

# 因為你讓我們香遇 使大海有呼吸的時間

◎ 本社採訪組

過年快到了！又是家人團聚的日子，炸些美食給大家吃，油鍋裡剩下這麼多回鍋油，顏色都暗暗的。繼續煮其他菜又怕對身體不好？倒掉又怕浪費又怕污染水源？該怎麼辦？道場中常常辦道，免不了油炸的使用，爲了讓大家都有健康又環保的生活，藉此爲下一代的美好環境盡一份小小的心力，以下來說明怎樣利用回鍋油來製作肥皂及相關新知的點點滴滴，特此感謝劉軒君學長提供採訪。

肥皂是利用一種皂化反應所形成的，而手工的肥皂基本原料很簡單，利用植物油加上水和氫氧化鈉(NaOH)，在

傳統手工香皂與一般市售香皂比較：

	傳統手工香皂	一般市售香皂
製作方法	冷製法(手工)	熱製法(機器)
主要材料	植物油	廉價動植物性油類
製作時間	長(約1個月)	短(約2天甚至更短)
保存期	短(約一年)	長
添加物	植物精油、檸檬汁等	防腐劑、硬化劑、抗氧化劑、合成介面活性劑等

產生肥皂的同時也產生了具親水性的甘油，且植物油的皂會被大自然分解，也不會殘留，唯一的缺點就是反應的過程較慢，要完成成品大多都要好幾週的時間。但是這是值得的，甘油能使皮膚有滋潤保濕的作用。其實，在正常的皂化反應下，是會產生一定的比例在肥皂中，但是，大部份市售肥皂的甘油，被分離抽走，用來製作高級滋潤的保養品，所以一般市售的肥皂滋潤保濕的功能就飛走了！

讓我們更瞭解一些每天都要接觸的香皂到底跟自己純手工做的有什麼不同吧！

工業進步，不少求快便利的產品相繼出現，傳統又耗工的許多清潔用品，因為被嫌麻煩耗時，越來越少，但在環境保護的思想日趨展現的當下，我們也可以自己做做看屬於自己的香皂或是清潔用品，遠離所謂防腐劑、抗氧化劑等等，以下是製作手工香皂注意事項，及怎樣使用會更好更有效保護這個環境。

### 製作手工香皂注意事項：

- 一、製作中的化學藥劑、物品等，部份因含強鹼應標示清楚，避免小孩誤食。
- 二、強鹼的氫氧化鈉（NaOH），在使用上，要注意自身及周圍人安全，戴上手套是必要的。
- 三、反應過程中會產生腐蝕性，使用容器要用玻璃及不鏽鋼且不可再拿來烹調。
- 四、要注意油性的「皂化價」，是指每一公克的油脂所需要之鹼質的毫克數，避免失敗。
- 五、如要使用天然添加物，可在油鹼混合後，入模前，最後再添加，以免流失。

### 使用手工香皂注意事項：

1. 每次使用後，保持乾燥，不要泡水。因為手工香皂沒有使用硬化劑等，所以比較軟也因親水性強，易溶化。
2. 回鍋油做的手工皂要盡快使用唷！最好半年內用完。
3. 沒有使用過的油做的手工香皂，因為沒有添加任何防腐劑等，僅可保存一年左右唷！

### 使用的量：

(一)植物性油脂皂化價(每一公克油，氫氧化鈉的毫克量)，可以互相調合。

1. 椰子油，皂化價0.19，適合一般清潔，較易皂化。
2. 芥花油，皂化價0.1324，適合一般清潔，不易皂化。
3. 橄欖油，皂化價0.134，適合肌膚清潔，一般皂化。

(二) 鹼量(氫氧化鈉)=油脂重量(g) × 皂化價

(三)水=氫氧化鈉 × 2.5~2.8。

(四)鹽、糖，每100g油，用1.5g的量。

※氫氧化鈉(白色顆粒狀)可以在化工材料行或網路購買。

### 【再生緣】回鍋油變香香，清潔用品更環保

工具：不鏽鋼鍋、橡皮刮刀、烘焙用電子秤、不鏽鋼打蛋器、長條狀空牛奶盒或塑膠盒等皆可、手套、圍裙。



過程中記得要戴上手套及口罩，因為過程中會產生特殊氣體，要保持空氣流通，注意周圍小朋友或大人走動。製作冷製皂所需的工具，一般都可以在廚房找到，儘量使用廚房中淘汰下來的舊東西，因為使用過後，就不太適合用來煮食物了唷！

先將水溶合鹽和糖，攪拌溶解後，將氫氧化鈉從瓶中用不鏽鋼長匙取出79g，小心倒入水溶液中，攪拌至清澈完全溶解，後隔水降溫。將回鍋油的雜質去除，加入250g回鍋芥花油及250g椰子油，使用不鏽鋼打蛋

材料：芥花油250g、椰子油250g、氫氧化鈉79g、水195g、鹽7.5g、糖7.5g。



▶ 椰子油在室溫下容易凝固需隔水加熱。

器充分攪拌半小時至一小時，放置一旁半小時至一小時，偶爾攪拌，油鹼混合後開始產生白霧狀，直到濃稠狀態，可以在表面畫出8的形狀，即可倒入乾淨的空紙盒內。然後，靜置1個月，等待在最上面呈現硬度（要注意），因為裡面會比表面跟空氣接觸的面軟，所以要比較硬，然後就可以將紙盒撕去（脫模）後再切塊。

利用回鍋油製作肥皂，完成的肥皂，非常適用於洗抹布、清潔廚房等等，或刨絲狀，或片狀泡水，拖地板、清潔其它地方等等。



▲ 步驟1. 將砂糖、鹽溶解於水中。



▲ 步驟2. 緩慢的加入氫氧化鈉 (NaOH)。



▲ 步驟3. 氫氧化鈉最好從瓶中取出直接加入(勿與空氣接觸)。

※編按：本文感謝陳月桂學長協助採訪。

# 讓我們一起動手做吧！



▲ 步驟4. 小心攪拌。



▲ 步驟5. 依序加入各種油類。



▲ 步驟6. 利用攪拌器充份攪拌。



▲ 步驟7. 可以將皂化完成的皂液倒入各種造型的模具。