Marseille... Ou d'Alep

(Pour un litre)

Les ingrédients



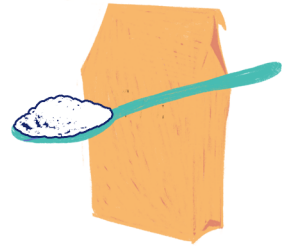
2 c à soupe MAXI de savon
(en bloc à râper soi-même
ou en paillettes)

+



1 litre d'eau
du robinet

+



1 c à soupe de
cristaux de soude*
*ne pas en mettre si c'est une
lessive pour bébé ou personne
à peau sensible

La recette

1

Faire bouillir
1 litre d'eau



2

Râper
le savon



3

Mettre les copeaux
dans une bouteille



4

Ajouter
l'eau chaude



5

Finir par les
cristaux
de soude



Se conserve
plusieurs semaines



Le secret :

Utiliser un « vrai » savon.

- * Regardez la liste des ingrédients, un savon de bonne qualité n'a pas plus de 6/7 ingrédients (drogueries, magasins bio, de bricolage, de jardinage, spécialisés, pharmacies, para-pharmacies...).
- * Choisir un savon sans glycérine ajoutée (regarder la liste des ingrédients)



Les cristaux de soude :

Ils saponifient les graisses et donc augmentent l'efficacité du savon.
S'achète aux rayons produits d'entretien des supermarchés, magasins de bricolage, drogueries...



Nocif ou irritant



Classé produit irritant, à utiliser avec des gants.



Précautions :

Étiqueter les préparations et tenir hors de portée des enfants.
Noter la date de fabrication sur la bouteille.

Coût pour 1 litre : 0,75 € à 2,50 €
(Le savon en paillettes c'est plus cher)

Dosage : Environ 100 ml par lavage
Soit un petit verre