

## Die Seife –Geschichte und Mittelalterliche Methoden zur Herstellung

Seife ist der Menschheit schon lange bekannt. Die erste Aufzeichnungen ,die über Seife gefunden wurde, stammen aus dem Jahr 2500 v.Christi und wurden von den Sumerern in Form einer Keilschrifttafel hinterlegt.



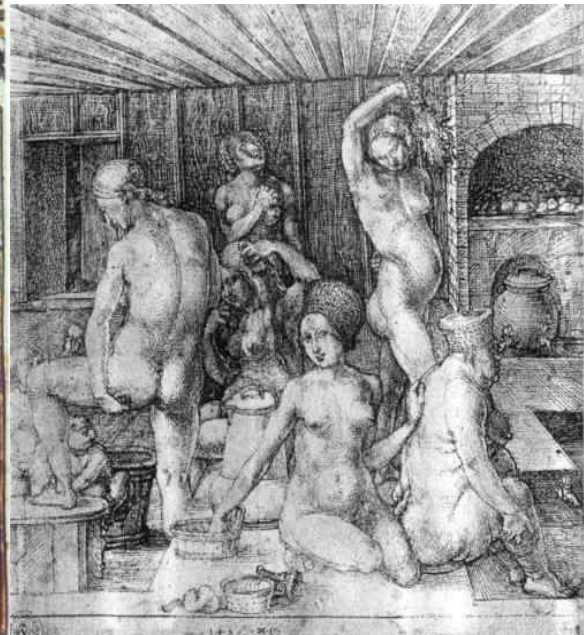
Erst viele Jahre später fand man die nächsten Aufzeichnungen in Ägypten .Dort war die Seife um 600 v.Christi schon bekannt. Man vermischte tierische Fette mit der Asche aus verbrannten Meerespflanzen oder mit den Kristallen ,die man in ausgetrockneten Seen in der Wüste fand .Dort soll angeblich auch das Rezept von Seife ,das erste Mal von einem Arzt überarbeitet wurden sein und man soll dann die Seife exportiert haben. Allerdings finden sich die nächsten Belege über die Verwendung und Herstellung der Seife erst wieder bei den Römern.

Plinius der Ältere der um 23 n. Christi lebte, berichtet in der „Historia naturalis „, dass Gallier und Germanen Seifen als Haarpomade benutzten .Diese Haarpomade wurde anscheinend aus Ziegentalg und weiß gebrannter Asche hergestellt und häufig noch mit roter Tonerde gefärbt .Die Römer und Griechen allerdings reinigten jahrelang nur ihre Wäsche mit der Seife und nicht ihren Körper .Trotz der hohen Badekultur ,hat man doch für Körperbäder eher Kräuter-und Duftessenzen genommen und die Körper später dann mit Öl eingerieben ,als die Seife dafür zu verwenden .Allerdings war die Seife für die Römer ein wichtiger Exportartikel geworden .Man exportierte von daher die Seife nach Frankreich ,Spanien und Italien .



*Seifensieder bei der Arbeit*

Dort entstanden dann auch die ersten Seifensieder Städte und von nun an wurde das Seifenrezept noch häufig überarbeitet, aber leider ohne historische Belege. Erst im 12ten Jahrhundert wird wieder ein Rezept überliefert und zwar in der Mappae Clavicula aus Italien. Es handelt sich um eine Olivenseifen Rezept. Nach wie vor wird Seife aber immer noch als Kosmetik oder als Heilmittel benutzt , anstatt als Körperhygiene Mittel



*Szenen aus Badehäuser aus unterschiedlichen mittelalterlichen Epochen*

Schauen wir doch aber mal an, was Seife ist.

Seife ist ein Gemisch aus Asche, Wasser und Fetten. Die Menschen entdeckten die Seife per Zufall. Als sie heiße Asche, auf die Tierfett getropft war, in den Regen gaben, begann das Ganze später zu Schäumen. So entdeckte man die erste Seife. Zuerst benutzte man, wie oben auch schon beschrieben die Seife, aber nur zum Waschen der Wäsche und zu Heilung. Nun muss man sich fragen, warum Wunden die mit Seife gereinigt wurden, so gut heilten. Nun ich stelle die Spekulation auf, dass die Seife durch den hohen Laugenanteil so etwa wie eine verätzende Wirkung auf die offenen Wunden gehabt hat. Oder durch den Soda Anteil der späteren Seifen, es zur Reinigung der Wunden kam. Salze sind ja auch ein natürliches Produkt des Körpers. Verätzungen schlossen die Wunde und trieb den Heilvorgang somit an, weil auch alle Bakterien verätzt wurde.

Später als in Europa die Pest ausbrach, verpönte man Seife und Waschen, weil man davon ausging, dass der Pesterreger mit dem Wasser übertragen wurde. Wie wir heute wissen, war das gänzlich falsch und man hätte die Pest viel besser eindämmen können, wenn man sich gewaschen hätte.

Im 18ten Jahrhundert begannen die Seifensieder Parfümöle von der Rose und dem Lavendel dazu zumischen, es entstand die Toilettenseife. Auch diese Seife wurde nicht zum Waschen benutzt, weil es im Barock als Frevel galt sich zu Waschen und man puderte sich lieber über.

Zur Herstellung:

Bis zu den Ägyptern nahm man wohl nur die Holzäsche, setzte diese auf um sie zuzäubern und kochte sie dann über Stunden zusammen mit den Fetten. Die Araber erfanden dann wohl das sogenannte Ätznatron, was wir auch heute noch zur Seifensiedung verwenden. Sie stellen durch „Kaustifizieren“, (=alkalisch machen) von Soda bzw. Pottasche mit Ätzkalk (Calciumhydroxid) Ätznatron her.

Aber wie reinigte man eigentlich Holzäsche von Sand und Steinen?

Später erst hatte man ein sogenanntes Laugenfaß dafür. Das war ein Faß, was unten mit Löchern versehen wurde. Die meisten Belege zeigen 5 Liter Fässer. Diese durchbohrten Löcher wurden mit einigen Lagen festen Leinen oder Stroh ausgelegt, dann kamen kleine und große Steine auf den Boden, dies diente als Drainage. Man setzte nun dieses so präparierte Faß auf einen Topf. Man nahm 1 Teil Holzäsche und 5 Teile Wasser, vermischte das zu einem dünnen Brei und gab das alles in das Laugenfaß. Nun ließ man es einfach einige Tage stehen. Die Flüssigkeit, die unten aus dem Faß austrat, war dann später die gereinigte Holzaschenlauge.

Diese nahm man nun und kochte sie solange aus, bis auf dem Boden des Topfes eine feste Masse entstand. Diese Masse war im getrockneten Zustand, die sogenannte Pottasche. Genau dieser letzte Kochvorgang gab der Asche diesen Namen, unter dem wir sie auch heute noch finden. Die heute bekannte chemische Bezeichnung für Pottasche ist KOH. Man bekommt sie in der Winterzeit häufig in kleineren Portionen zum Backen oder man bestellt sie in der Apotheke, ebenso wie das NaOH. Man verwendet beide Laugen in etwa gleich. Im unteren Anhang verweise ich auf eine Seite mit einem Seifenrechner, wo man beide Laugen für die Berechnung eingeben kann. Eine Gewinnung durch den oben beschriebenen Prozeß ist langwierig und nicht 100 % nachzuvollziehen. Siehe auch Anhang.

Alles in allem ein sehr aufwendiger Prozeß, den man sich heute nicht mehr so antun würde, allerdings sollte man bedenken, das in einer chemischen Großanlage, Pottasche auch immer noch so hergestellt wird.

Welche Möglichkeiten hat man heute in der Moderne ?

Ein Vergleich alter Methoden mit modernen Methoden, ebenso wie ein Abgleich der Möglichkeiten heute auf alte Art Seife herzustellen

Die modernen Seifensieder sieden heute ihre Seifen mit Hilfe von NaOH, Natronlauge. Das geht schnell und ist relativ unaufwendig, weil man die NaOH Plättchen in der Apotheke oder im Internethandel beziehen kann. Ebenso werden heute Fette eingesetzt, die damals in Europa noch gar nicht bekannt waren, in Kombination mit Ölen, deren Herstellung viel zu teuer gewesen wäre

Aber was bleibt noch? Wie war es wohl damals? Was gab es? Was ist belegbar ?

Wenn man rückblickend mal guckt, was vorhanden war, stellt man schnell fest, warum die damaligen Seifen eher Kern- oder Schmierseifen waren. Die „normalen“ Seife wurden meistens aus tierischen Fetten und Pottasche hergestellt. Es gibt auch eine Erzählung, das Schlachter und Familien mit großen Kaminen von den Seifensiedern immer ein großes Stück Seife bekamen, als Dank dafür das sie ihnen ihre Asche und Schlachtabfälle zur Verfügung stellten.

Welche Fette waren das?

Es gab da Fette von allen möglichen Tieren. Z.B gibt es da Rindertalg, Schweineschmalz, Gänseschmalz, Hühnerfett und Schafs- oder Lammfett.

An Ölen gab es nur in den mediterranen Regionen das Olivenöl. In den nordisch europäischen Regionen gab es das sogenannte Rübenöl, das heutige Rapsöl. Allerdings ist nicht bewiesen, das es auch zum Seife machen verwendet wurde. Ansonsten gab es noch das Mandelöl, dessen Herstellung zu kostspielig war um es für einfache Seifen zu verwenden. Wenn man es denn je für Seifen verwendet hat, dann wohl erst ab dem 16ten Jahrhundert, als die Toilettenseifen in den Umlauf kamen. Aber dies alles ist nicht wirklich zu belegen. Es gibt alte Rezeptsammlungen aus den späteren Jahrhundert, z.B aus dem 18ten Jahrhundert, wo einige der obengenannten Artikel durchaus schon benutzt wurden, aber auch nur die festen Fette. Es wurden mehr feste Fette, die beim Kochen abfielen eingesetzt, als wie heute die flüssigen Fette, die es damals in der Form nur teuer zu erwerben gab. Heute bezieht man sich alle notwendigen Sachen aus dem Internet oder aus Geschäften, wie Supermärkten und Bio Läden. Man bekommt im Internet eine große Vielzahl von außergewöhnlichen Fettsorten wie z.B. Sheabutter oder Kakaobutter. Die meisten flüssigen Öle sind im normalen Handel erhältlich und häufig gibt es Sonderaktionen mit besonderen Ölen wie Kürbiskernöl oder Traubenkernöl.

Andere Zutaten:

Parfümöle und Honig : Gab es in dem Sinne noch nicht ,wie wir sie heute als ätherische Öle in jedem Laden kaufen können. Es gab die Möglichkeit mit Lavendel- oder Rosenwasser ,die Seifen zu beduften ,was aber eher für die Toilettenseifen aus dem 18 ten Jahrhundert spricht. Es gibt auch noch die Möglichkeit Kräuter in die Seife zugeben .Aber das gemeine Volk wird nichts dergleichen getan haben ,da diese Dinge viel zu teuer waren um sie in eine einfache Seife zugeben. Honig war auch viel zu teuer, als das man ihn in eine einfache Seife gemischt hätte.

Es ist nicht belegt ,was es schon an den Höfen gab. Ich kann immer wieder nur darauf hinweisen ,das die ersten Belege einer parfümierten Seife ,die evtl noch mit Dingen wie Honig angereichert wurde ,erst aus dem 18 ten Jahrhundert entstammen.

Heute ist das anderes:

Man hat viele Möglichkeiten seine Seifen auszuwerten und zu beduften. Man kann alle Arten ätherische Düfte und Parfüngemische in den Apotheken, Bio Märkten sowie Reformhäusern und dem Internet beziehen. Auch Kräuter sind heute viele mehr bekannt als damals und die meisten sind im Überfluss vorhanden.

Bei den Kräutern hat man prinzipiell 3 Wege ,sie in die Seife zu geben.

-Man kocht sie auf und nimmt sie als Form von Tee zum Ansetzten der Lauge

-Man kann sie mahlen und in Pulverform einfach zur Seife geben oder

-Man kann sie im gemahlenden oder gemörserten Zustand einfach zum Schluss in die Seife rühren

Ebenso gibt es heute unterschiedliche Methoden um seife zu siedern .Kurz zusammen gefasst werden sie unter den Begriffen „Heißversiedung“ und „Kaltversiedung“ ,

Ansatz der Lauge.

Die Laugen, egal ob NaOH oder KOH können beide mit unterschiedlichen Flüssigkeiten angesetzt werden. Die meisten Seifensieder nehmen Aqua Dest. Oder Regenwasser ,wobei Regenwasser der alten Methode noch am nächsten kommt. Es ist wichtig in Gebieten mit hartem Wasser ,also entsprechend viel Kalk im Wasser unbedingt Aqua Dest oder gefiltertes Wasser zu nehmen ,auch für die Zubereitung der anderen Flüssigkeiten ,mit denen man die Lauge ansetzen möchte. Man kann Kaffee, Tee aller Art, Milch nehmen oder auch Fruchtsäfte sind geeignet. Bei den Fruchtsäften hat man durch den darin vorhandenen Zucker ,einen guten Schaumeffekt.

Beim Ansetzen der Lauge ist folgendes wichtiges zu beachten:

Erst kommt die Flüssigkeit ins Gefäß der Wahl ,dann die Laugenplättchen oder das Laugenpulver. Das Gefäß erwärmt sich sehr stark beim Lösen der Lauge. Man sollte zum Umrühren einen Glasstab oder einen Plastikstab nehmen ,allerdings werden alle Teile auf Dauer durch die Lauge angegriffen. Ich persönlich verwende eine hohe Glasfalsche für 2,5 Liter Flüssigkeit aus starkem Laborglas. Die Flasche kann ich schließen und beim Auflösen kann nichts spritzen oder kleckern .Die Flasche erwärmt sich sehr stark , also sehr vorsichtig sein .Diese Lauge muß dann ,ebenso wie die Fette abkühlen für eine Heißversiedung..

Es gibt einen Standardspruch für fast alle Dinge die man in der Chemie ansetzt und verdünnt

**ERST DAS WASSER, DANN DIE SÄURE, SONST GESCHIEHT DAS UNGEHEURE**

Dieser Satz lässt sich auf fast alle flüssigen und festen Chemika anwenden und sollte immer beachtet werden, weil sonst ein Gefäß sich überhitzt oder auch explodieren kann , was sehr gefährlich ist. Man sollte beim Ansatz der Lauge eh verschiedene Maßnahmen ergreifen , wie

abdecken der Arbeitsfläche, sowie tragen von Handschuhen ,und tragen einer Schutzbrille. Außerdem sollte man die Lauge beim Ansetzen am offene Fenster haben, da das feste NaOH sehr staubt. Die Dämpfe ,die beim lösen entstehen sollte man nicht einatmen. Essig griffbereit zu haben bietet sich ebenfalls an ,da man mit Essig ,die NaOH Spritzer und eventuelle Krümel neutralisieren kann.

Bei der Heißversiedung , werden die festen Fette geschmolzen und dann mit den flüssigen Fetten zusammen erhitzt ,anschließend gibt man die Lauge dazu und erhitzt die ganzen Zutaten zusammen weiter auf 75 Grad. Es bilden sich Blasen und Schaum .Man lässt das eine Weile so köcheln und rührt das regelmäßig um ,weil gerade die tierischen Fette sich bei dieser niedrigen Temperatur gerne am Rande des Topfboden absetzen.

Anschließend lässt man alles unter Rühren abkühlen und wartet darauf das sich ein fast puddingartiger Brei bildet. Nun können Duftöle und Kräuter ,sowie Farben dazu gegeben werden und das ganze wird in Förmchen abgefüllt.Benutzt man sehr viel kleine Formen ,dann sollte der Seifenleim zum Abfüllen nicht ganz zu fest sein ,sondern noch gut aus dem Topf laufen .Denn in kleine Silikonformen lässt die Seife sich immer schlecht spachteln

Die zweite heiße Varianten nennt OHP =Oven-Hot Prozeß

Zu diesem Zweck stellt man eine Grundseife her, entweder kalt oder warm ,und zwar bis sie fest ist. Dann wird diese feste Grundseife in einer feuerfesten Schale in den Ofen bei 70 -80 Grad erhitzt, solange bis sie „gelt“ und wieder flüssig wird. Im Gegensatz zu dem Herdverfahren braucht mal sich hier nicht wirklich um die Seife kümmern. Dieser Prozeß dauert etwa 2 Std. Danach ist die Seife wieder flüssig und kann gefärbt und parfümiert werden .Dann wird sie abgefüllt in Formen

**<http://www.beautykosmos.de/wiki/index.php/Heissverseifen>**

Die Kaltversiedung

Man nimmt die festen Fette und löst sie auf, allerdings nicht zu heiß, und lässt sie dann abkühlen bis es etwa handwarm ist .Dann fügt man die flüssigen Fette dazu ,Die Temperatur des Seifenleim sollte bei der Kaltversiedung etwa zwischen 38-50 Grad Celsius liegen. Wem das zu ungenau ist, dem empfehle ich ein Thermometer .Man kann auch erst nur die festen Fette abkühlen lassen und dann die flüssigen Öle zu geben

Anschließend setzt man die Lauge an und läßt sie ebenfalls abkühlen, bis man die Flasche oder das Gefäß wieder anfassen kann.

Anschließend gibt man die Lauge in die vorbereiteten und abgekühlten Fette und Öle. Das Ganze wird nun gerührt. Man kann das mit einen Handrührer machen oder auch einen Plastik Kochlöffel, aber die modernere Variante wäre eigentlich ein Mixstab/Pürierstab oder auch ein Handrührgerät würde sich unter Umständen eignen. Man versucht mittels des Mixstabes die Gelpase der Seife in Aktion zu bringen. Die läuft so ab ,das man den Seifenleim mit dem Mixstab aufrührt ,kurz ca 1-2 Minuten ,dann wieder etwas mit der Hand rühren und dann wieder mit dem Mixstab. Diesen Vorgang setzt man fort bis der Seifenleim eine puddingartige Konsistenz hat .In diesem Stadium gibt man nun Farben und Öle dazu. Es gibt ätherische und parfümierte Öle ,die den Seifenleim bei Zugabe wieder aufheissen können und die Seife verflüssigt sich dann leicht wieder, ebenso wie sie auch die Farben der Seife noch nachhaltig verändern können. Dagegen kann man leider wenig machen .

Manche dieser Öle reagieren mit bestimmten Fetten durch Erwärmung. Man kann nur versuchen, die beiden Zutaten nicht mehr zusammenzubringen. Für Erfahrung und Anregung habe ich generell unten einige Links geschrieben.

Anschließend füllt man seine Seife in unterschiedliche Formen. Im Handel erhält man alle Arten von Seifenförmchen, häufig in Silikon, aber auch in Plastik. Silikonförmchen sind durch ihre Biegsamkeit besser zum Ausformen geeignet, als die meisten Plastikformen. Wenn man mit Plastikformen arbeitet, kann man sich zum Hilfe beim Ausformen Folie in die Formen legen. Viele Seifensieder arbeiten mit einer großen selbstgemachten Holzform



Dazu findet man in den Links eine Anleitung. Holz isoliert die Wärme der Seife gut, so dass die Seife schneller vergelt und man sie auch schneller ausformen kann. Ansonsten gibt es aber auch alle erdenklichen Formen in fast jedem Küchenalltag. Ich persönlich benutze nebenbei noch Joghurtbecher in allen Größen, Pringeldosen, Tupperformen, Eiskwürfelformen aus Silikon, Eiskwürfelformen aus Plastik, sowie Tetrapacks und Schalen von Frischkäse oder Salaten. Viele dieser Dinge sind meistens nur einmal zu benutzen wie Pringeldosen. Man schält die erstarrte Seife förmlich aus der Form. Dem Einfallsreichtum sind da keine Grenzen gesetzt und wenn man sich aufmerksam in seinem Umfeld umguckt, wird man relativ schnell immer wieder neue Formen entdecken. Viele verwenden auch alle Arten von Reliefformen, die man zum Gipsgießen benutzt.

Im Anschluss ans Ausformen muss die Seife noch trocknen/reifen. Man sollte die Seife bis zur kompletten Durchhärtung an einem kühlen, trockenen Ort lagern. Eine gute Seife braucht je nach Fetten und Ölen 4-6 Wochen zum vollen Ausreifen. Reine Olivenöl Seife ist am besten, wenn sie mehr als ein Jahr liegen bleibt. Sie härtet sehr schlecht durch und man sollte sie vor dem Ausformen gerne bis zu einer Woche liegen lassen. Wenn man sie gleich frisch benutzt, wird man merken, dass die Seife noch zu scharf ist, es tut einem die Hände weh oder es kommt zu Hautrötungen. Das ist ein Zeichen, dafür dass die in der Lauge enthaltene Lauge noch nicht vollständig vergeltet ist.

Die verwendeten Formen sind meistens nicht Spülmaschinen geeignet und müssen mit der Hand gespült werden. Besonders die Gefäße für den Laugenansatz sollte man umgehend mit Spülmittel einweichen. Alle Gegenstände, die ich verwende werden ausschließlich zum Seifen machen verwendet. Ich persönlich möchte damit keine Lebensmittel mehr zubereiten,

auch wenn durch das spülen ,die Lauge nicht mehr vorhanden ist. Es ist doch fraglich, wie weit es der Lauge gelingt in den Kunststoff zu dringen. Gerade auch wenn man die Seife bis zum Ausformen einige Tage in der Form lässt.

Am besten verwendet man alles aus Kunststoff, da Laugen generell alle Metallteile auf Dauer angreifen. Auch ein Angreifen von Glas ist nicht ausgeschlossen .Das Glas zum Beispiel die Flasche hat dann matte Schlieren und wird auf Dauer blind. Es ist wichtig, immer alle Dinge gut zu spülen.

An dieser Stelle wünsche ich allen die sich an Seife versuchen möchte, an dieser Stelle viel Spaß, so wie ich ihn habe ,seit ich dieses Hobby für mich entdeckt habe. Dem Ideenreichtum sind hier keine Grenzen gesetzt und wenn man den ersten Schritt erstmal überwunden hat, entdeckt man sehr schnell die Vielfalt der Seife

Anbei an dieser Stelle alle Rezepte ,die ich schon ausprobiert habe ,so wie ein Vergleich der beiden Laugearten und eine Menge Links.

Vielen Dank  
Alenn von Horn

Links :

Allgemein :

[www.naturseife.com](http://www.naturseife.com)

Wichtige Informationen zum Seifen machen ,ein bebildertes To-Do ,soviel viele Rezepte aus allen Seiten . Teilweise kann man dort auch Zutaten und Zubehör bestellen. Der Shop sitzt allerdings in Österreich. Das angeschlossene Forum ,ist auch in vielerlei Hinsicht sehr aufschlussreich und öffentlich einzusehen zu einem Großteil ,ohne sich registrieren zu müssen .Ich persönlich habe mit dem Umgangston im Forum etwas schlechte Erfahrungen gemacht ,aber das muss jeder für sich selbst probieren

Auf Naturseife.com befindet sich auch der von mir oben angesprochene Seifenrechner ,so wie eine umfangreiche Verseifungstabelle mit allen Fetten .Zusätzlich gibt es Seiten mit Beschreibungen der Fette ,der Kräuter und allen erdenklichen Zutaten.

[www.beautykosmos.de](http://www.beautykosmos.de)

Eine sehr tolle Seite mit einem Wiki und vielen bebilderten Seiten auch zum Kalt –und Heißversieden ,ebenso wie Anleitungen zum Marmorieren und beduften .Das angeschlossene Forum ist sehr umfangreich und befasst sich allgemein mit aller Art selbsterstellender Kosmetik.Man findet dort viele tolle Sachen auch außerhalb des Seifensiedens und ich habe dort schon unzählige Stunden verbracht.Außerdem sind die Mitglieder der Community sehr nett und sehr hilfsbereit .Ich kann das jedem nur empfehlen.

Dort gibt es auch zu den Produkten eine Liste für Deutschland,Schweiz und Österreich ,wo man zum Beispiel in welchem Supermarkt welches Fett und Öl findet.