



Рецепты домашней косметики

# КРЕМОВАРЕНИЕ ПОШАГОВЫЕ РЕЦЕПТЫ

ОЛЬГА СИВЕК

Ольга Сивек

**Кремование.  
Пошаговые рецепты**

«ЛитРес: Самиздат»

2017

**Сивек О. С.**

Кремоварение. Пошаговые рецепты / О. С. Сивек — «ЛитРес: Самиздат», 2017

В наше время полки магазинов переполнены косметическими препаратами различных фирм. Но, несмотря на столь огромный ассортимент, все большую популярность набирает косметика домашнего приготовления на основе натуральных масел и гидролатов. В книге даны рецепты для самостоятельного приготовления кремов для лица и тела с подробным, пошаговым описанием процесса. Изготовление косметики в домашних условиях может не только стать Вашим хобби, но и принести неплохой доход.

## Содержание

Пошаговый рецепт увлажняющего крема для лица и тела	5
Крем для чувствительной кожи	7
Крем с фруктовыми кислотами для проблемной кожи	8
Крем с молочной кислотой и маслом семян огурца	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

## Пошаговый рецепт увлажняющего крема для лица и тела

Что необходимо приготовить для создания крема?

1. спирт / дезинфицирующее средство + ватные палочки
2. два стеклянных стакана и стеклянную палочку (стакан можно заменить чашками. Пластик или обычную металлическую посуду для кремования лучше не использовать, потому что она вступает в химические реакции, особенно при нагревании, металл может отключить активные компоненты)
3. капучинатор или маленький венчик (для вспенивания молока для кофе)
4. большую кастрюлю, желательно с толстым дном для водяной бани, в которую можно поставить оба стакана
5. мерные ложки
6. баночку для готового крема на 400 мл, желательно стеклянную или керамическую
7. рецепт с точным количеством ингредиентов
8. лакмусовые бумажки для проверки уровня pH косметического средства.

Готовый крем должен иметь Ph 5,5. Крем выходит немного слишком щелочной (Ph 7). Ph косметики можно с успехом регулировать пищевыми продуктами, которые у каждого из нас есть на кухне – пищевой содой повышаем слишком низкий Ph, а лимонной кислотой – снизить слишком высокий.

Перед тем, как приступить к работе, необходимо тщательно вымыть руки и продезинфицировать все предметы, которые будем использовать.

Ингредиенты на 200 мл:

Водная фаза

гидролата розы (55%) – 110 мл

d-пантенол (5%) – 10 мл

мочевина (10%) – 20 мл

экстракт малины (5%) – 10 мл

Жировая фаза

масло ши (12%) – 24 мл

масло – баттер какао (5%) – 10 мл

масло жожоба – 3% – 6 мл

эмульгатор MGS 5% – 10 мл

Третья фаза

консерванты 1% – 25 капель

любимое эфирное масло – 5 мл

по желанию, ксантановая камедь для уплотнения

лимонная кислота для снижения Ph или сода для повышения

Далее, в меньший стакан нужно измерить и положить все ингредиенты жировой или масляной фазы, в больший – все ингредиенты водной фазы. Затем, оба стакана помещаем на водяную баню. Когда температура в обоих стаканах достигнет примерно 70 – 75 градусов, жирную фазу необходимо влить в водную (не наоборот!), при этом интенсивно помешивая стеклянной палочкой. Мешать нужно, пока крем не остынет примерно до 35 градусов. Только после этого можно воспользоваться миксером/капучинатором.

Когда смесь уже еле – еле теплая, мы можем добавить эфирные масла и консервант, т. е. третью фазу и снова все тщательно перемешать миксером.

Характеристика ингредиентов крема

1. Гидролат розы – успокаивает, расслабляет, оказывает противовоспалительное действие. Идеально освежает и восстанавливает кислотный баланс кожи, снимает раздражение и отлично увлажняет. Компрессы из розовой воды уменьшают покраснение лица и усталость глаз. Используется, как в косметике для кожи с проблемами и чрезмерным выделением кожного сала, так и поврежденной и сухой. Если кто – то не любит характерный запах гидролата розы – его можно заменить на дистиллированную воду, либо травяной настой (отлично подойдет овес, лен, ромашка, мята, крапива).

2. D – пантенол, то есть провитамин B5 – очень легко проникает вглубь кожи, предотвращает потерю влаги из глубоких слоев эпидермиса. Кроме того, успокаивает раздраженную кожу. Облегчает распределение крема.

3. Мочевина в концентрации 10% – сильно увлажняет и смягчает кожу – такие концентрации, используются в лекарственных мазях при заболеваниях кожи, связанных с избыточной сухостью. Конечно, нельзя переборщить с этим ингредиентом. В большей концентрации, вместо того, чтобы увлажнять мочевина начнет.. отшелушивать кожу!

4. Экстракт малины – подходит для жирной и смешанной кожи. Освежает, снимает раздражение и укрепляет. Косметика с экстрактом малины обладает разглаживающим эффектом, предотвращают чрезмерную секрецию кожного сала, придает здоровый вид.

5. Эмульгатор MGS – без этого компонента не обойдемся, если хотим соединить воду с маслом. Мы можем использовать любой другой эмульгатор, но нужно проверять, какая допускается концентрация.

6. Масло ши – питает и увлажняет кожу. Подходит для снятия солнечных ожогов и любых раздражений. Идеально для аллергиков, можно наносить непосредственно на кожу в концентрации 100%. Его используют даже для ухода за кожей младенцев. Является идеальным питательным средством для сухих волос.

7. Масло – баттер какао – это один из наиболее стабильных жиров, содержит натуральные антиоксиданты, прекрасно увлажняет и питает кожу. Кроме того, имеет вкусный шоколадный аромат. Идеально подходит в состав бальзамов с маслом кофе и корицы.

8. Масло жожоба имеет очень долгий срок годности. Питает, смягчает, увлажняет кожу и волосы. Подходит для любого типа кожи, регулирует секрецию кожного сала. Ускоряет регенерацию клеток кожи, снимает воспалительные процессы.

## Крем для чувствительной кожи

Активные ингредиенты, содержащиеся в креме, делают его идеальным для ухода за чувствительной кожей.

D-пантенол успокаивает и увлажняет, масло из абрикосовых косточек увлажняет, смягчает, витамин Е обладает антиоксидантным действием, лактобионовая кислота укрепляет и уменьшает видимость кровеносных сосудов, увлажняет, способствует выработке коллагена, одновременно не раздражая, глюконолактон является естественным антиоксидантом, обладает смягчающими свойствами, ускоряет регенерацию клеток, делает кожу более упругой.

На 50 мл:

Вода дистиллированная 29г

Лактобионовая кислота 2,5 г

Глюконолактон 2,5 г

Провитамин В5 – D-пантенол 2г

Olivem 1000 3г

Масло из абрикосовых косточек 8,5г

Витамин Е 1г

Есо Консервант – жидкий 0,5 г

Способ приготовления на водяной бане:

1) В стакан 50 мл налить Olivem и масло.

2) В стакан 100 мл налить пантенол, консервант, тщательно перемешайте. Добавьте воду, перемешайте.

3) В стакан с водой добавить глюконолактон, перемешать.

4) В стакан с водой добавить лактобионовую кислоту, перемешать.

5) Подготовьте водяную баню. Вода должна быть горячая, почти кипящая.

6) На водяную баню поставьте оба стакана и доведите до температуры ок. 75 – 70°C.

Температуру контролируйте термометром.

7) Когда температура достигнет прибл. 75 градусов, в стакан с маслом, начните медленно вливать в воду, одновременно помешивая.

8) Снимите стакан с подключенными компонентами с бани. Смешивайте в течение нескольких минут, пока крем не загустеет и не остынет ниже 35°C.

9) Когда эмульсия остынет до 35°C, добавить в стакан витамин Е, тщательно перемешать.

10) Добавить в эмульсии консервант, перемешайте.

11) Крем переложить в приготовленную баночку и оставьте на несколько часов до полного остывания.

## Крем с фруктовыми кислотами для проблемной кожи

Легкий увлажняющий и освежающий крем для загрязненной кожи с фруктовыми кислотами АНА и витамином А. Из-за небольшого процентного содержания жирных ингредиентов может быть использован также для юношеской кожи, с тенденцией к жирной.

На 50 мл:

1. кипяченая вода 37,5 г
2. глицерин 1,5 г
3. Olivem1000 2,5 г
4. масло жожоба 5г
5. Комплекс Multifruit АНА 2,5 г
6. витамин А 10 капель
7. есо жидкий консервант 10 капель
8. любимое эфирное масло 5 капель

1. С помощью электронных весов в стакан 100 мл отмерить и налить Olivem1000 и масло жожоба. Стакан поставить на водяную баню и нагревать до температуры, приibl. 75-80°C, время от времени помешивая. В то время, когда масляная фаза будет нагрета, в другой стакан 100 мл налить глицерин и добавить горячей кипяченой воды, а затем перемешать. Если температура водной фазы выше 80°C, не требуется ставить его на водяную баню, если ниже, стакан с водной фазой разогреть на водяной бане. Температуру обеих фаз проверяйте электронным термометром.

2. Когда Olivem1000 растворится и температура в обоих стаканах будет примерно 75-80°C, извлеките из бани стакан с жировой фазой и начните вливать водную фазу тонкой струйкой, одновременно, спокойно помешивая.

3. Теперь стакан с объединенными фазами нужно тщательно перемешать. Для смешивания нужно использовать ложку, так как перемешивание с помощью миксера может привести к образованию пузырьков, которые будут дестабилизировать крем. Эмульсия, по мере охлаждения, сгустится. Сначала крем будет выглядеть как кисель, но скоро приобретет гладкость. Для ускорения процесса свертывания эмульсии, стакан можно поставить в сосуд с холодной водой.

4. Когда крем станет густым и охладится до температуры ниже 30°C (температуру проверить термометром), в него можно добавлять следующие ингредиенты. На этом этапе также можно добавить любимое эфирное масло для аромата.

5. Когда крем полностью остынет, его необходимо переложить в приготовленную стеклянную баночку.

Крем также можно приготовить без указанного консерванта. Если эмульсию готовить в стерильных условиях и держать в холодильнике, срок годности может составлять до 2 недель.

Крем с консервантом лучше всего использовать в течение 3 месяцев, также хранить в прохладном месте.

## Крем с молочной кислотой и маслом семян огурца

Активные ингредиенты, содержащиеся в креме, делают его идеальным для ухода за кожей с пигментными пятнами.

Глицерин увлажняет кожу, масло жожоба улучшает состояние естественного защитного барьера, придает эластичность, масло семян огурца имеет бактериостатическое и противовоспалительное действие, улучшает кровообращение, молочная кислота нормализует процесс отшелушивания эпидермиса, осветляет пигментные пятна, уменьшает глубину морщин и сужает поры, витамин Е является хорошим антиоксидантом.

На 50 мл:

Вода дистиллированная 27,8 г

Глицерин растительный косметический 99,5% Ph. Eur. 2,5 г

Есо Консервант – порошок 1 г

Olivem 1000 3,5 г

Масло жожоба холодного отжима 6г

Масло огурца 2,5 г

Витамин Е 1г

Молочная кислота 88% 5,8 г

Способ приготовления на водяной бане:

- 1) В стакан 50 мл налить Olivem и масла.
- 2) В стакане 100 мл налить глицерин и консервант, тщательно перемешайте. Добавьте воду, перемешайте.
- 3) Подготовьте водяную баню. Вода должна быть горячая, почти кипящая.
- 4) На водяную баню поставить оба стакана и довести до одинаковой температуры ок. 70 – 75°C. Температуру контролируйте термометром.
- 5) Когда температура достигнет прикл. 70 – 75 градусов, стакан с маслами можно начинать потихоньку вливать в другой, одновременно помешивая.
- 6) Снимите стакан с подключенными компонентами с водяной бани. Смешивайте в течение нескольких минут, пока крем не загустеет и не остынет ниже 35°C.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.