百變技法與造型
經典手工皂配方

Step by step！

皂藝

Soap Book

周嘉蘋・著

潔淨、滋潤與天然

豆de皂
shop58398326.taobao.com

目錄

本書特點 008

為什麼要自己做手工皂 009

手工皂的分類 010

名詞釋義

油 012
脂肪酸 013
甘油 014
碘價
皂化價 015
INS值
鹼水
水解
皂化 016
Trace
鹽析 017
皂的清潔作用
親水性
親油性
加脂/減鹼 018

常用油脂性質表 019

鹼量的計算 020

水量的思考 021

添加物的比例 022

保存期限與抗氧化劑 024

INS值的計算 025

Ph值的測試 026

配方計算公式 027

工具介紹 028

常用油脂介紹 029

心淘居手工皂配方



shop58398326.taobao.com

CP皂(冷製法) 037

春釀蜜汁皂 038
夏日薄荷皂 040
秋香金盞花皂 042
冬暖薑汁皂 044
浪漫薰衣草皂 046
快樂茄紅皂 048
黑糖燕麥皂 050
紅豆乳霜皂 052
優格酵母皂 054
珍珠雲母皂 056
戀戀艾草皂 058
營養蛋皂 060
豆漿雜糧皂 062
香醇牛奶皂 064
新馬賽皂 066
簡約三色皂 068
大理石皂 070
拿鐵拉花皂 072
親親寵物皂 074
護手洗衣皂 076

HP皂(熱製法) 079

火山熔岩皂 080
東方美白皂 082

再生皂(研磨法) 085

家事咖啡皂 086
研磨果香皂 088

浮水皂 091

芙蓉浮水皂 092
擠花浮水皂 094
再生浮水皂 096

技法的交互運用 099

CP皂與HP皂的對話 100
CP皂與MP皂的結合 102
HP皂與MP皂的相遇 104
浮水皂與MP皂的擁抱 106

液體皂 109

香氛沐浴乳 110
紳士洗髮乳 112

霜皂(熱製法) 115

Men's 刮鬍皂 116
Sibonbon 霜皂 120

透明甘油皂(熱製法) 123

透明甘油皂 124

MP皂分享篇 128

回鍋油油皂 144

生活小記 147

滋潤護脣膏 148
環保芳香塊 150
居家舒活霜 152
營養活力餐 154

包裝 155

材料補給站

shop58398326.taobao.com 豆de皂



二、引進國外著名的配方計算公式:

瞭解每一配方所含的脂肪酸，客觀評估做出來的香皂性質，包含軟硬度、清潔力、保濕度、起泡度、穩定度.....等等。

三、經典的配方與精美的作品:

配合季節、健康、家事、環保、趣味等主題推出優質配方，並展示超過300 幀的實品照片，讓手工皂 與生活藝術充分結合。

本書特點

剛開始玩皂的朋友，總會好奇地問到:

氫氧化鈉是不是很危險？

油和鹼怎麼會產生皂？

如何做一塊適合自己肌膚的好香皂？

...等等。

讀者可以從本書找到理想的答案，並且由四大特點中窺見手工皂的全貌。

四、多元的技法與貼心的叮嚀:

在製作方法上，分爲九大篇，包含了冷製法、熱製法、再生皂、浮水皂、技法的交互運用、液體皂、霜皂、透明甘油皂、MP皂的分享，並提出每種技法應注意的事項。不僅讓新手能輕鬆上路，也讓熟手更加得心應手。

一、Step by step:

由有關油脂與手工皂的基本概念，到各種技法的綜合運用，一步一步地引導讀者探索個中奧妙。

希望本書的出版，能讓手工皂展現出多變的配方與技法，也將皂基的變化，推向更優雅實用的風貌，進而開啓生活藝術的那扇窗。

shop58398326.taobao.com

為什麼要自己做手工皂?

常有人問到:自己做手工皂會不會太麻煩了點?

其實瞭解了個中好處，相信讀者會做最好的選擇。

手工皂的特性

1.享受天然~爲環保盡一份心力

從「油+鹼=皂+甘油」這個公式來看，可以瞭解手工香皂是一個天然的介面活性劑。沒有添加化學合成的東西。當香皂與水接觸後，大約24小時內，就會分解成二氧化碳與水。流入水溝、河川的皂水，儘管浮游生物吃了也沒有傷害，更不會造成環境的污染。一般清潔劑，含有一種叫「壬基酚」(Nonylpheno1)的環境荷爾蒙，或添加了一種爲防止變質與延長保存期限的「EDTA-2Na」（乙烯二胺四乙酸-二鈉鹽 Ethylene Diaminetetraacetic Acid-2Na），這些成份會引起肌膚過敏，也會對環境造成影響。

2.符合需要~擁有自己肌膚所需要的營養

每種油質中都含有天然的脂肪酸與甘油。配合自己的肌膚，我們可以選擇所需要的油質來製皂，同時也可以利用加脂/減鹼的方式，保留一些未參與皂化的油脂，使得香皂用起來更溫和與保濕。

3.創意無限~打開生活藝術的那扇窗

自己設計配方，選擇造型、顏色或技法，隨時都能發揮最佳創意。讓每一塊皂，除了實用性外，也增添了生活中無限的美感。不僅自己用起來安心、開心，送禮時溫馨又有誠意。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

手工皂的分類

硬皂(Hard Soaps): 又稱爲鈉皂(固體皂)，皂的成品是硬的。
包含:

1.CP皂(Cold Process Soaps): 採用冷製法。油與氫氧化鈉中和後，須經4~6週完成。
2.HP皂(Hot Process Soaps): 採用熱製法。油與氫氧化鈉中和後，利用高溫加熱來加速皂化，一個半小時後就完成了。若要更硬些，可再等一星期，待水份更蒸發時再使用。
3.再生皂(Rebatching Soaps): 採用研磨法。已經完成的CP皂，覺得不夠漂亮，可以重新刨片、切絲煮沸，裝扮出另一種造型。也可利用現成的皂絲(白色的粒狀或小條狀)，研磨後煮沸，創作出新的生命。
4.浮水皂(Floating Soaps): 在油與氫氧化鈉中和之前與之後，利用電動打蛋器不斷地打發，使其如同奶昔般白白綿綿的。因爲皂裡打入了許多空氣，所以每塊皂可以神奇地浮在水面上。雖然很特別，但較不經用。利用同樣的方法裝入擠花袋中，可以用來裝飾蛋糕皂。

液體皂(Liquid Soaps): 又稱爲鉀皂(軟皂)，皂的成品是液狀的。
1.採冷製法，油與氫氧化鉀中和後，放置6~8週，皂種即形成，想用時再稀釋。
2.採熱製法，油與氫氧化鉀中和後，直接高溫蒸煮三小時，皂種即形成，想用時再稀釋。

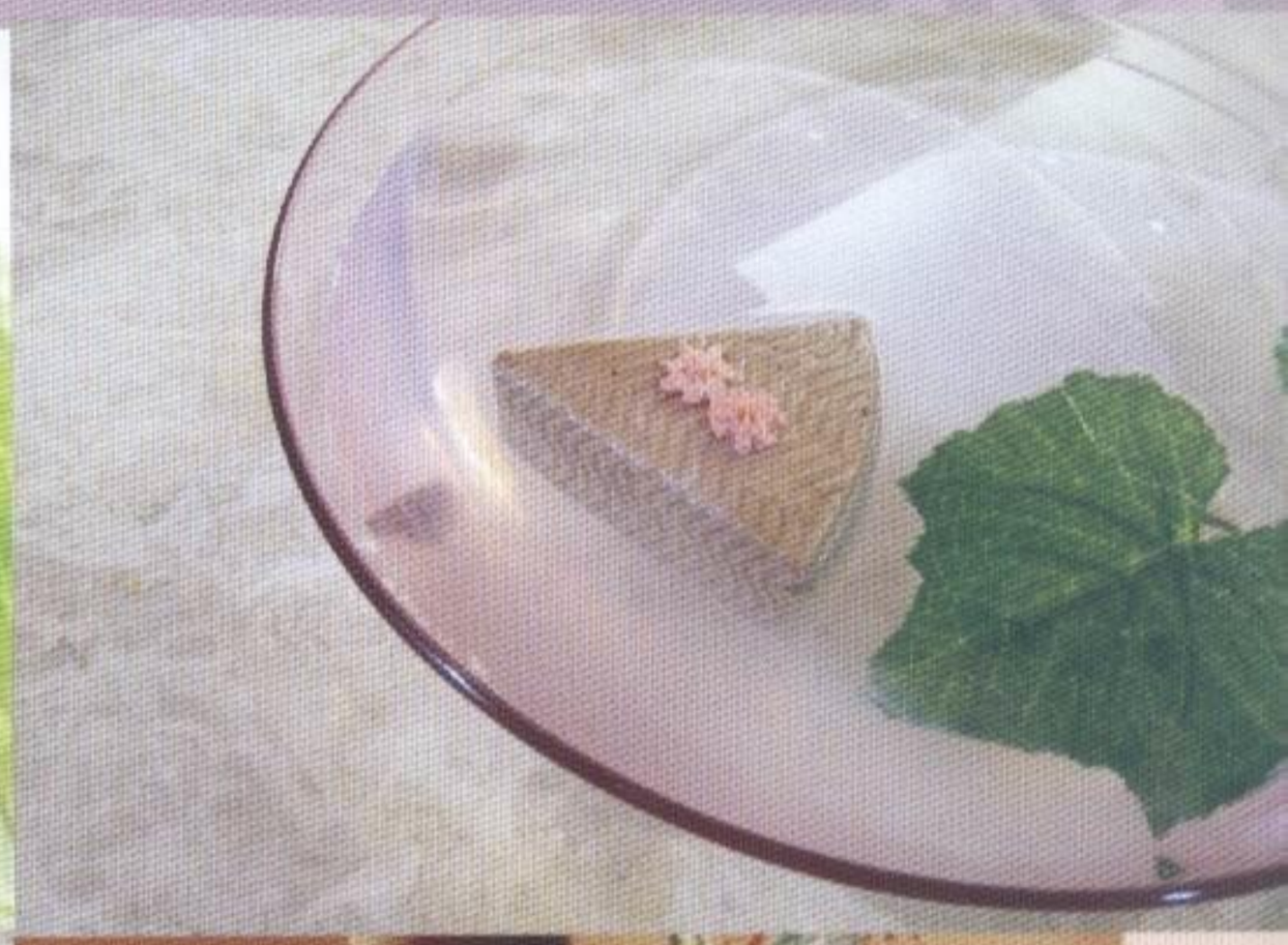
霜皂(Cream Soaps)
霜皂的特性介於固體皂與液體皂之間，它利用不同比例的氫氧化鈉與氫氧化鉀，透過充分的蒸煮與打發，製作出不同性質的霜體，呈現奶油般的外貌，如同霜淇淋一般。同時也因爲皂中充滿了空氣，可以如同浮水皂一樣浮在水面。霜皂的技法可以說是冷製皂、熱製皂、液體皂與浮水皂的大融合，是一種好玩又具挑戰性的創作。

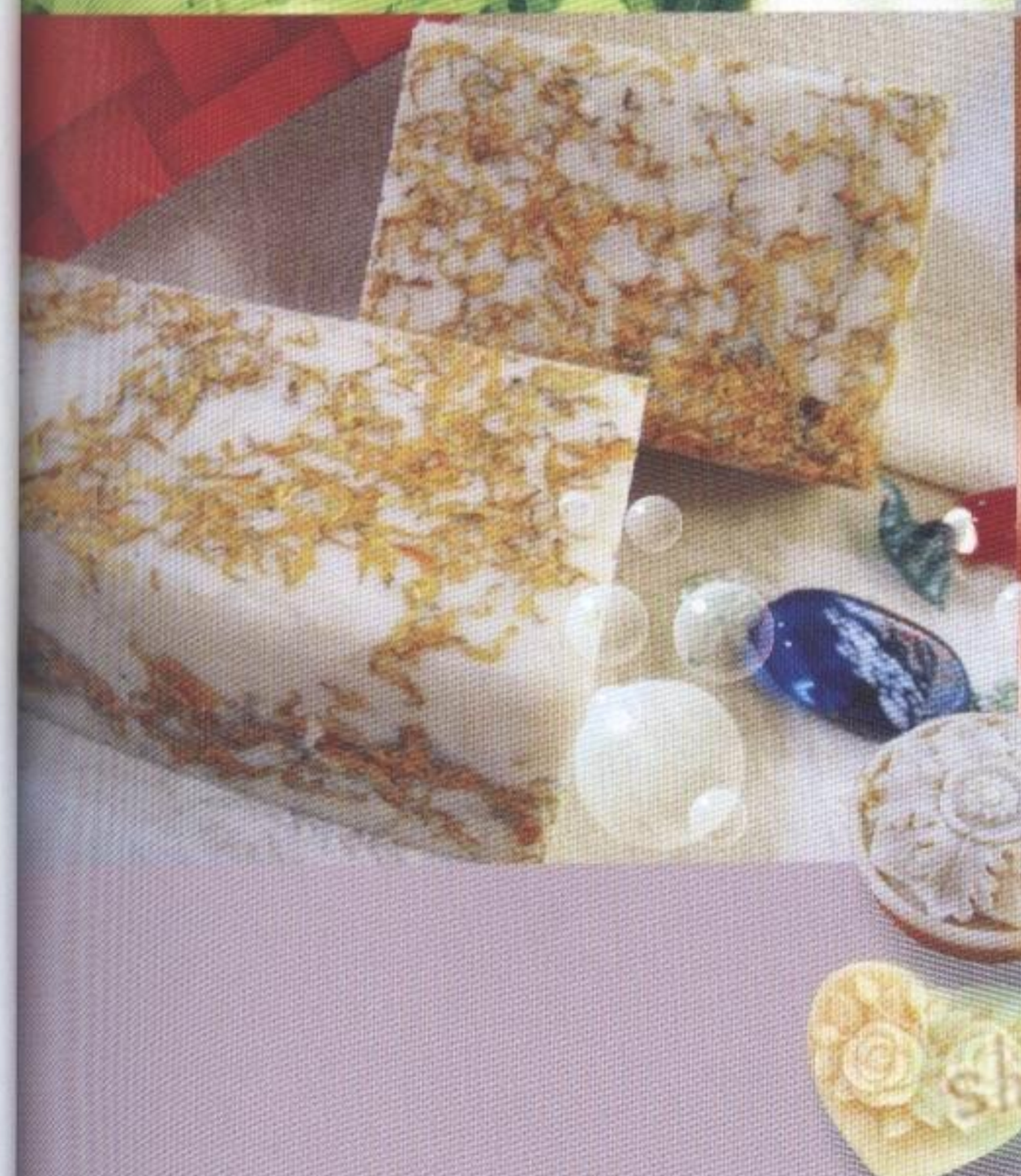
透明甘油皂(Transparency soap with Glycerin)
利用棕櫚油、椰子油、蓖麻油等三種基本油脂，融合酒精、甘油與糖水，經過充分蒸煮與保溫，製作出一款略帶黃色的透明甘油皂。儘管過程較費工夫，但在技法上卻充滿了趣味與探索。

MP皂(Melt & Pour Soaps)
利用現成的皂基，做各種技法與造型的變化。本書所採用的皂基都是從美國原裝進口，它的質地很柔，泡沫很細，清澈透明。熔皂時，再加上一些基礎油與精油。這種方法簡單、有趣又安全，大人小朋友都喜歡呢!
皂基除了基本的透明與白色外，其實還有添加了蜂蜜、燕麥、蘆薈、羊奶、乳油木果脂等各種成份的皂基，增加了創作上更多的可能性。

shop583983 26.taobao.com









shop583983326.taobao.com

名詞釋義

油

包括沙拉油、橄欖油、芝麻油、豬油，這些「可以看到的油」，
以及五穀類、蔬菜類、豆類、奶類、肉類、蛋類所含「看不到的油」。
油的主要成份，在營養學上稱爲「脂肪」。
脂肪的主要成份爲「三酸甘油酯」。
三酸甘油酯（Triglyceride），由3個脂肪酸分子和1個甘油分子所組成。
三酸甘油脂的化學式是CH2COOR-CHCOOR'-CH2-COOR"，其中R、R'、R"爲烷基 (Alkyl) 長鏈。
三個脂肪酸 RCOOH, R'COOH, R"COOH 可能爲相同、相異或部份相異的烷基。
自然界的脂肪包含許多不同的三酸甘油脂。
無論哪一種油，所含的脂肪酸不外乎是月桂酸、肉荳蔻酸、棕櫚酸、硬脂酸、
油酸、亞油酸、次亞麻油酸等，再加上不皂化物(通常低於1%)。
所謂「不皂化物」，指的是不會與皂反應變成皂的成份。

shop583983 26.taobao.com

脂肪酸

所有的脂肪酸都是由碳、氫、氧原子所組成。

脂肪酸有兩種：

1. 飽和脂肪酸：只有單鍵，不含雙鍵。主要有：月桂酸、肉荳蔻酸、棕櫚酸、硬脂酸。

2. 不飽和脂肪酸：

   a. 單元不飽和脂肪酸：除了單鍵，還含一個雙鍵。主要有：油酸、蓖麻油酸。

   b. 多元不飽和脂肪酸：除了單鍵，還含兩個或以上的雙鍵。主要有：亞油酸、次亞麻油酸。

配方中所含的脂肪酸，說明如下：

月桂酸 (Lauric)	飽和脂肪酸；C12:0	含十二個碳，沒有雙鍵。硬度與泡沫性好，氧化安定性高。如椰子油、棕櫚油。
亞油酸 (Linoleic)	多元不飽和脂肪酸；C18:2	含十八個碳，雙烯，兩個雙鍵。氧化速度快，較易溶化，份量不宜多，有助於保持皮膚水分的角質層。如傳統葵花油、紅花油、葡萄籽油、月見草油、玉米油。
次亞麻油酸 (Linolenic)	多元不飽和脂肪酸；C18:3	含十八個碳，三烯，三個雙鍵。抑制濕潤性皮膚炎，比亞油酸更易氧化。如核桃油、夏威夷核油、月見草油、馬油。
肉豆蔻酸 (Myristic)	飽和脂肪酸；C14:0	含十四個碳，沒有雙鍵。起泡性大，比月桂酸更持久、細緻。如椰子油、棕櫚油、豬油。
油酸 (Oleic)	單元不飽和脂肪酸；C18:1	含十八個碳，單烯，一個雙鍵。氧化安定性高，對肌膚溫和滋潤。如橄欖油、杏仁油、酪梨油、山茶花油、堅果系列的油。
棕櫚酸 (Palmitic)	飽和脂肪酸；C16:0	含十六個碳，沒有雙鍵。氧化安定性高，如椰子油、棕櫚油、蜜臘、動物性油脂。
蓖麻油酸 (Ricinoleic)	單元不飽和脂肪酸；C18:1	含十八個碳，單烯，一個雙鍵。泡沫多，有透明感，可維持精油與香精的香味。如蓖麻油。
硬脂酸 (Stearic)	飽和脂肪酸；C18:0	含十八個碳，沒有雙鍵。氧化安定性高，不易溶化，如可可脂、乳油木果脂、動物性油脂。

shop58398326.taobao.com

甘油

甘油(glycerin)稱爲丙三醇，它不是油，而是一種三個碳的碳水化合物，分子式爲C3H8O3。

甘油是製造基礎油、香皂、化妝品的重要成份。有極佳的吸濕性，能幫助皮膚保持水分，但不可直接直接塗抹，須透過香皂或化妝品，才能將水分均勻地散佈在皮膚上。

碘價

用100g的油脂，進行碘的測試反應，所吸收碘的克數稱爲碘價(iodine value)。

碘價可測量油脂中不飽和脂肪酸的含量與不飽和程度，

它與不飽和脂肪酸的雙鍵數成正比。

1. 飽和脂肪酸碘價在60以下。
2. 不飽和脂肪酸：
   a. 單元不飽和脂肪酸碘價在60~100之間。
   b. 多元不飽和脂肪酸碘價在100以上。

小叮嚀

碘價越低，皂越硬。

碘價越高，皂越軟。

shop58398326.taobao.com 豆de皂

皂化價

每一種油都有它的皂化價。

什麼是「皂化價」呢？

就是每一公克的油，需要加多少毫克的「鹼」，才能製作成皂。

INS值

每一種油脂的「INS值」是由它的「碘價」及「皂化價」換算而成的。INS值可作爲成品軟硬度的參考。

碘價越低，INS值愈高，香皂越硬。

碘價越高，INS值愈低，香皂越軟。

從配方的計算公式，INS值建議在120～170。

鹼水

將鹼加入純水中，攪拌均勻呈透明狀，即爲鹼水。

「鹼」可分爲兩種：

氫氧化鈉(NaOH)是製作皂化皂中固體皂的必備成份。

氫氧化鉀(KOH)是製作皂化皂中液體皂的必備成份。

製做鹼水，最好用純水、逆滲透水或蒸餾水。一般的水因爲含有鈣、鎂等離子，與鹼結合後，會降低皂的清潔力。

水解

當鹼水加入油中，油中的脂肪酸會與甘油分離。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

皂化

當鹼水加入油中，經水解、攪拌與*Trace*後，鹼會與脂肪酸結合成爲「脂肪鈉」*(*俗稱肥皂*)*。此過程即爲「皂化」，亦即*:*油＋鹼水＝皂＋甘油。

皂化的過程可分成三個階段：初期、果凍期、成熟期。

鹼水倒入油中，經過充分手動攪拌，大約*40~50*分鐘*(*若以電動攪拌，則可縮短時，即可將皂液倒入模型中，此時稱爲初期。

入模後，皂化會持續進行，溫度也會升高*(*約*70~80*℃*)*。皂液會從中心逐漸往外圍形成透明的大圈圈，此時稱爲果凍期。



二天後脫模，開始"晾皂"，將皂放進四面通風的籃框裡方便翻面，使其乾燥，並且避免燈光直射。再等*4~6*週完全皂化，鹼全部反應完，才可安心使用，此時稱爲成熟期。

Trace(痕跡)

Trace: 在手工皂中指的是優格狀。皂液充分攪拌後會變成優格狀，此時隨意在上面畫個數字，不會立即消失，就可入模了。



Light trace: 在手工皂中指的是輕度稠狀。充份地攪拌是非常重要的，若攪拌不完全，儘管入模了，最上層還是會有浮油出現。若油溫過低，也會產生油水分離的現象。

shop58398326.taobao.com 豆de皂

鹽析

這個方法大都是製皂工廠才會採用，一則爲了將甘油取出另有他用，二則讓皂更乾燥與增加硬度，三則是甘油遇到空氣中的水分子會產生小水珠，影響皂的外觀。

利用食鹽水，使肥皂與甘油分離的過程稱爲「鹽析」。

皂化完成後，利用鹽析法，將飽和的食鹽水加入皂液中，此時肥皂會因不溶於食鹽水而浮在上面與甘油分離。

手工皂爲保留甘油以增加保濕度，通常不會採用鹽析法。

皂的清潔作用

皂在水與油中扮演媒介的角色。

皂有親水性與親油性，有很好的滲透、去油、乳化與清潔的效果。

親水性

是指可溶於水，因爲皂的分子有羧酸鈉基(-COONa)，所以它會向外抓住水分，將灰塵與污垢帶走。

親油性

是指可溶於油，因爲皂的分子有烴基(-OH)，所以它會去包圍任何皮毛或纖維的小塊灰塵與污垢，而後將其分解。

shop583983326.taobao.com

加脂/減鹼



對鈉皂而言，寧可多一些油或少一點鹼，才能使香皂更加滋潤，因此我們可以運用加脂或減鹼的方法。

一、加脂 (Supperfatting)

鹼量完全計算正確後，不做任何減少，一直到整個皂液Trace時，再加入一些特殊油脂。在鹼量不變的狀況下，多加的油脂，因未與鹼產生作用，所以香皂會更滋潤。加脂時，通常選擇較滋潤的油脂，例如:月見草油、荷荷芭油、小麥胚芽油、玫瑰果油等，大約加3~4%。

二、減鹼 (Lye Discount)

其實也是另一種加脂。在油量不變的狀況下，鹼量完全計算正確後，先扣除5%的量，如此有少部份的油未與鹼產生作用，一樣可達到滋潤的效果，也確保了不會有殘餘的鹼留在皂中。過鹼的皂刺激性較高，容易傷害肌膚。

在配方的計算公式中，大多採用減鹼的方法。

小叮嚀

1.其實每批生產的油脂，皂化價都略有變化，採用超脂或減鹼可以避免殘餘的鹼，造成皂刺激性較高，傷害肌膚。請參考:David Fisher, about.com "How to superfat your home made soap recipes" 的解說。

2.不論是加脂或減鹼，有時香皂的成品，難免會產生「酸敗現象」。爲避免如此，油量與鹼量的計算要特別仔細。充分攪拌與保溫也是重要因素。

3.製作鉀皂則沒有加脂或減鹼的考量。

P.S. 產生酸敗的原因:

1. 油本身的氧化酸敗:油過期會氧化，酸性會增加。

2. 皂化不完全:油脂與鹼水未能充分反應，以致於在皂中留有多餘的脂肪酸。

3. 梅雨季節空氣潮濕，影響了晾皂的品質。

這幾種情況做出來的皂，常會出現黃色泛油的斑點，聞起來有酸酸臭臭的油耗味，通常只能拿來做家事皂洗地板，若油斑太多只好放棄了。

皂de皂
shop58398326.taobao.com

常用油脂性質表

不同公司所生產的油脂，每批產品的皂化價都會略有不同，以下數值僅供參考!

脂肪酸	皂化價	皂化價	碘價	INS值
	氫氧化鈉NaOH	氫氧化鉀KOHI	odine	INS
甜杏仁油Almond, Sweet	0.1360	0.1904	99	97
杏仁核油Apricot Kernel	0.1350	0.1890	100	91
酪梨油Avocado	0.1330	0.1862	86	99
蜜蠟Beeswax	0.0690	0.0966	10	84
琉璃苣Borage	0.1357	0.1900	135	55
山茶花油Camellia	0.1362	0.1910	78	98
芥花油Canola	0.1324	0.1856	110	56
蓖麻油Castor	0.1286	0.1800	86	95
可可脂Cocoa Butter	0.1370	0.1918	37	157
椰子油Coconut	0.1900	0.2660	10	258
玉米油Corn	0.1360	0.1904	117	69
棉籽油Cottonseed	0.1386	0.1940	108	89
鴯鶓油Emu	0.1359	0.1906	60	128
月見草油Evening Primrose	0.1357	0.1900	162	30
葡萄籽油Grapeseed	0.1265	0.1771	131	66
榛果油Hazelnut	0.1356	0.1898	97	94
大麻籽油Hemp Seed	0.1345	0.1883	165	39
荷荷芭油Jojoba	0.0690	0.0966	83	11
夏威夷核油Kukui Nut	0.1350	0.1890	168	24
羊毛脂Lanolin	0.0741	0.1037	27	83
亞麻仁油Linseed	0.1357	0.1899	180	-6
澳洲胡桃油Macadamia	0.1390	0.1946	76	119
芒果脂Mango Butter	0.1371	0.1920	47	146
橄欖油Olive	0.1340	0.1876	82	109
鴕鳥油Ostrich	0.1390	0.1946	97	128
棕櫚油Palm	0.1410	0.1974	53	145
棕櫚核油Palm Kernel	0.1560	0.2184	20	183
花生油Peanut	0.1360	0.1904	92	99
米糠油Rice Bran	0.1280	0.1792	110	70
玫瑰果油Rosehip	0.1378	0.1930	188	10
芝麻油Sesame Seed	0.1330	0.1862	110	81
乳油木果脂Shea Butter	0.1280	0.1792	59	116
白油Shortening (veg.)	0.1360	0.1904	90	115
大豆油Soybean	0.1350	0.1890	131	61
葵花油Sunflower Seed	0.1340	0.1876	133	63
核桃油Walnut	0.1353	0.1894	145	45
小麥胚芽油Wheatgerm	0.1310	0.1834	128	58
硬脂酸Stearic Acid	0.1410	0.1974	2	196

shop583983 26.taobao.com

鹼量的計算

一、固體皂：

油皂化價(氫氧化鈉)=氫氧化鈉的量

例如：橄欖油 100gx0.134=13.4g

椰子油 100gx0.19=19g

棕櫚油 100gx0.141=14.1g

13.4g+19g+14.1g=46.5g

在上述的配方中，NaOH的量就是46.5克。(小數點後可四捨五入)

二、液體皂：

油x皂化價(氫氧化鉀)=氫氧化鉀的量

例如：橄欖油 100gx0.1876=18.76g

山茶花油 100gx0.1910=19.10g

蓖麻油 100gx0.1800=18.00g

18.76g+19.10g+18.00g=55.86

在上述的配方中，KOH的量就是55.86。(小數點後可四捨五入)

P.S. 皂化價(氫氧化鈉)**x1.4=** 皂化價(氫氧化鉀)

小叮嚀

本書所採用的鹼是由德國原裝進口高純度的粒狀原料，最大的特性，是沒有刺鼻味，也較不會有煙霧。爲避免傷及皮膚，使用時務必注意安全。

一則可以戴上手套、口罩、護目鏡、圍裙等。

二則是做鈉皂時，可將氫氧化鈉加入冰過的純水中。

如此溫度不致於過高，也就較不會危險了！萬一鹼水濺到皮膚上，請儘快用清水沖掉。

小豆de皂
shop58398326.taobao.com

水量的思考



做一鍋皂到底要用多少的純水呢？

一、以製作鈉皂（固體皂）而言：

水量的計算有很多方式：

a.鹼的量2.2倍或2.4倍，一直到4倍。

b.鹼的量x0.3-鹼的量。

c.油的量x0.38。

每一種說法，都有它的堅持。

事實上，水量多一點，成皂時，最後水分也會蒸發掉。

水量稍微少一點，只要能將全部的鹼溶解，也是OK的！

爲了避免混淆，我個人比較贊成："油的量x0.38"的觀念。

亦即水量佔油量的38%，這可以從配方計算公式中得到驗證。

例如：

水量＝油500g x0.38 ≒ 190g

水量＝油600g x0.38 ≒ 228g

當然，製作純牛奶皂、羊奶皂、母奶皂的水量(奶量)會有所不同。

在後面推出的配方中，會再加以說明。

二、以製作鉀皂（液體皂）而言：

水量＝鉀的量x3

在製作液體皂時會再詳細說明。

小叮嚀

1.通常「水」是採用RO水、純水、蒸餾水。這些水因沒有含礦物質，也就不會影響皂化的過程。

2.也可以用部份或全部的果汁、花茶、豆漿、牛奶來代替水。

3.不論採用1.或2.都須冰過，以免鹼水溫度過高，發生危險。

4.在製作鉀皂時，必須溫度保持在65~70℃，所以不能用冰水。

shop58398326.taobao.com 豆de皂

添加物的比例

做皂時，總會添加一些精油、香精、粉狀或植物萃取液，來增加香氣、滋潤與色彩的變化。

在比例上，以總油量500克的配方爲例:

精油、香精:大約3%(15克)，其他添加物:大約2%(10克)，加太多會刺激皮膚，也較沒有泡沫。

如果想要加強香氣與效果，可先行在3~7天前，將不同香味的精油混合裝瓶備用，每天搖晃一下，使其更加穩定中和。

粉狀或液狀的添加物，可在做皂一開始時，先與已調和好的精油或加脂的油一起混合備用。

加入時機最好是在light trace時，因爲有些精油或香精，若在trace時才加，皂液會變得太黏稠，以致於不易拌勻或入模。

定香劑

每一次做皂時，我都會在精油裡加一點有定香效用的精油，它可使主精油的香味持久，卻不會搶走其風采。作爲定香劑的精油，有廣藿香、白松香、沒藥、乳香等。

- **廣藿香(Patchouli)**
  唇形科，原生於馬來西亞的灌木，是植物中香味最強烈的一種。其香氣濃而持久，是很好的定香劑。
- **白松香(Galbanum)**
  繖形科，產於中國，白松香氣味強烈持久，充滿異國情調，是著名的香水定香劑。
- **沒藥(Myrrh)**
  橄欖科，產於阿拉伯，採自沒藥樹的膠狀物質，可作爲藥用和防腐。香味頗似鳳仙花，留香持久，也是一種定香劑。
- **乳香(Frankincense)**
  橄欖科，產於阿拉伯，採自卡氏乳香樹的膠狀物質。從古代開始就是相當重要的香料，也是一種定香劑。

P.S

香精與精油的不同：

- 香精(Fragrance Oil)，香氣濃烈，但不具療效，會添加一些化學物質，但好的香精，仍在安全的比例規定中。
- 精油(Essential Oil)，香氣清新，具一定的療效，大都由花草植物蒸餾冷壓、浸泡而成。

shop5839826.taobao.com

粉狀或植物萃取液的添加物

除了精油或香精外，可以加入皂液的物質相當多，用來增加皂皂的滋潤或改變顏色。
至於添加量與步驟，請參考個別配方的說明。

★在天然的方面：

如:紅椒粉、薑黃粉、甘草粉、酵母粉、艾草粉、可可粉、咖啡粉、燕麥粉、杏仁粉、薏仁粉、紅麴粉、乳香粉、檸檬皮粉、黑糖、奶粉、蜂蜜、蜂膠、蜂王乳、花粉等粉狀食品類。

又如:金箔、備長碳粉、漢方七白散、植物性膠原蛋白粉。

又如:紫草根、山金車、金盞花、洋甘菊等萃取液。

又如:新鮮的蔬果泥或浸泡的花草茶、美容用的石泥、皂土、浮石粉。

又如:MICA 雲母粉，它是一群礦物質的結晶體，呈現多彩多姿的顏色。有淡綠色、古銅色、黃色、桃紅色、粉紅色等，具有光澤與滑溜感，在皂液中很容易暈開。

★在合成的方面：

1. 粉狀二氧化鈦:主要是爲了讓皂呈現較白的顏色(一般皂做出來時顏色是偏黃的)。可與鹼水一起溶，或者在皂液分鍋時加入。使用比例爲總量(油+水)的4~5/1000。
2. 油溶液奈米二氧化鈦:主要是爲了讓皂呈現較白的顏色，屬於油溶型原料，顆粒大小平均爲20nm(奈米)。可加入油中，或在皂液輕度稠狀(light trace)時加入。
   使用比例爲總油量的5~6/1000。
3. 色粉(Pigment):呈現各種顏色的晶體，也是所有顏料的基本元素。可依個人對顏色的喜好，酌量慢慢地加入。
   a. 可在量好油時加入。
   b. 可在皂液輕度稠狀(light trace)時加入。
   c. 將MICA或色粉加入甘油中，調出所需要的顏色(一次使用)，再倒入1與2中。
   d. 將MICA或色粉加入甘油中，調出各種不同的顏色，裝入塑膠瓶中(可多次使用)。視需要將顏料倒入1與2中。

shops83983326.taobao.com 豆de皂

保存期限與抗氧化劑

成熟的手工皂可以用牛皮紙、玻璃紙或皂用保鮮膜做簡單的包裝，保存期限大約12~18個月。

若是以新鮮的果菜汁或牛奶代替水來製皂時，須添加天然的抗氧化/抗菌劑，以預防皂皂變質或酸敗。

常用的抗氧化/抗菌劑有：

葡萄柚籽萃取液(Grapefruit Seed Extract)

簡稱GSE，是一種由葡萄柚籽與果肉所萃取出來的複合物。含有豐富的維他命C與甘油，較不刺激皮膚。具有抗氧化、抗菌、防霉、除臭等性質。保存於乾燥處，瓶蓋緊密，期限可長達7~9年之久。

★在呈現trace時，加入總重量的0.5~2%。

例如:油500克、水190克，加入690×0.5%=690×0.005=3.45克的萃取液

迷迭香萃取液 (Rosemary Oleoresin Extract)

簡稱ROE，由迷迭香草萃取出來。 具有抗氧化、抗菌作用。敏感性肌膚的人要小心使用。

★在呈現trace時，加入總重量的0.5%。

安息香樹脂**(Benzoin)**

在安息香樹皮上切開三角形的小缺口後，讓樹木留出灰棕色帶點紅色芬香的樹脂。它是一種很濃稠的液體，可作爲香皂的定香與防腐劑。

★在呈現trace時，加入總重量的0.2%。

維他命E油**(Vitamin E)**

維生素E廣泛地存在於綠色植物及禾本科種子之中。有8種天然的維生素E，即α-、β-、γ-、δ-生育酚，與α-、β-、γ-、δ-生育三烯酚。在抗氧化的活性順序方面：δ-生育酚>γ-生育酚>β-生育酚>α-生育酚。

建議選用含有δ--或γ-生育酚成份的維他命E油。它是一種油溶性液體，爲天然抗氧化劑。

★量好油時，加入總油量的0.06%。

例如:油500克，加入500×0.06%=500×0.0006=0.3克的萃取液

胡蘿蔔根浸油**(Daucus carota Oil)**

含有豐富的維他命A跟E，具有抗氧化的作用。

★量好油時，加入總油量的0.5%。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

INS值的計算

一塊香皂INS值的計算：將配方中每一種油脂的重量乘以它的INS值，全部加起來再除以油脂的總重量。

以500克總油量中含72%橄欖油的馬賽皂配方爲例：

橄欖油(INS值109)　360g

椰子油(INS值258)　90g

棕櫚油(INS值145)　50g

INS值爲：

(360x109+90x258+50x145)÷500=139.42

這塊皂的INS值介於120～170之間，符合要求，但是比較軟。

另以300g的三色皂配方爲例：

橄欖油(INS值109)　150g

椰子油(INS值258)　100g

棕櫚油(INS值145)　50g

INS值爲：

(150x109+100x258+50x145)÷300=164.67

這塊皂的INS值介於120～170之間，符合要求，但是比較硬。

皂de皂
shop583983 26.taobao.com

PH值的測試

PH 值是指液體或物質的酸鹼度。範圍從 0~14 ， 0~7 屬酸性， 7~14 屬鹼性， 7 爲中性。

剛脫模的皂， PH 值約爲 11~13 (偏鹼)，成熟期的皂則降爲 9~10 ，就可使用了。大部分的皂均爲鹼性，日本人將肥皂稱爲石鹼 (せっけん)。用植物油製成的皂，可溫和洗淨肌膚，不會造成過度的負擔。健康皮膚的 PH 值在 5.0~5.6 ，屬弱酸性。洗臉後雖然酸鹼值會上昇，偏向鹼性，可是皮膚有自然調節的功能，兩、三小時後恢復原先的酸鹼值。有些產品會在配方中，添加酸性化合物或金屬螯合劑，將酸鹼值調爲弱酸性，強調較接近皮膚的酸鹼值，其實洗後的結果還是一樣，意義並不大。

皂的 PH 值可用石蕊試紙或酚酞指示劑來測試，後者較爲精確。

1. 石蕊試紙是將濾紙浸漬於含石蕊溶液中製成，可用來檢測液體的酸鹼度。

   石蕊試紙在液體 PH 值低於 4.5 時 (酸性) 變紅色，在液體 PH 值高於 8.3 時 (鹼性) 變藍色。

2. 酚酞爲白色或微帶黃色的細小晶體，是一種弱有機酸，分子式爲 $C_{20}H_{14}O_4$ ，易溶於酒精，卻不易溶於水，因此酚酞1g+95% 酒精 90ml+ 水 9ml ，即可製成酚酞指示劑 (Phenolphthalein) 。

   在 PH ＜ 8.2 的溶液裡爲無色，當 PH ＞ 10 時爲粉紅色。

   若淺粉紅色轉成深紅色，代表皂液鹼過量。

   若淺粉紅色轉成無色，代表皂液酸過量。

shop5839832 6.taobao.com 皂de皂

配方計算公式

讀者可上網，利用”**SoapCalc 9 WP** ”配方計算公式來評估香皂的品質。

網址 **:http://www.soapcalc.com/calc/soapcalcWP.asp**

電子郵件地址 :**lye+fa.soap@soapcalc.com**

如何使用”SoapCalc 9 Wp ”配方計算公式？

一、填寫油的總重量(克)、水與油的百分比(38%)、加脂或減鹼的百分比(5%)。
(一克的油加上水、鹼及添加物，將生產大約1.37克的肥皂。)

二、將你所選擇的每一種油加到「配方」的欄位中，並填寫所佔的百分比或重量。
總百分比必須是100%，每一種油加起來應等於總重量。

三、選擇NaOH或KOH。

四、填寫芳香比率(自選)。

五、按下「計算配方」的鈕。如未錯誤,將可看到配方的結果。
如有錯誤，請更正，並重新計算。

如何觀看計算結果？

一、在表的左上方，可看到香皂的各項指標。包括:硬度、清潔力、保濕力、起泡度、穩定度、碘價、INS值。

二、在表的左下方，可看到配方所含「各種脂肪酸」的百分比。包括:月桂酸、亞油酸、次亞麻油酸、肉荳蔻酸、油酸、棕櫚酸、蓖麻油酸、硬脂酸。

三、在表的右下方，可看到水、鹼、芳香的重量(克)。

如何儲存、下載與列印配方？

一、在表右上方填寫一個名稱，再按下表左上方的「儲存」鈕。

二、在表左上方選擇配方名稱，再按下「下載」鈕

三、在本頁按滑鼠右鍵，選擇「列印」，即可印出本配方。



參考資料:

http://www.soapcalc.com/calc/helptext.asp

國外的配方都是以磅或盎司來計算，單位換算成克數如下：

1公斤 =2.2046磅

1磅 =0.45公斤

1磅 =16盎司

1盎司 =28.35克

豆de皂
shop58398326.taobao.com

工具介紹



- **電子秤**

  精確的電子秤，讓我們在量油、水、鹼量時，有更好的掌握。

  1000g，誤差在0.1g範圍/3000g，誤差在0.5g範圍。

- **溫度計**

  準備兩支攝氏100℃的溫度計，用來測量油與鹼液的溫度。

- **不銹鋼杯**

  爲避免危險，將鹼溶於水時，必須採用不銹鋼材質的杯子來裝鹼水。

- **不銹鋼鍋**

  油與鹼中和時，須在不銹鋼鍋裡攪拌。一般鋁、鐵等材質的鍋，會引起金屬的化學反應，不建議採用。



- **刮刀**

  選用耐高溫的刮刀。

  主要有兩種用途：

  1. 用刮刀將油與鹼拌勻，若要達到trace狀態，時間大約40~50分鐘。
  2. 入模時用刮刀將鍋內的皂液刮乾淨。

- **電動攪拌器**

  因爲馬力夠強，可以快速又均勻地將皂液變得濃稠。

  建議先用刮刀攪拌10分鐘，讓整鍋的油與鹼水混合均勻，再用電動攪拌。使用時，先強後弱，

  每20秒停一下，直至呈現Trace(優格狀)。

- **皂模**

  塑膠盒：較沒有保溫的效果，也較不易脫模。

  牛奶盒：較沒有保溫的效果，紙盒撕開後即可脫模。

  木盒：先將裁好的冷凍紙或烤盤紙放入盒內，保溫效果好，很容易脫模。

  矽膠模：有各式各樣的造型，保溫效果好，很容易脫模。

- **保麗龍箱**

  皂液入模後，仍不斷地在皂化，溫度持續升高，可達70~80℃，可是1~2小時候，溫度又會降至30℃，皂化反應可能不完全，因此可放入保麗龍箱保溫，加上蓋子，才能讓皂化持續進行。大約靜置兩天後再脫模，這期間不要隨意打開蓋子，以免因爲溫度不足，上層產生白色的粉末。

- **切皂器**

  利用可以設定大小厚薄的切皂器，來切長條型的吐司模皂或木模皂，一來較平整，二來香皂的紋路可以展現出來。如果是單個的造型，就不必切皂了！

- **修皂器**

  是做皂的美容工具。脫模切皂後，可利用修皂器，將皂的背面修得更平整，或將邊角修圓。也可以將皂刨成片狀、絲狀等，做其他技法的變化。

- **其他**

  為了安全，可以準備護目鏡、口罩、塑膠手套、圍裙、電磁爐等配備。

P.S

製皂後的清潔工作：

桌面要立即收拾乾淨。

電動攪拌器可直立式地放進水裡，開啓電源，轉動一下，皂液就會分離了。

其他鍋、杯、攪拌棒、脫完皂的皂模等，可兩天後再清洗，如此可觀察所黏著的皂液遇水後的反應。

清洗時，水若成爲混濁的皂水，代表這鍋皂基本上是成功的，若是在水面上有一些浮油，表示有所缺失，下次改進囉！

shop58398326.taobao.com

常用油脂介紹

下列爲做皂的配方裡常用的油脂，每一種油脂除了介紹所含的脂肪酸比例外，並列出單一油脂做成皂後的性質，包括:硬度、清潔力、保濕度、起泡度、穩定度、碘價及INS等。實際上我們做皂時會搭配各種油脂，使皂的性質符合我們的需求，達到最理想的狀態。

橄欖油 (Olive Oil)

含72%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，10%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，11%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。泡沫雖不多，卻適合各種肌膚，保濕與滋潤的效果非常好，是植物中較耐久的油。

硬度=15，清潔力=0，保濕度=83，起泡度=0，穩定度=15，碘價=82，INS=109。

建議用量100%以下。

國際橄欖油協會將橄欖油分爲:Extra Virgin、Virgin、Pure、Extra Light、Pomace五個等級。

Extra Virgin:特級橄欖油。以冷壓榨方式，在24小時內取得的第一道油，酸度(每百克)≦0.8，不含其他添加物。

Virgin:純質橄欖油。以壓榨方式取得的油，酸度(每百克)≦2.0，不含其他添加物。

Pure:一般純橄欖油。以壓榨方式取得的油，酸度(每百克)≦3.0，不含其他添加物。

Extra Light:熱量較低的橄欖油。

Pomace:果渣壓榨後過濾，酸度(每百克)≦1.0

以做皂而言，Pure級以上的都可以。

椰子油(Coconut Oil)

含48%月桂酸、19%肉荳蔻酸、9%的棕櫚酸(飽和脂肪酸)，8%油酸(單元不飽和脂肪酸)。起泡力、清潔力佳，肥皂不易變質。因含有正辛酸、正癸醛，對皮膚刺激較高，若爲100%椰子油皂，只適合用於洗衣。

硬度=79，清潔力=67，保濕度=10，起泡度=67，穩定度=12，碘價=10，INS=258。

建議用量30%以下。

氫化椰子油(Hydrogenised Coconut Oil)

油脂中的不飽和脂肪酸與氫反應，變成飽和脂肪酸，此過程即爲氫化。氫化可提高油脂的熔點，降低碘價，使其較具穩定性。 氫化椰子油，就是讓液態的椰子油轉成固態或半固態，以增加加工的方便性。

建議用量30%以下。



shop583983216.taobao.com

棕櫚油(Palm Oil)

含44%的棕櫚酸(飽和脂肪酸)，39%油酸(單元不飽和脂肪酸)，10%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)。能做出堅硬不易變形的肥皂，但因不易起泡，要配合椰子油來使用。

硬度=50，清潔力=1，保濕度=49，起泡度=1，穩定度=49，碘價=53，INS=145。

建議用量30%以下。

硬棕櫚油(Solid Palm Oil)

棕櫚油本身含有飽和脂肪和不飽和脂肪，硬棕是取棕櫚油飽和脂肪的部分，所以是固體狀態。它本身就是棕櫚油，計算皂化時可以直接以棕櫚油的皂化價來算。由於是純飽和脂肪，因此成皂較硬。建議用量30%以下。

紅棕櫚油(Carotino)

雖然紅色油棕櫚樹來自非洲，主要生產來自馬來西亞。由棕櫚樹的鮮紅色果肉榨成，含豐富的單元不飽和脂肪酸(55%)，Omega-3、Omega-6多元不飽和脂肪酸，胡蘿蔔素、天然維生素E、輔酶Q10。可抗氧化，對修復傷口、面皰，粗糙及油性肌膚都有幫助，是白棕櫚油所不具備的。

建議用量30%以下。

棕櫚核油(Palm Kernel Oil)

含有47%的月桂酸、14%的肉荳蔻酸、9%的棕櫚酸(飽和脂肪酸)，18%的油酸(不飽和脂肪酸)。能做出溫和、洗淨力強、硬度夠且泡沫多的香皂，可以取代椰子油使用。

硬度=70，清潔力=61，保濕度=18，起泡度=61，穩定度=9，碘價=20，INS=183。

建議用量30%以下。

芥花油(Canola Oil)

含61%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，21%亞油酸、9%次亞麻油酸(多元不飽和脂肪酸)，4%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。可製造泡沫穩定又保濕的香皂，但INS值低，要搭配其他油品使用。

硬度=6，清潔力=0，保濕度=91，起泡度=0，穩定度=6，碘價=110，INS=56。

建議用量40%以下。

芝麻油(Sesame Oil)

含43%的亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，40%油酸(單元不飽和脂肪酸)，10%棕櫚酸、5%硬脂肪酸(飽和脂肪酸)。安定性高，一般認爲可使頭髮烏黑。用來製作香皂，保濕效果極佳，可促使皮膚再生及防曬。

硬度=15，清潔力=0，保濕度=83，起泡度=0，穩定度=15，碘價=110，INS=81。

建議用量10%以下。

shop58398326.taobao.com

米糠油(Rice Bran Oil)

由糙米外表薄薄的一層皮叫做米糠所製造，含有43%油酸(單元不飽和脂肪酸)、26%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)、22%棕櫚酸(飽和脂肪酸)、蛋白質、維他命E等，有降低膽固醇、美白、抗氧化的功能。

硬度=26，清潔力=1，保濕度=69，起泡度=1，穩定度=25，碘價=110，INS=70。

建議用量10%以下。

山茶花油(Camelina Seed Oil)

由山茶花籽所提煉出來，在日本稱爲椿油。含有45%次亞麻油酸、19%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，24%油酸(單元不飽和脂肪酸)，6%棕櫚酸、2%硬脂酸(飽和脂肪酸)，以及豐富的蛋白質，維生素A、E。抗氧化功效強。可促進細胞再生，防止水分流失，改善粗糙與敏感的膚質，對肌膚及頭髮具有滋補與保護的作用。

硬度=8，清潔力=0，保濕度=88，起泡度=0，穩定度=8，碘價=144，INS=44。

建議用量10%以下。

酪梨油(Avocado Oil)

含58%油酸(單元不飽和脂肪酸)，20%棕櫚酸(飽和脂肪酸)，12%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，以及卵磷脂、蛋白質、維生素A、D、E。滲透性佳，對肌膚有深層清潔以及修復、保濕的功效。用來製作香皂，性質非常溫和，特別適合嬰兒及敏感性肌膚。

硬度=22，清潔力=0，保濕度=70，起泡度=0，穩定度=22，碘價=86，INS=99。

建議用量30%以下。

白油(Crisco、Vegetable Shortening)

係以大豆油、棉籽油、氫化大豆油、氫化棉籽油提煉而成，是一種半固體狀的植物性人造奶油。含有52%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，18%油酸(單元不飽和脂肪酸)，13%棕櫚酸、13%硬脂酸(飽和脂肪酸)。可以製造出厚實、堅硬、極溫和、泡沫穩定的手工皂。

硬度=26，清潔力=0，保濕度=70，起泡度=0，穩定度=26，碘價=93，INS=115。

建議用量20%以下。

大豆油(Soybean Oil)

係以大豆提煉而成，含有50%亞油酸、8%次亞麻油酸(多元不飽和脂肪酸)，24%油酸(單元不飽和脂肪酸)，11%棕櫚酸、5%硬脂酸(飽和脂肪酸)。可以製造出保濕、穩定的手工皂。

硬度=16，清潔力=0，保濕度=82，起泡度=0，穩定度=26，碘價=131，INS=61。

建議用量20%以下。

shop58398326.taobao.com

甜杏仁油(Sweet almond oil)

含豐富的71%油酸(單元不飽和脂肪酸)，18%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，7%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。含豐富的蛋白質、維生素、礦物質，可改善皮膚乾燥發養現象。質地輕柔滑潤不油膩，是高滲透性的天然保濕劑。適合乾性、敏感型肌膚。

硬度=7，清潔力=0，保濕度=89，起泡度=0，穩定度=7，碘價=99，INS=97。

建議用量20%以下。

蓖麻油(Castor oil)

含90%蓖麻油酸(單元不飽和脂肪酸)，4%油酸(單元不飽和脂肪酸)、4%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)。可舒緩膚質，滋潤保濕度佳。能做出泡沫多又有透明感的香皂，並且幫助維時精油或香精的香氣。

硬度=0，清潔力=0，保濕度=98，起泡度=90，穩定度=90，碘價=86，INS=95。

建議用量20%以下。

葡萄籽油(Grape seed oil)

含68%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，20%油酸(單元不飽和脂肪酸)，8%棕櫚酸、4%硬脂酸(飽和脂肪酸)。含豐富的維他命E，油脂清爽，容易爲肌膚吸收。具有抗氧化、保濕效果。INS值低，屬於軟油，應與硬油搭配使用。

硬度=12，清潔力=0，保濕度=88，起泡度=0，穩定度=12，碘價=131，INS=66。

建議用量10%以下。

荷荷芭油(Jojoba Oil)

以液體呈現的植物性蠟，成份類似人類皮膚的油脂。含12%油酸(單元不飽和脂肪酸)，具有保濕、滋潤、軟化頭髮與肌膚，以及抗氧化的功能。適合各種膚質。

硬度=o，清潔力=0，保濕度=12，起泡度=0，穩定度=0，碘價=83，INS=11。

建議用量5%以下。

大麻籽油 (Hemp Seed Oil)

含57%的亞油酸、21%次亞麻油酸(多元不飽和脂肪酸)，12%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，6%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。保濕效果非常好，對濕疹肌膚也有幫助。做出來的肥皂非常細緻、手感佳，洗後清爽無負擔。

硬度=8，清潔力=0，保濕度=90，起泡度=0，穩定度=8，碘價=165，INS=39。

建議用量10%以下。

豆de皂
shop58398326.taobao.com

葵花油(Sunflower Oil)

含有含有70%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，16%油酸(單元不飽和脂肪酸)，7%棕櫚酸、4%硬脂酸(飽和脂肪酸)，豐富的維他命E。可以柔軟肌膚、抗老化。因爲它的INS值很低，做皂時須搭配硬油。

硬度=11，清潔力=0，保濕度=87，起泡度=0，穩定度=11，碘價=131，INS=63。

建議用量20%以下。

小麥胚芽油 (Wheat germ oil)

含58%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，17%油酸(單元不飽和脂肪酸)，17%棕櫚酸、2%硬脂酸(飽和脂肪酸)。含豐富維生素E，保濕力強，有抗老化、防皺紋、滋養及修復皮膚的特性，適合熟性肌膚使用。加入可延長手工皂的保存期限。

硬度=19，清潔力=0，保濕度=75，起泡度=0，穩定度=19，碘價=128， INS=58。

建議用量5%以下。

月見草油 (Evening primrose oil)

含80%亞油酸、9%次亞麻油酸(多元不飽和脂肪酸)。可用來改善濕疹、牛皮癬，具有消炎、除皺、抗疤的功效。適合老化、乾燥、過敏性肌膚。由於容易氧化，做皂時，一開始就要與鹼作用，不要Trace後再添加，以避免酸敗。

硬度=0，清潔力=0，保濕度=89，起泡度=0，穩定度=0，碘價=160， INS=30。

建議用量5%以下。

玫瑰果油 (Rosehip oil)

含46%亞油酸、31%次亞麻油酸(多元不飽和脂肪酸)，12%油酸(單元不飽和脂肪酸)，4%棕櫚酸、2%硬脂酸(飽和脂肪酸)。具有除皺，修護、滋潤與防止肌膚乾燥的功效。適合敏感性、乾性、各種肌膚。由於容易氧化，做皂時，一開始就要與鹼作用，不要Trace後再添加，以避免酸敗。

硬度=6，清潔力=0，保濕度=89，起泡度=0，穩定度=6，碘價=188，INS=10。

建議用量5%以下。

玉米油(Corn Oil)

含51%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，33%油酸(單元不飽和脂肪酸)，13%棕櫚酸(飽和脂肪酸)，保濕效果不錯，泡沫持久。

硬度=16，清潔力=0，保濕度=85，起泡度=0，穩定度=16，碘價=117，INS=69。

建議用量30%以下。

豆de皂
shop58398326.taobao.com

澳洲胡桃油(Macadamia Oil)

含59%油酸(單元不飽和脂肪酸)，9%棕櫚酸，5%硬脂酸(飽和脂肪酸)。油脂成份非常類似我們的皮膚。保濕效果佳，沒什麼泡沫。可用來做superfatting。

硬度=14，清潔力=0，保濕度=61，起泡度=0，穩定度=14，碘價=76，INS=119。

建議用量5%以下。

榛果油(Hazelnut Oil)

含75%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，10%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，5%棕櫚酸、3%硬脂酸(飽和脂肪酸)。

硬度=8，清潔力=0，保濕度=85，起泡度=0，穩定度=8，碘價97，INS值94。

保濕與滋潤的效果非常好。

建議用量20%以下。

棉籽油(Cottonseed Oil)

含18%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，52%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，13%棕櫚酸、13%硬脂酸(飽和脂肪酸)。

硬度=26，清潔力=0，保濕度=71，起泡度=0，穩定度=26，碘價108，INS值89。

保濕與滋潤的效果不錯。

建議用量20%以下。

鴕鳥油(Ostrich Oil)

取自澳洲成年鴕鳥背部豐厚的油脂，可定期抽取，不需殺生。含37%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，17%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，26%棕櫚酸、6%硬脂酸(飽和脂肪酸)。能製造穩定、硬的、泡沫柔細、保濕與滋潤的香皂。鴕鳥油非常溫和，可深入肌膚底層，不阻塞毛孔，具有消炎、抗菌、促進傷口癒合、舒緩過敏肌膚、減輕肌肉與關節疼痛的功效，可替代嬰兒油。

硬度=36，清潔力=4，保濕度=57，起泡度=4，穩定度=32，碘價=97，INS=128。

建議用量40%以下。

鴯鶓油 (Emu Oil)

取自澳洲成年鴯鶓背部豐厚的油脂，可定期抽取，不需殺生。含47%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，8%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，23%棕櫚酸、9%硬脂酸(飽和脂肪酸)。能製造穩定、硬的、泡沫柔細、保濕與滋潤的香皂。鴯鶓油非常溫和，可深入肌膚底層，不阻塞毛孔，具有消炎、抗菌、促進傷口癒合、舒緩過敏肌膚、減輕肌肉與關節疼痛的功效，可替代嬰兒油。

硬度=32，清潔力=0，保濕度=55，起泡度=0，穩定度=32，碘價=60，INS=128。

建議用量40%以下。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

可可脂(Cocoa Butter)

含35%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，33%硬脂肪酸、28%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。是天然植物脂，有巧克力的味道，對皮膚有滋潤及軟化的作用，可做出較硬的手工皂。

硬度=61，清潔力=0，保濕度=38，起泡度=0，穩定度=61，碘價=37，INS=157。

建議用量15%以下。

芒果脂(Mango Butter)

由芒果萃取出來，含45%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，7%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，42%硬脂肪酸、11%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。對皮膚有滋潤及保濕的作用，可做出較硬、泡沫像奶油般的手工皂。

硬度=53，清潔力=0，保濕度=52，起泡度=0，穩定度=53，碘價=47，INS=146。

建議用量20%以下。

乳油木果脂(Shea Butter)

原產於非洲，由樹的果實所提煉出來。含48%油酸(單元不飽和脂肪酸)，6%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，40%硬脂酸、5%棕櫚酸(飽和脂肪酸)，維他命。有非常好的保濕的效果，滋潤、修復、軟化肌膚，抗發炎，適合嬰兒及過敏性膚質使用。

硬度=45，清潔力=0，保濕度=54，起泡度=0，穩定度=45，碘價=59，INS=116。

建議用量20%以下。

蜜臘(Beeswax)

又名蜂臘，是蜜蜂腹面分泌出來的脂肪性物質、蠟醇等，供築巢用。天然蜜蠟是將蜂巢加熱後，所取得之黃色蠟。蜜蠟也是護脣膏必備原料之一。加入皂液後可增加香皂的Q度，但對硬度幫助不大，這點由配方計算公式可以得到驗證。

硬度=0，清潔力=0，保濕度=0，起泡度=0，穩定度=0，碘價=10，INS=84。

建議用量5%以下。

硬脂酸(Stearic Acid)

硬脂酸是一種飽和脂肪酸，爲白色或微黃色的小顆粒，由牛油或棕櫚油提煉。須先加少許的油，隔水加熱，才能成爲液狀。硬脂酸與NaOH作用，產生硬脂酸鈉，即俗稱之肥皂。加入皂液後可增加香皂的硬度與穩定度。

硬度=99，清潔力=0，保濕度=0，起泡度=0，穩定度=99，碘價=2，INS=196。

建議用量5%以下。

豆de皂
shop58398326.taobao.com



shop58398326.taobao.com

心淘居手工皂配方 1

CP皂（冷製法）

春釀蜜汁皂

夏日薄荷皂

秋香金盞花皂

冬暖薑汁皂

浪漫薰衣草皂

快樂茄紅皂

黑糖燕麥皂

紅豆乳霜皂

優格酵母皂

珍珠雲母皂

戀戀艾草皂

營養蛋皂

五穀豆漿皂

香醇牛奶皂

新馬賽皂

三色皂

大理石皂

拿鐵拉花皂

親親寵物皂

護手洗衣皂

成功小秘訣

正確配方、
溫度管理、
充分攪拌、
入模保溫。

豆de皂
shop58398326.taobao.com



春釀蜜汁皂

春天一個溫和又嬌嫩的季節，在皂裡加一點蜂蜜或蜂王乳，
原味的蜜香，滋潤著整個肌膚。

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	30	150
椰子油	30	150
棕櫚油	25	125
葵花油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.868
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	22	16-35
Iodine(碘價)	61	1-196
INS	156	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	17	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	36	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

P.S. 1. 穩定度：指的是香皂泡泡的持久性與綿密性。

2. 此處的鹼量係以國外配方公式(SoapCalc 9 WP)中油脂的皂化價表來計算，與前面「常用油脂性質表」的皂化價稍有出入。
例如：椰子油的皂化價在公式中是0.183；在常用油脂性質表則是0.19

步驟

Step 1 在3~7天前，先將甜橙精油10克與廣藿香精油5克混合裝瓶備用。

Step 2 製作鹼水：將純水倒入製冰盒，放進冰箱中冷凍。取出90克的純水冰塊，加上100克未冰過的純水，倒入不銹鋼杯中，將量好的NaOH緩緩加入，輕輕拌勻，直至完全清澈透明。

Step 3 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 4 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 5 加入蜂蜜或蜂王乳10克與備用的混合精油，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 6 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 7 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 8 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 上述製作鹼水的方法，是讓鹼水的溫度不至於過高，以避免高溫燙傷。
2. 鹼水不可加熱，油可降溫或加熱，兩者大約在35℃上下開始混合。溫度過高會加速皂液的trace，以致太過濃稠不易入模。
3. 椰子油、棕櫚油含飽和脂肪酸較多，氣溫較低時，若有凝固的狀況，須先隔水加熱熔解。
4. 採用隔水加熱的好處，不致於將鋼鍋中的油燒焦，也不會因過熱讓油噴出鍋外，燙傷自己。

P.S.

蜂王乳是工蜂採集花粉、花蜜，經過組咀嚼後，從咽頭腺分泌出來之黏稠性物質，用來飼養蜂王。顏色乳白呈優格狀，略帶酸辣味道、因含有類唾液腺天然活性賀爾蒙，有助於皮膚組織恢復幼嫩。

shop583983 26.taobao.com

夏日薄荷皂

這款皂可是夏季的寵兒，在皂裡加一點薄荷葉來點綴，
綠色的感覺很清新，讓愛流汗的肌膚，更覺清爽舒適。

配方

油脂	百分比	量(克)
芥花油	25	125
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
可可脂	10	50
榛果油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.817
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	22	16-35
Iodine(碘價)	59	1-196
INS	150	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	10	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	40	油酸；不飽和；C18:1
Palmitic	16	棕櫚酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	6	硬脂肪酸 C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，先將薄荷、香茅、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 利用研磨棒將乾燥的薄荷葉磨成細末，大約4克，加入混合精油備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(可可脂須先隔水加熱熔解)，

Step 5 倒入鍋中。當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。
先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

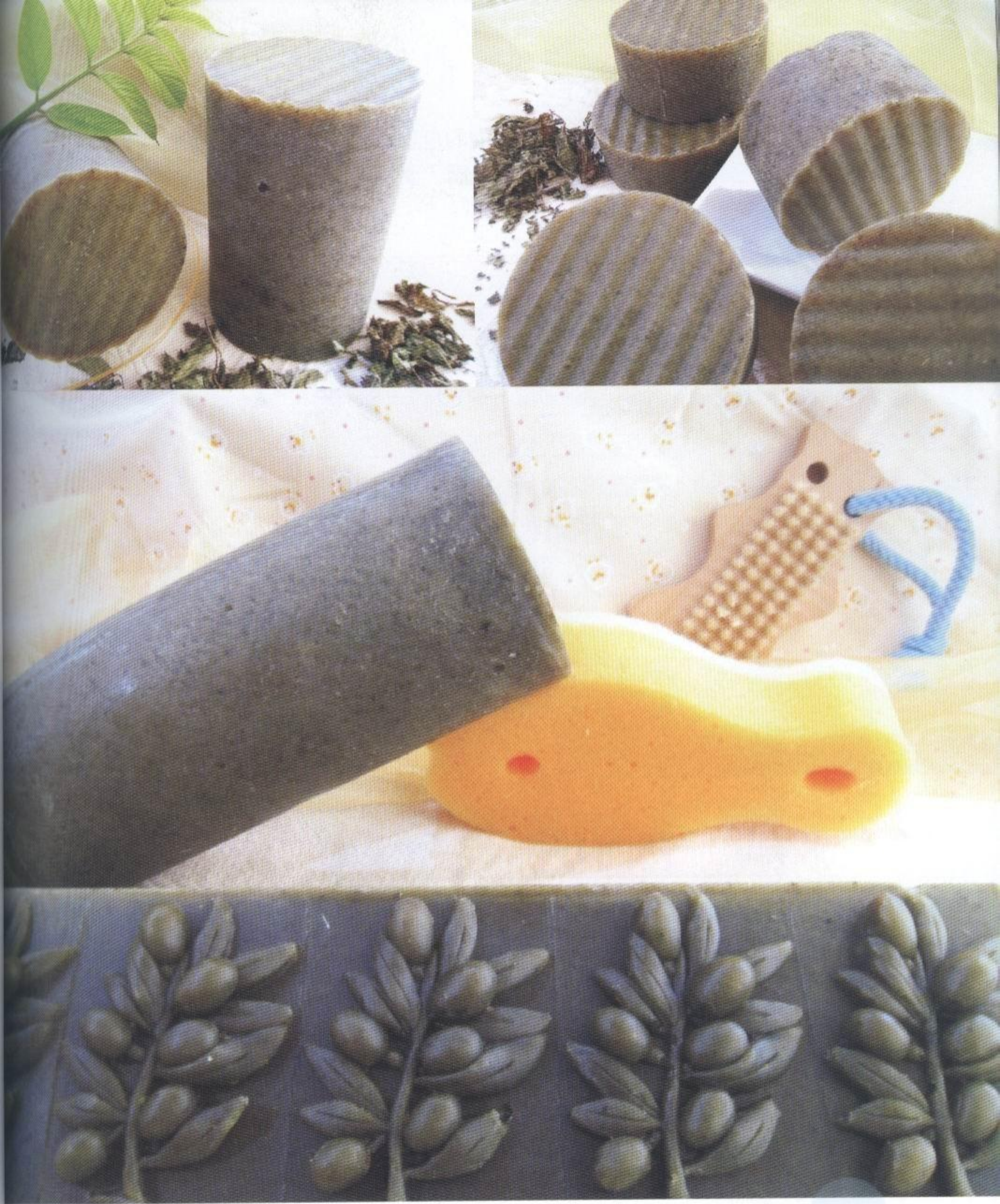
Step 6 加入備用的混合精油，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 皂液中添加香精或精油，有時會加速皂化，最好是在 light trace 時就加入，再拌勻成 trace 狀，以免過於濃稠而不易入模。

shop583983 26.taobao.com



秋香金盞花皂

這一款利用金盞花橄欖浸泡油的皂皂，讓肌膚在秋天裡得到修復，適合老年人乾燥與嬰兒細嫩的肌膚。灑在皂上的金盞花，絲絲縷縷，更是好看！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	35	175
椰子油	30	150
棕櫚油	25	125
小麥胚芽油	5	25
蓖麻油	5	25
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.631
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	25	14-33
Creamy(穩定度)	27	16-35
Iodine(碘價)	56	1-196
INS	159	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	10	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	38	油酸；不飽和；**C18:1**
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	5	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	4	硬脂肪酸；**C18:0**

步驟

Step 1 在2~3星期前，先做好金盞花橄欖浸泡油(濾過)150克。

Step 2 在3~7天前，先將廣藿香精油13克與油溶性山金車萃取液、油溶性金盞花萃取液各2克混合裝瓶備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 加入混合的備用精油、萃取液與少許用橄欖油浸泡過的金盞花瓣，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 浸泡油的做法：

將乾燥的金盞花浸泡在橄欖油中，每天搖晃瓶子 2~3 次，經過 2~3 星期，成爲黃色的金盞花橄欖浸泡油。若覺得顏色不夠深，可以取出金盞花渣，加入新的乾燥的金盞花，再經過 2~3 星期的浸泡，成爲二次浸泡油。

2. 爲了加強對皮膚抗菌止癢的效果，這款皂特地加入：

油溶性山金車萃取液 (Arnica Extract）

含有精油、黃酮醇、綠原酸、類胡蘿蔔素等，具抗菌、抗炎、減少疼痛和腫脹的效果。



油溶性金盞花萃取液 (Calendula Extract）

含葉黃素、玉米黃素等天然類胡蘿蔔素成份。可舒緩敏感性肌膚，對輕度外傷、濕疹及腫脹有特別的功效。

P.S.
大部分的花草加入皂液後，很容易變黑，但金盞花瓣的黃色卻最能持久。

shop583983 26.taobao.com 小豆de皂



冬暖薑汁皂

總是帶著寒風的冬天，做一款肉桂薑汁皂，不僅促進血液循環，讓肌膚得到呵護與保濕，心頭也暖了起來。

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	20	100
棕櫚油	30	150
椰子油	30	150
蓖麻油	10	50
玉米油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.8
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	29	14-33
Creamy(穩定度)	32	16-35
Iodine(碘價)	56	1-196
INS	159	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	11	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	32	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	19	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	9	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將肉桂、薑、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將20克的老薑洗淨去皮，加40克的純水，放進果汁機打碎(含渣)冷藏備用。

Step 3 以150克的純冰水來製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將備用的薑汁薑渣40克、混合精油加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂 shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 水量 190 克 =150 純水 +40 克薑汁 (含渣)

2. 因爲有利用到新鮮的薑汁，爲了避免日後酸敗，在 Trace 時須加入 3.5 克葡萄柚籽萃取液。



shop5839832 6.taobao.com



浪漫薰衣草皂

將法國南部普羅旺斯薰衣草園的風采，融入在淡淡的紫色浪漫中，洗起來令人心曠神怡！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	30	150
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
米糠油	10	50
白油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.462
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	59	1-196
INS	158	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	13	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	38	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	5	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將薰衣草精油10克、廣藿香精油5克混合裝瓶備用。

Step 2 將已經浸泡好的90克薰衣草花水放入冰箱冷藏。

Step 3 以100克冰純水製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(白油須先隔水加熱熔解)，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將另外90克冰的薰衣草花水、少許的紫色色料、備用的混合精油加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

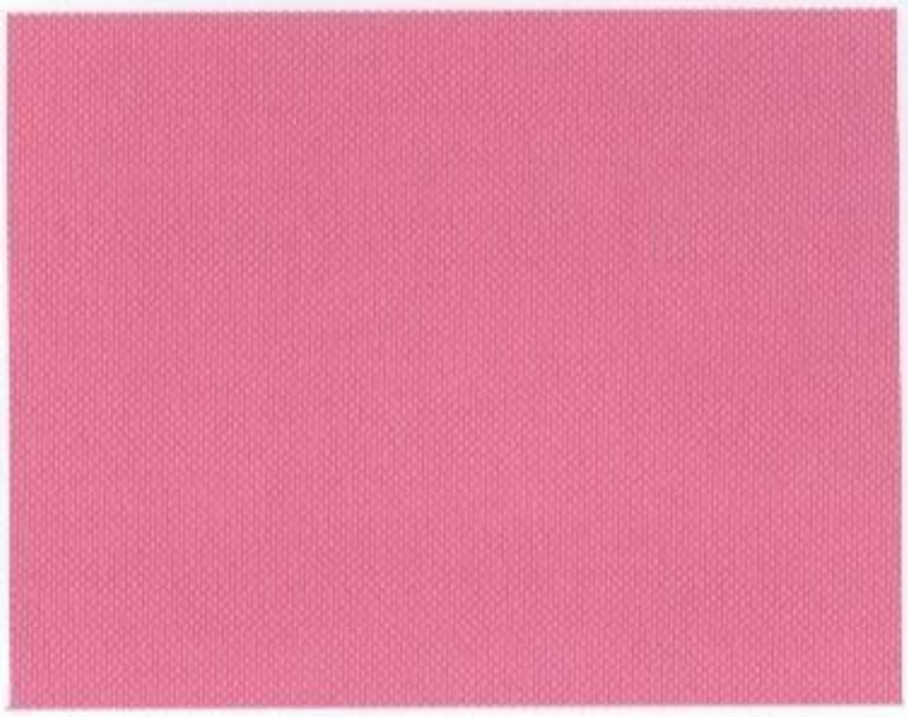
shop58398326.taobao.com 豆de皂













小叮嚀

1. 水量 190 克 =90 克薰衣草花水 +100 克冰純水。
2. 任何花草或茶類都可以事先用熱的純水泡開。剛泡好的薰衣草花水呈粉紫色，加鹼後會變土黃色，因此可加2~3 克的紫色色料，以保持薰衣草的色彩。
3. 製作花水或茶水，所表現的只是一種趣味性，對肌膚的效果有限，眞正有用的還是油品與精油的成份。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



快樂茄紅皂

閒暇時，三五好友喝上一杯自製的番茄汁，再做一款營養又抗氧化的茄紅皂，眞是一個快樂的分享啊！

配方

油脂	百分比	量(克)
芥花油	25	125
棕櫚油	25	125
椰子油	30	150
白油	20	100
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.716
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	62	1-196
INS	151	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	19	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	31	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	17	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	5	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將佛手柑10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將番茄用果菜機榨汁，或直接在超商選擇100%的純番茄汁，取190克放入冰箱冷藏備用。

Step 3 以其中100克冰的番茄汁來製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(白油須先隔水加熱熔解)，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將備用的90克冰的番茄汁、混合精油加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



小叮嚀

1. 水量 190 克 =190 克純番茄汁
2. 茄紅素（Lycopene），在番茄、葡萄柚、甜椒、西瓜、南瓜、木瓜等紅橙色蔬果中含量較多。它是一種色素，也是一種類胡蘿蔔素，抗氧化能力在所有類胡蘿蔔素中最強。以番茄汁來做皂，是一種趣味，也可以讓肌膚親近天然的營養。
3. 番茄汁雖然是紅色，但加入鹼與精油後，成品則呈現黃色帶橘或咖啡。
4. 當然也可以用自己喜歡的蔬果汁來製作不同的果汁皂。
5. 因爲有利用到純番茄汁，爲了避免日後酸敗，在 trace 時須加入 3.5 克葡萄柚籽萃取液。

豆 de 皂
shop583983 26.taobao.com



黑糖燕麥皂

燕麥含有豐富的皂苷，加在皂中有著溫和的清潔及去角質效果，而黑糖可以增添香皂的保濕與起泡度。點點的燕麥，散佈在皂上，讓整塊皂顯得更有質感。

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	20	100
椰子油	30	150
棕櫚油	26	130
玉米油	20	100
澳洲胡桃油	4	20
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		72.15
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	60	1-196
INS	155	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	15	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	36	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	19	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

Step 1 在3~7天前，將天竺葵精油10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將黑糖與燕麥粉各5克加入混合精油備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

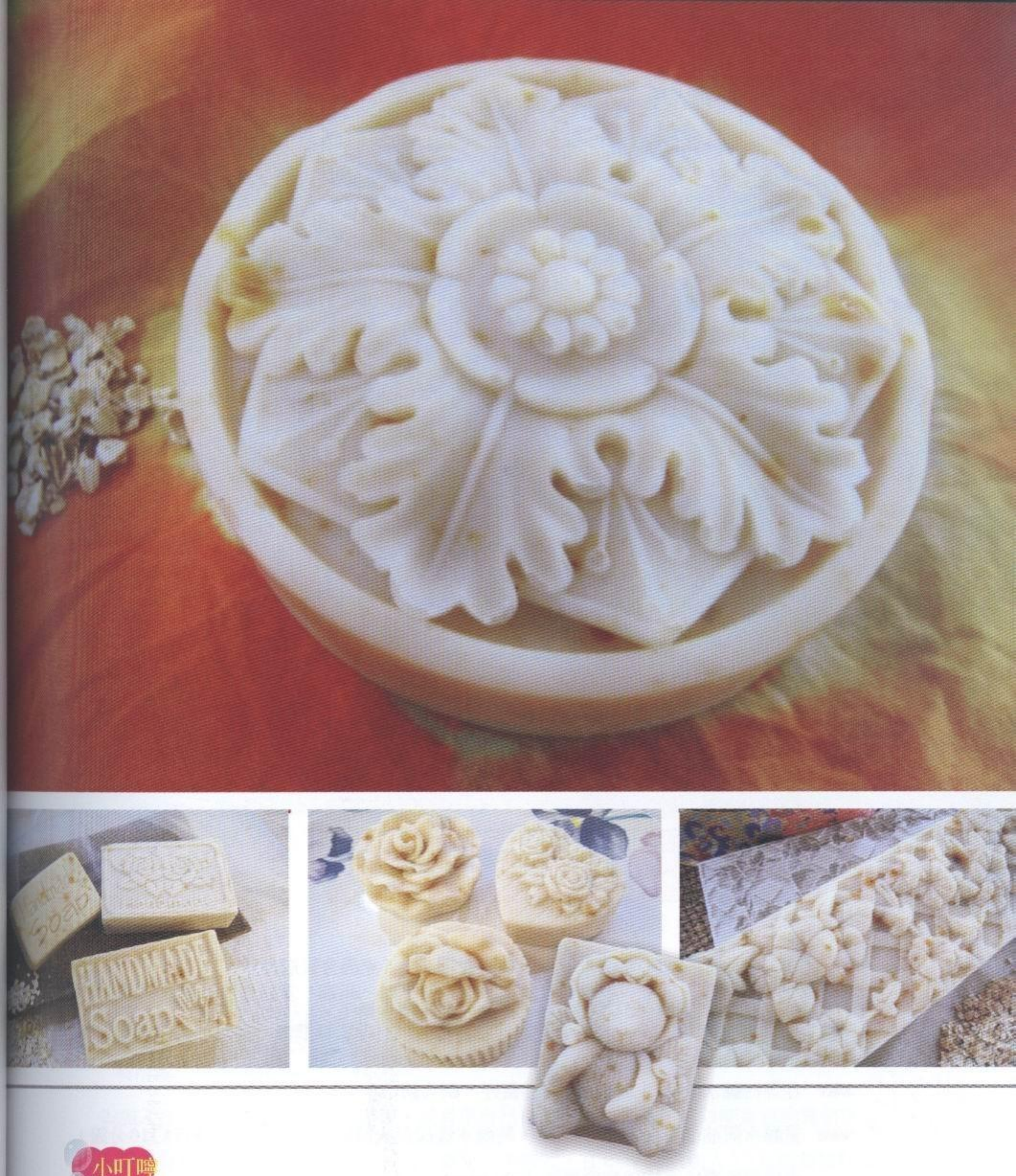
Step 6 將步驟2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

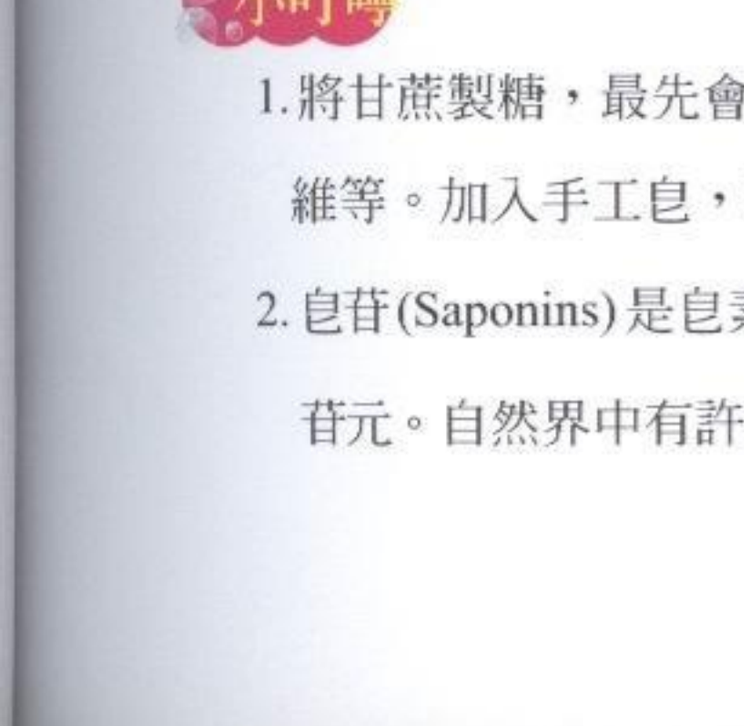
Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

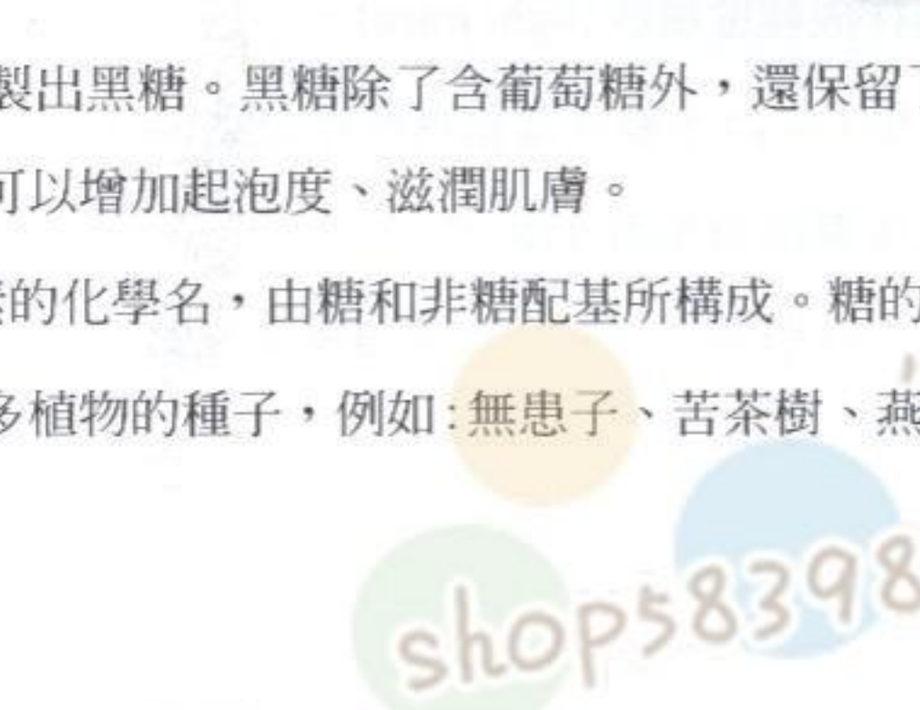
Step 8 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop58398326.taobao.com









小叮嚀

1. 將甘蔗製糖，最先會製出黑糖。黑糖除了含葡萄糖外，還保留了不少礦物質、維他命及纖維等。加入手工皂，可以增加起泡度、滋潤肌膚。

2. 皂苷(Saponins)是皂素的化學名，由糖和非糖配基所構成。糖的部份爲葡糖，非糖的部份爲皂苷元。自然界中有許多植物的種子，例如：無患子、苦茶樹、燕麥、大豆、紅豆等都含有皂苷。

shop583983 26.taobao.com



紅豆乳霜皂

午後三點一刻，大夥兒在吃紅豆餅的時候，做一款營養又去角質的紅豆乳霜皂。綿密的紅豆沙均勻地散佈在香皂中，好看極了！

眞是一個美麗時光！

配方

油脂	百分比	量(克)
山茶花油	10	50
棕櫚油	25	125
椰子油	30	150
酪梨油	15	75
橄果油	20	100
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.987
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	22	16-35
Iodine(碘價)	63	1-196
INS	152	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	9	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	5	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	38	油酸；不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	3	硬脂肪酸 C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將玫瑰香精10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將紅豆沙15克與保濕基礎霜各5克加入混合精油備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將步驟2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 紅豆含豐富的蛋白質、纖維、維生素B群、礦物質、微量元素及三萜皂苷等。有利水除濕、清熱與血、抗菌、消腫解毒等作用。將紅豆沙加入手工皂，可以增加起泡度、滋潤肌膚，具有清潔及去角質效果。
2. 加入含有維生素E的保濕基礎霜，或者是自己日常使用的乳霜，可以使香皂的質感更佳。
3. 因爲有用到食品原料的紅豆沙，爲了避免日後酸敗，在trace時須加入3.5克葡萄柚籽萃取液。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



優格酵母皂

優格與酵母是日常生活中優質的食品，將它們加在皂皂的配方中，讓肌膚得到最佳的呵護！

配方

油脂	百分比	量(克)
芥花油	20	100
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
榛果油	20	100
芒果脂	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.902
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	22	16-35
Iodine(碘價)	60	1-196
INS	151	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	10	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	42	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	14	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	7	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將香蜂精油10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將蔬果酵母粉5克加入混合精油備用。

Step 3 用170克的冰純水製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(芒果脂須先隔水加熱熔解)，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將原味優格20克與步驟2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂 shop58398326.taobao.com



小叮嚀

1. 水量的計算有兩種：

   a. 水量 190 克 =170 克冰純水 + 原味優格 20 克。

   b. 水量 =190 克的冰純水。在皂液 light trace 時，加入保養品級的優格酵母萃取液 10 克。

2. 保養品級的優格酵母萃取液，能幫助肌膚嫩白、調整 PH 值、收斂毛細孔。

   同時含天然保濕因子與天然活膚乳酸精華，能深度滋潤肌膚、活化細胞。

3. 若有利用到原味優格與蔬果酵母粉，爲了避免日後酸敗，在 trace 時須加入 3.5 克葡萄柚籽萃取液。

豆de皂
shop5839832 6.taobao.com



珍珠雲母皂

配方裡加了珍珠粉，眞是珍愛自己呢！利用不同顏色的雲母粉來搭配，讓整塊皂更顯得尊貴與亮麗。

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	25	125
棕櫚油	25	125
椰子油	30	150
蓖麻油	10	50
棉籽油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.716
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	29	14-33
Creamy(穩定度)	31	16-35
Iodine(碘價)	56	1-196
INS	159	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	11	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	32	油酸；不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；C16:0
Ricinoleic	9	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸 C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將依蘭依蘭精油10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將珍珠粉5克與雲母粉3克加入混合精油備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將步驟2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1.珍珠粉是保健美容聖品，含有豐富的碳酸鈣、氨基酸、高級脂肪醇、礦物質及微量元素。它能直接滲透到肌膚深處，去除表皮細胞的廢物，淨化毛細孔，促進細胞發育。並且能促使膠原細胞生長、肌膚再生，讓肌膚保持柔嫩細白。

2.雲母粉(MICA)，它是一群礦物質的結晶體，有許多不同的顏色，可依自己的喜好來選用。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



戀戀艾草皂

提到艾草，總有點愛戀的感覺，它可是藥草中的鑽石喔！讓艾草皂呵護著油性或過敏肌膚的你，這可是一項聰明的選擇。

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	35	175
棕櫚油	20	100
椰子油	30	150
鴕鳥油	10	50
月見草油	5	25
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.922
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	21	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	21	14-33
Creamy(穩定度)	22	16-35
Iodine(碘價)	60	1-196
INS	159	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	15	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	12	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	1	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	39	油酸；不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸 C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將迷迭香、尤加利、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將艾草粉10克加入混合精油備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將步驟2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop58398326.taobao.com



小叮嚀

1. 艾草爲菊科植物，含優質的葉綠素、纖維、維他命、礦物質及微量元素。可用來驅蚊、藥浴、製作草粿等。端午節時，把艾草跟昌蒲綁成一串掛在門口，相傳可以消災、辟邪、祈福、招財。磨成粉後加入香皂，具有抗菌、消炎、舒緩過敏的功效。
2. 艾草粉本身是綠色，但是做出來的皂皂是淡綠黃色。
3. 鴕鳥油取自澳洲成年鴕鳥背部豐厚的油脂，可定期抽取，不需殺生。

shop58398326.taobao.com 豆de皂



營養蛋皂

咕、咕、咕!母雞生蛋了!在皂皂配方中加入新鮮的蛋黃，這款皂對肌膚有絕佳的營養，也可以讓農場有更多元與出色的表現!

配方

油脂	百分比	量(克)
榛果油	20	100
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
甜杏仁油	15	75
鴕鳥油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		72.593
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	21	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	21	14-33
Creamy(穩定度)	21	16-35
Iodine(碘價)	62	1-196
INS	159	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	15	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	10	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	41	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	17	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	3	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將檸檬、百里香、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將蛋黃1或2個去薄膜，一點一點地加入甜杏仁油中(100克中的20克)，扮勻備用。

Step 3 製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(甜杏仁油只需55克)，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將步驟1與2的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂 shop58398326.taobao.com



小叮嚀

1. 蛋黃外圍的薄膜不易與油結合，所以要先去掉。
2. 皂液的溫度不要太高，否則蛋黃會凝結。蛋黃事先與甜杏仁油拌勻後再加入，可與皂液充分混合。
3. 也可以加入蛋黃油(約3克)。利用蛋黃做成的蛋黃油，主要成份是卵磷脂、高密度脂蛋白，不飽和脂肪酸（以亞麻油酸最多），維他命E、A、D等，對肌膚有絕佳的營養與潤滑作用。
4. 在攪拌中，有時會聞到一點異味。剛脫膜時，皂皂會有青色的點點，但經充分皂化後，異味會消失，青色會變成優雅的黃色點點。
5. 因爲有利用到新鮮的蛋黃，爲了避免日後酸敗，在trace時須加入3.5克葡萄柚籽萃取液。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

豆漿雜糧皂

糙米、紫心甘藷、芝麻、黑豆、藻類...等雜糧，可是我們全家人多年來的愛心早餐喔！加上豆漿，做出一款含有美白、保濕、清潔、抗過敏成份的生機健康皂，來疼愛自己吧！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	20	100
椰子油	30	150
棕櫚油	25	125
葵花油	15	75
白油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.936
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	62	1-196
INS	156	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	21	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	31	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	5	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將薰衣草10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 將40克的無糖冰豆漿，加10克的雜糧(糙米、紫心甘藷、芝麻、黑豆、藻類.....等)，拌勻備用。

Step 3 以150克的純冰水來製作鹼水。

Step 4 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(白油須先隔水加熱熔解)，倒入鍋中。

Step 5 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 6 將步驟2與1的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 7 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 8 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 9 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop58398326.taobao.com



小叮嚀

1. 水量 190 克 =150 克純水 +40 克豆漿雜糧液

2. 因爲有利用到新鮮的豆漿，爲了避免日後酸敗，在 Trace 時須加入 3.5 克葡萄柚籽萃取液。

3. 有關雜糧的成份與營養，請參考「生活小記~營養活力餐」。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



香醇牛奶皂

「春寒賜浴華清池，溫泉水滑洗凝脂」！就用這款牛奶皂來珍愛自己，體驗一下貴妃沐浴，細緻、營養又滋潤的感覺！

配方

油脂	百分比	量(克)
米糠油	10	50
橄欖油	35	175
椰子油	30	150
棕櫚油	15	75
乳油木果脂	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		70.869
Water 水		250

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	44	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	57	1-196
INS	156	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	9	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	43	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	16	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	7	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，將麥蜜奶香精10克、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。
也可以不加任何香精或精油，保持牛奶原來的香味。

Step 2 將所有的油量好(乳油木果脂須先隔水加熱熔解)倒入鍋中。

Step 3 製作牛奶鹼水。

a. 我採用的是紐西蘭進口的保久乳，脂肪佔4.2%，因此牛奶的量是鹼量的3.5倍。

b. 牛奶先製作成薄薄的小冰塊，將250克的牛奶冰塊倒入鋼杯。

c. 將鋼杯置放在一個裝了小冰塊或藍色保冷劑的盆子裡，而後將71克的NaOH，分5~6次緩緩倒入鋼杯，一面倒一面拌勻。

Step 4 當鹼水在20℃與油溫在30℃時(兩邊相差10℃無妨)，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 5 將步驟1的材料加入，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 6 開始入模，若是入塑膠模，可放入保麗龍箱加蓋保溫。若是入矽膠模，氣溫低時可保溫，高時則不必保溫，以免溫度過高而膨脹。

Step 7 牛奶中約含87.5%水份，須等3~4天後才脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 8 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 水量 250 克 =250 克純牛奶。

2.NaOH 一次加入牛奶時會產生高溫，變成像西米露一樣，一粒一粒黃黃的，不易溶解，同時白色的 NaOH 在牛奶中也不易分辨是否已溶解。

3. 爲了避免上述情形，NaOH 要分次緩緩加入，鋼杯則必須置入一個裝了冰塊的盆子裡，讓鹼水保持 20 ℃，大約 15 分鐘後，才能全部溶解。

4. 皂液 trace 時是白色的，隨後會有一些氧化，因此脫模時皂皂會變成土黃色。

5. 因爲有利用到牛奶，爲了避免日後酸敗，在 trace 時須加入 3.5 克葡萄柚籽萃取液。

6. 母奶皂、羊奶皂的製作方法同上述。



shop583983 26.taobao.com



新馬賽皂

延續傳統馬賽皂保濕的優點，再加強皂皂的硬度、清潔力、起泡度與穩定度，改良後的新配方更具時尚性與實用性！

配方

油脂	百分比	量(克)
Olive 橄欖油	60	300
Coconut 椰子油	25	125
Palm 棕櫚油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		70.48
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	36	36-47
Cleansing(清潔力)	17	14-22
Condition(保濕力)	60	45-80
Bubbly(起泡度)	17	14-33
Creamy(穩定度)	19	16-35
Iodine(碘價)	60	1-196
INS	152	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	12	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	8	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	1	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	5	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	51	油酸；不飽和；C18:1
Palmitic	15	棕櫚酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸 C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，先將茶樹、薄荷與廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 製作鹼水。

Step 3 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 4 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘，再用電動攪拌器拌成輕度稠狀(light trace)。

Step 5 加入備用的混合精油，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 6 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 7 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 8 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

小豆de皂
shop58398326.taobao.com





小叮嚀

1. 西元 1688 年，法國國王路易十四下令將歐洲肥皂的獨占權交給馬賽地區。

   馬賽皂 (Savon de Marseile) 由於它特殊的配方 (含 72% 的橄欖油、 28% 的水＋鹼＋海鹽)，對肌膚的保濕與滋潤具有相當的功效，樹立了它獨特的風格，也成爲世界知名的香皂。

2. 當時製作馬賽皂所用的油， 100% 是橄欖油。後來由於橄欖欠收，才將比例改爲橄欖油佔 72%，其他油等佔 28%，主要強調的是保濕與滋潤。

3. 新馬賽皂的配方， 60% 的橄欖油延續了傳統馬賽皂的優點， 25% 的椰子油與 15% 的棕櫚油 則加強了硬度、清潔力、起泡度與穩定度，讓皂皂更符合我們的需求。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



簡約三色皂

利用最基本的三種油脂做一款滋潤、清潔又好洗的經典香皂，搭配三種不同的顏色，呈現出簡約的普普風，猶如一塊香Q可口的三層糕。

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	50	150
氫化椰子油	33	100
硬棕櫚油	17	50
Oil 總油量	100%	300
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		43.413
Water 水		116

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	22	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	22	14-33
Creamy(穩定度)	20	16-35
Iodine(碘價)	53	1-196
INS	164	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	16	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	7	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	1	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	45	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	16	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	4	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 氫化椰子油與硬棕櫚油需先隔水加熱溶解，再按前述方法，先做底層。light trace後加入喜愛的顏色與精油，trace後倒入土司矽膠模或木模，上面覆蓋保鮮膜。

Step 2 按前述方法，做中間層。爲了讓三層的顏色分明，中間層以白色爲主。在油鍋中加入2克的油溶液奈米二氧化鈦，充分拌勻，light trace後加入喜愛的精油，trace後倒在底層上面，覆蓋保鮮膜。

Step 3 按前述方法，做最上層。light trace後加入喜愛的顏色與精油，trace後倒在中間層上面，覆蓋保鮮膜。

Step 4 完成三層後，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 5 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 6 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 每一層的油量爲 300 克，連續做三層。
2. 顏色可以直接放入油鍋中，也可以在 light trace 時加入。
3. 這個配方用的是氫化椰子油與硬棕櫚油，手動攪拌約 15 分鐘就 trace 了，所以不必用電動攪拌器。
4. 一般做層次時，每一層間隔大約 5~8 小時。氫化椰子油與硬棕櫚油 trace 後比較硬，所以一層一層之間不必等待，可以連續完成。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



大理石皂

利用不同的色料，變化出大理石交錯流動的紋路，看起來像一幅畫，

可以一邊洗、一邊欣賞，多了些生活藝術的品味呢！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	30	150
椰子油	30	150
棕櫚油	25	125
葡萄籽油	10	50
蓖麻油	5	25
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.44
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	54	45-80
Bubbly（起泡度）	25	14-33
Creamy（穩定度）	26	16-35
Iodine(碘價)	58	1-196
INS	158	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	13	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	36	油酸；單元不飽和；**C18:1**
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	5	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1-OH
Stearic	4	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；**C18:0**

步驟

Step 1 在3~7天前，將茶樹、薄荷、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 製作鹼水。

Step 3 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 4 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘。

Step 5 開始將皂液分兩鍋，若要呈現兩色，則在其中一鍋加入2克的油溶液奈米二氧化鈦(白色)，另一鍋加入2克自己喜歡的色粉。

Step 6 分別用刮刀拌勻後，再用電動攪拌器拌成「輕度稠狀」(light trace)。

Step 7 將備用的混合精油平均分配加入，以手動或電動再度拌勻，成trace狀。

Step 8 將少的那一鍋皂液倒入多的那一鍋中，用攪拌棒稍微拌一下(千萬不要拌勻)，順勢倒入模型，使其自然流動，呈現大理石狀。

Step 9 放入保麗龍箱加蓋保溫，兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 10 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com











小叮嚀

1. 油+水=690克。白色鍋大約450克，另一鍋大約240克。

2. 也可以兩鍋來回交替入模。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



拿鐵拉花皂

利用不同顏色的皂液，變化出漩渦與炫染的效果，猶如一杯香甜濃郁的拿鐵咖啡，超美的視覺享受！

配方

油脂	百分比	量(克)
葵花油	15	300
椰子油	30	600
棕櫚油	30	600
甜杏仁油	20	400
蓖麻油	5	100
Oil 總油量	100%	2000
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		288.76
Water 水		760

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	42	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	25	14-33
Creamy(穩定度)	26	16-35
Iodine(碘價)	63	1-196
INS	155	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	18	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	31	油酸；不飽和；**C18:1**
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	5	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	3	硬脂肪酸；**C18:0**

步驟

Step 1 在3~7天前，將茶樹、薄荷、廣藿香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 製作鹼水。

Step 3 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 4 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約10分鐘。

Step 5 將皂液分三鍋，一鍋黃色大約750克(加入黃色雲母4克)，一鍋白色大約1150克(加入7克的油溶液奈米二氧化鈦)，一鍋咖啡色大約860克(加入4克的咖啡粉或可可粉)。

Step 6 分別用刮刀拌勻後，再用電動攪拌器拌成「輕度稠狀」(light trace)。

Step 7 將備用的混合精油平均分配加入，以手動或電動再度拌勻成「trace狀」。

Step 8 先倒入部分的黃色皂液，鋪滿皂盤，接著倒入部分的白色皂液，鋪滿皂盤，再倒入部分的咖啡色皂液，鋪滿皂盤，如此重複一次。

Step 9 用細湯匙在皂液中划幾道S形，使其自然流動，產生渲染的拉花效果，再放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 10 兩天後脫模切皂，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 11 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983326.taobao.com









小叮嚀

1. 油＋水＝2760克＝黃色鍋750克＋白色鍋1150克＋咖啡色鍋860克。
2. 每次鋪滿皂盤時，薄薄一層即可。
3. 皂盤有矽膠、木質兩種，有大小盤之分，油量通常爲1000~2000克。使用它來做拉花皂，較容易畫出S形。
4. 皂液的分鍋量、顏色的選擇與添加量，皆可隨意。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



親親寵物皂

喵喵喵！汪汪汪！愛牠，就要照顧牠。在配方中，加了香茅、尤加利、迷迭香精油，更具消炎、抗菌與除蟲的效果。就讓這款皂寵愛你的親親寶貝吧！

配方

油脂	百分比	量(克)
芥花油	30	150
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
酪梨油	10	50
蓖麻油	5	25
硬脂酸	5	25
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.191
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	25	14-33
Creamy(穩定度)	27	16-35
Iodine(碘價)	60	1-196
INS	148	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	10	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	3	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	35	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	15	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	5	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	8	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 在3~7天前，先將香茅、尤加利、迷迭香精油各5克混合裝瓶備用。

Step 2 製作鹼水。

Step 3 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好(硬脂酸須先加少許的硬油隔水加熱熔解)倒入鍋中。

Step 4 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約15分鐘，成輕度稠狀(light trace)。

Step 5 加入備用的混合精油，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 6 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 7 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 8 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



小叮嚀

1. 硬脂酸可以增加皂皂的硬度(不易溶化與變形)與穩定度(泡泡的持久性與綿密性)，適合用來洗寵物的毛髮。

shop58398326.taobao.com 豆de皂

護手洗衣皂

單一油脂的配方，有時總是缺少了一些互補的成份。這款洗衣皂，不僅強調清潔力，同時也兼顧了對玉手的保濕。

配方

油脂	百分比	量(克)
椰子油	80	400
棕櫚油	20	100
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		83.112
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	73	36-47
Cleansing(清潔力)	54	14-22
Condition(保濕力)	18	45-80
Bubbly(起泡度)	54	14-33
Creamy(穩定度)	19	16-35
Iodine(碘價)	19	1-196
INS	235	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	38	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	4	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	15	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	14	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	16	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	3	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 製作鹼水。

Step 2 在等待鹼水清澈時，將所有的油量好，倒入鍋中。

Step 3 當鹼水與油溫都在35℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。先用刮刀攪拌約15分鐘，以手動或電動再度拌勻成trace狀。

Step 4 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 5 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 6 六星期後皂皂成熟，就可安全使用。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



小叮嚀

1. 一般洗衣皂是用 100% 的椰子油，儘管是用來洗衣，還是會傷皮膚，所以我用棕櫚油來搭配。
2. 椰子油含有 48% 月桂酸、 19% 肉荳蔻酸，因此起泡度、硬度、清潔力都不錯。
3. 棕櫚油含 44% 的棕櫚酸，製作出來的皂，硬度夠，不易變形。又因爲含有 39% 油酸，具有一定的保濕力。在冷水中的起泡度雖不強，但泡沫的持續性不錯。
4. 也可以用 85% 椰子油來搭配 15% 的葵花油，或 15% 白油，或 15% 芥花油。
5. 加 10 克的精油，例如檸檬、香茅、茶樹、尤加利等，一來可以殺菌，二來讓洗衣有清新舒爽的感覺。

P.S.

若利用廢油來製作，方法都一樣，皂化價則以0.141來計算。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



shop58398326.taobao.com

心溫居手工皂配方

2

HP皂（熱製法）

火山熔岩皂

東方美白皂

成功小秘訣

正確配方、
溫度管理、
充分蒸煮、
完全皂化。

心豆de皂
shop58398326.taobao.com

東方美白皂

配方中加了「御藥院方」的七白散，溫和的草藥香，輕撫著肌膚，讓您就此成爲時尚的東方美人！

配方

油脂	百分比	量(克)
玉米油	30	150
椰子油	30	150
棕櫚油	20	100
乳油木果脂油	5	25
大豆油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂		71.834
NaOH 氫氧化鈉	5%	
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	53	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	71	1-196
INS	142	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	26	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	26	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	17	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	6	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 按冷製法，將皂液trace後，放入燉鍋內蒸煮。

Step 2 每30分鐘攪拌一次，1.5小時後，待全部成爲泥狀、略帶透明時起鍋。

Step 3 在55℃時，加入10克的漢方七白散，拌勻後入模。

Step 4 入模時皂液已成泥狀，爲避免皂模留有空隙，可用較平面的湯匙緊壓。

Step 5 大約5小時凝固後，即可脫模使用。若要硬度更好，可隔日脫模，再等一星期，水份充分蒸發後才使用。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂



小叮嚀

1. 七白散成份：白朮1兩，白蘞1兩，白芷1兩，白芍0.5兩，白茯苓3錢，白附子3錢，細辛3錢等七種美白漢方，在一般中藥材店都能配到。磨成粉狀後，呈現淡米黃色，皂皂則爲土黃色。
2. 這款皂含有清新的中藥味，所以不需加精油。
3.. 若覺得皂泥太乾，可添加15克的荷荷芭油，拌勻入模。除了滋潤外，也較易入模。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com



shop583983 26.taobao.com



3 洗淘居手工皂配方

再生皂（研磨法）

家事咖啡皂

研磨果香皂

成功小秘訣

再生利用、
切塊刨絲、
充分蒸煮、
優質添加。

豆de皂
shop583983326.taobao.com



家事咖啡皂

洗過碗盤或做完家事後，總會覺得手有點油油膩膩的，這款咖啡皂可以讓你的玉手恢復清爽與舒適喲！

步驟

Step 1 在3~7天前，將咖啡香精10克、廣藿香精油5克混合裝瓶備用。

Step 2 做皂當天，將咖啡渣10克、荷荷芭油10克加入混合精油備用。

Step 3 將零碎的香皂500克切成小塊或刨成絲，放入燉鍋，加熱水150克蒸煮。

Step 4 每30分鐘打開鍋蓋，將皂液攪拌均勻。

Step 5 大約1.5小時全部熔解，等溫度降至55℃以下時，將步驟2的材料加入。

Step 6 拌勻後入模，待凝固即可脫模使用。(也可以捏成球狀)

小叮嚀

1. 可以用茶水、果汁、咖啡、牛奶來代替熱水，但記得要加葡萄柚籽萃取液。
2. 入模時皂液已成泥狀，爲避免皂模留有空隙，可用較平面的湯匙緊壓。
3. 加荷荷芭油10克是爲了超脂與容易入模。



shop583983 26.taobao.com



shop583983 26.taobao.com



研磨果香皂

天然水果的營養與芳香，全部融入皂中，是一種巧思，也是一種趣味。

這款研磨皂用起來不僅滋潤滑嫩，還有淡淡的果香呢！

步驟

Step 1 在3~7天前，將水蜜桃香精10克、廣藿香精油5克混合裝瓶備用。

Step 2 做皂當天，將已搗成泥狀的半條香蕉與荷荷芭油10克加入混合精油備用。

Step 3 CP皂兩天脫模後，若覺得不滿意(NG皂)，可切成小塊或刨成絲，放入燉鍋直接蒸煮。

Step 4 每30分鐘打開鍋蓋，將皂液攪拌均勻。

Step 5 大約1.5小時全部熔解，等溫度降至55℃以下時，將步驟2的材料加入。

Step 6 拌勻後入模，待凝固即可脫模。(也可以捏成球狀)

小叮嚀

1. 剛脫模的CP皂，水份仍很多，所以不需加水。
2. 脫模已超過兩個月的CP皂，水份已蒸發，所以須加熱水150克。
3. 雖然香蕉會變成褐色，但皂中的絲絲粒粒也別有一番風味。
4. 可以用杏仁、蜂蜜、麥片、紅椒粉或其他水果來代替香蕉。若加了水果，記得要加葡萄柚籽萃取液。
5. 入模時皂液已成泥狀，爲避免皂模留有空隙，可用較平面的湯匙緊壓。
6. 可以用手搓成球形，中間放一條繩子，吊在浴室，特別可愛呢!



皂de皂
shop583983 26.taobao.com

小小豆de皂
shop58398326.taobao.com



shop583983 26.taobao.com

心淘居手工皂配方

4

浮水皂

芙蓉浮水皂

擠花浮水皂

再生浮水皂

成功小秘訣

正確配方、
充分打發、
巧手擠花、
創意裝飾。

shop58398326.taobao.com 心豆de皂



芙蓉浮水皂

一朵朵的皂花，如芙蓉般地浮在水面上，新奇又浪漫，浮水皂讓沐浴成爲一種生活藝術與樂趣。

配方

油脂	百分比	量(克)
氫化椰子油	30	150
硬棕櫚油	20	100
白油	25	125
米糠油	10	50
甜杏仁油	15	75
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.733
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	41	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	54	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	21	16-35
Iodine(碘價)	72	1-196
INS	143	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	20	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	31	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	18	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	3	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 製作鹼水，大約35℃備用。

Step 2 將其中一種硬的油脂油量好後，倒入鍋中。開始用電動打蛋器打發，直到膨鬆。

Step 3 倒入量好的第二種硬的油，在同一鍋中打發，直到膨鬆。

Step 4 重複步驟3，逐一將每一種軟的油脂倒入同一鍋中打發，直到全部膨鬆。

Step 5 將鹼水分4次慢慢倒入鍋內，每倒一次，就打發一次，直到如同奶油般的綿密，再加入喜歡的顏色與精油。



Step 6 開始入模，放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 7 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 8 六星期後皂皂成熟，就可安全使用，放入水中就會浮起來。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 先打發硬的油脂，再打發軟的油脂，如此皂液才不會濺到鍋外。每一次電動打發的時間大約3分鐘。
2. 顏色以MP皂用的水性顏色爲主。
3. 浮水皂用來洗澡較易溶化，但不失新奇與好玩。若用來裝飾皂皂，倒可發揮無限的創意。

shop58398326.taobao.com 豆de皂



擠花浮水皂

小熊哥哥要結婚了，新娘是可愛的俏妞熊。熊媽媽親手做擠花甜點皂招待親友，有蛋糕皂、甜甜圈皂、冰淇淋甜筒皂、小甜點皂，還有水果QQ糖皂呢！

配方

油脂	百分比	量(克)
氫化椰子油	30	150
硬棕櫚油	30	150
芥花油	35	175
蓖麻油	5	25
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	5%	
NaOH 氫氧化鈉		71.428
Water 水		190

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	41	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	54	45-80
Bubbly(起泡度)	25	14-33
Creamy(穩定度)	25	16-35
Iodine(碘價)	62	1-196
INS	145	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	11	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	3	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	36	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	17	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	5	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	3	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

A

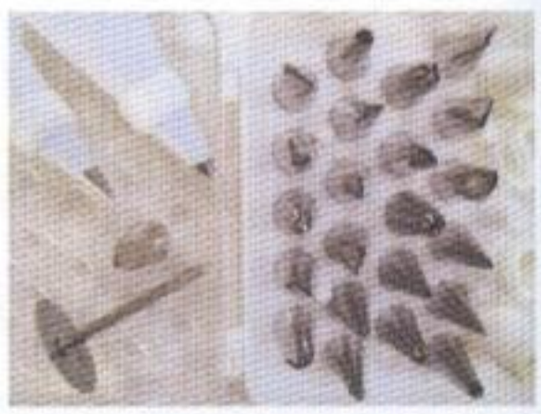
Step 1 按芙蓉浮水皂步驟1~5，先完成一個素面的蛋糕體或基底體。

Step 2 再將剩餘的皂液，分別加不同的顏色，裝到不同的擠花袋中，在素面上創作出不同的裝飾。

Step 3 將成品放入保麗龍箱加蓋保溫。

Step 4 兩天後脫模，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 5 六星期後皂皂成熟，就可安全使用，放入水中就會浮起來。



B

Step 1 按芙蓉浮水皂步驟1~6，先完成一個有紋路面的蛋糕體或基底體。

Step 2 兩天後脫模，將蛋糕體或基底體倒過來就可以看到紋路面。

Step 3 再按芙蓉浮水皂步驟1~5製作皂液，將皂液分別加不同的顏色，裝到不同的擠花袋中，在紋路面上創作出不同的裝飾。

Step 4 放入保麗龍箱加蓋保溫，兩天後將成品取出，註明製造日期，放置通風陰涼處。

Step 5 六星期後皂皂成熟，就可安全使用，放入水中就會浮起來。

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 可以用擠花的方式，先在矽膠模刻紋中填入不同顏色的皂液，如此就可製造出造型更有變化的擠花浮水皂。
2. 水果 QQ 糖是 MP 皂，小甜點是芙蓉浮水皂，其餘都是擠花浮水皂。



shop583983 26.taobao.com

再生浮水皂

收集皂皂的碎粒、碎片或不滿意的浮水皂，重新熱製、打發一下，又可換然一新，不僅環保，也是另一種技法的運用！

方法

方法1 可以將造型不滿意的CP皂切成小小片，放入耐高溫的塑膠杯中進微波爐，熔化後，再經過不斷打發到綿密狀，加入喜歡的精油與顏色，拌勻後就可入矽膠模了。

a. 如果是1~2星期尚未皂化完成的皂，因爲還有水份，可不必加水。若要使用，仍需等皂化完成。

b. 如果是已經皂化完成的皂，因水份已蒸發，則須在杯中加水，皂與水的比例大約1:1。脫模後即可使用。

方法2 造型不滿意的浮水皂，也可以按上列a. 或b. 方式加熱熔解。因本身已是浮水皂，所以無需打發，可直接入模。脫模後即可使用。

小叮嚀

1. 不易脫模時，可以將浮水皂放入冰箱冷凍庫片刻，以便脫模。

2. 熔岩片狀的再生浮水皂可以浮水，卻不適合裝入擠花袋。如需擠花，可按擠花浮水皂的步驟來操作。



shop58398326.taobao.com


shop5839832.taobao.com



shop58398326.taobao.com

5 淘居手工皂配方、

技法的交互運用

CP 皂與 HP 皂的對話

CP 皂與 MP 皂的結合

HP 皂與 MP 皂的相遇

浮水皂與 MP 皂的擁抱

成功小秘訣

創意巧思、
交互運用、
充分蒸煮、
優質添加。

小豆 de 皂
shop58398326.taobao.com



CP皂與HP皂的對話

原來兩種不同的技法，是可以兼容並蓄的。就讓優雅的CP皂片融入Hp皂的火山熔岩中，彷彿正在進行一場親密的對話。

技法一

步驟

Step 1 先完成一塊小的長條型HP皂，約350克。

Step 2 再做一鍋CP皂液，約600克。

Step 3 將一部份CP皂液倒入大一點的長條矽膠模打底。

Step 4 十分鐘略凝固後，將「1.」放在「3.」的上面，將剩餘的皂液淋上，包覆整個HP皂。

Step 5 放入保麗龍箱加蓋保溫，兩天後脫模切皂，待六星期後使用。

技法二

步驟

Step 1 利用刨刀器，將可以使用的大理石皂或拿鐵拉花皂(CP皂)，刨成捲曲的皂片，

Step 2 大約150克。

Step 3 將皂片不規則地放入木模內。

Step 4 以熱製法蒸煮500克的皂液(HP皂)完成後，在55℃時，加入15克喜歡的精油。將皂泥均勻地倒在皂片上，用盒蓋緊壓。

Step 5 隔日凝固後，即可脫模切皂使用。



shop583983208.taobao.com



shop583982.taobao.com



CP皂與MP皂的結合

CP皂的質樸，令人喜愛，MP皂的透明，讓人有清爽的感覺。

兩種技法的交互運用，更能展現出皂皂多變的風情。

技法步驟

Step 1 利用刨刀器，將可以使用的大理石皂或拿鐵拉花皂(CP皂)，刨成捲曲的皂片，大約150克。

Step 2 將皂片不規則地放入土司皂模內。

Step 3 將500克的透明皂基(MP皂)熔解，在55℃時，加入5克喜歡的精油與1.5的複方基底油拌勻。

Step 4 將皂液慢慢地淋在在皂片上。

Step 5 大約5小時，凝固後，即可脫模切皂使用。

小叮嚀

1. 複方基底油是製作MP皂時所必備的，成份有:小麥胚芽油、頂級荷荷芭油、玫瑰果油、甜杏仁油。
2. 也可以完成一個多層的MP皂，在最上層尚未完全凝固時，將捲曲的皂片插在上面，突顯出另一個造型。



shop583983263.taobao.com

shop583983 26.taobao.com



HP皂與MP皂的相遇

想要即時溫馨送禮，造型又有更多變化，讓HP皂與MP皂的相遇，編織出一幅美麗又充滿想像的水晶花。

技法步驟

Step 1 以熱製法蒸煮300克的皂液(HP皂)完成後，在55℃時，加入10克喜歡的精油。

Step 2 將300克的透明皂基(MP皂)熔解，在55℃時，加入3克喜歡的精油、1克的複方基底油與水性顏料拌勻。

Step 3 將步驟1與2的材料，交替倒入模型，使其自然流動與融合。

Step 4 大約5小時，凝固後，即可脫模使用。

小叮嚀

1. 可隨自己的喜愛，做顏色、技法與添加物的變化。



皂de屋
shop58398326.taobao.com

shop58398326.taobao.com
豆de皂



浮水皂與MP皂的擁抱

NG浮水皂大方地與MP皂來個擁抱，讓我泥中有你，你泥中有我，完成了一個「愛」的皂中皂，也像極了雪餅或月餅呢！

技法步驟

Step 1 先完成一個小的MP皂備用(作爲雪餅的內餡)。

Step 2 將NG的浮水皂放入耐高溫的塑膠杯中進微波爐，熔化後拌勻。

Step 3 先在矽膠模上鋪一層剛拌勻的皂泥打底，再將MP皂放在上面。

Step 4 將其他的皂泥鋪滿整個皂模(作爲雪餅的外皮)。

Step 5 待凝固後脫模切片，就可觀賞到皂中皂的風采了。

Step 6 一星期後即可使用。

小叮嚀

1. 也可以將NG的浮水皂作爲內餡，MP皂作爲外皮。

2. 選用浮水皂作爲內餡或外皮，是因爲它會有糕點般鬆軟的感覺。



shop583983 26.taobao.com









shop583983 26.taobao.com
豆de皂



shop58398326.taobao.com

6 洗淘居手工皂配方

液體皂

香氛沐浴乳

紳士洗髮乳

成功小秘訣

柔順配方、
充分攪拌、
持續蒸煮、
正確稀釋。

小豆de皂
shop58398326.taobao.com



香氛沐浴乳

用自己親手做的沐浴乳洗澎澎，讓天然、芬芳的泡泡乳潔淨全身的肌膚，在沐浴的同時，更添幾許自信與成就感！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	10	50
椰子油	40	200
蓖麻油	40	200
大麻籽油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount%加/減脂	0%	
KOH 氫氧化鉀		112
Water 水		336

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	34	36-47
Cleansing(清潔力)	27	14-22
Condition(保濕力)	61	45-80
Bubbly(起泡度)	63	14-33
Creamy(穩定度)	43	16-35
Iodine(碘價)	63	1-196
INS	156	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	19	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	9	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	2	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	8	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	13	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	5	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	36	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	2	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 將油、氫氧化鉀(KOH)、水，分別量好。

a. 油500克。

b. 氫氧化鉀的用量=氫氧化鈉的用量(不減鹼)×1.4×1.05。(小叮嚀1)

c. 水量=氫氧化鉀的用量×3。

Step 2 油須隔水加熱到70℃。

Step 3 製作鹼水，純水不必冰。氫氧化鉀加入純水時，溫度剛好在65~70℃。

Step 4 當鹼水與油溫都在70℃上下時，將鹼水緩緩倒入油鍋中。
先用刮刀攪拌約5分鐘，再用電動攪拌，直到皂液如同太妃或麥牙糖般的絲絲稠稠狀，此時才達到trace，成爲初期的皂坨。



Step4 Trace狀態

Step 5 將trace的稠狀皂液倒入燉鍋中蒸煮，每30分鐘用攪拌棒翻拌一次。
大約三小時後(120分鐘開高溫60分鐘開低溫)，整個皂液形成一團黃色帶透明已完全皂化的皂坨，如同鳳梨酥的內餡。



Step5 蒸煮後狀態

Step 6 開始稀釋。水:皂坨=2:1。例如:想要有300克的沐浴乳。
將200克的純水煮沸。將100克的皂坨一點一點地加入沸水中，用湯匙或筷子攪拌使其溶解。
未使用的皂坨，可以用塑膠盒裝好，放入冰箱冷藏，一年內隨時可拿出來稀釋。

Step 7 每克的稀釋皂液可加入0.03~0.06克33%濃度的硼砂水溶液或20%濃度的檸檬酸溶液，所以300克的沐浴乳可以加9~18克。(小叮嚀7)

Step 8 皂液裝瓶後，加入自己喜歡的精油，就可使用了。(精油須先乳化，精油:乳化劑=1:3)

shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 製作液體皂時，氫氧化鉀的用量是氫氧化鈉的1.4倍。爲了要讓成品透明，同時避免游離脂肪酸的殘留，所以須再乘以1.05倍。
2. 做鉀皂時，溫度要高，所以純水不必冰，油須加溫。
3. 鉀皂在攪拌中溫度會持續升高，若達90℃會有冒煙的狀況。鉀皂會有假皂化的現象，攪拌中看似trace，一下子又還原了，持續攪拌終究會達到眞正的trace。
4. 在蒸煮中，翻拌的目的是爲了讓皂液更均勻、皂化更完全，縮短蒸煮的時間。
5. 稀釋裝瓶後，瓶內最上面若有白色不鹼化物的沫沫，可將其擠出。
6. 若油脂本身的顏色較深，皂液經過蒸煮後顏色也會較黃。
7. 由於鉀皂不但不減鹼還多加了5%，且不做Superfatting，爲了中和酸鹼值以及增加濃稠度、起泡度，可添加硼砂水溶液或檸檬酸溶液。
8. 調製33%濃度的硼砂水溶液：可用67克的熱水+33克的硼砂。
9. 調製20%濃度的檸檬酸溶液：可用80克的熱水+20克的檸檬酸。

小豆de皂 shop583983 26.taobao.com



紳士洗髮乳

用自己親手做的洗髮乳洗頭，讓天然細緻的泡泡乳洗淨三千煩惱絲，

洗出一頭豪邁帥氣的自我！

配方

油脂	百分比	量(克)
椰子油	40	200
蓖麻油	40	200
芥花油	10	50
山茶花油	10	50
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	0%	
KOH 氫氧化鉀		112
Water 水		336

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	33	36-47
Cleansing(清潔力)	27	14-22
Condition(保濕力)	61	45-80
Bubbly(起泡度)	63	14-33
Creamy(穩定度)	42	16-35
Iodine(碘價)	64	1-196
INS	151	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	19	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	6	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	5	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	8	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	13	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	5	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	36	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	2	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

步驟

Step 1 按前述方法攪拌到trace狀態。

Step 2 採冷製法，將皂坨放入塑膠盒內加蓋，再放入保麗龍箱加蓋保溫24小時，取出靜置於陰涼處一個月，皂液會呈現無色的透明狀，表示已完全皂化，就可稀釋了。

Step 3 加一點備長炭粉或Mica粉，就可以變化出不同的顏色呢！

P.S.

另一種製作鉀皂的方法。

可先單獨製作每一種油的皂坨，想用時，再依配方各種油的比例，混合稀釋。

例如:將椰子油單獨製作成皂坨，稀釋後就可當作洗碗精或洗衣精。

例如:依配方比例，分別取出橄欖油、椰子油、蓖麻油、大麻籽油的皂坨，混合稀釋後，即可做成沐浴乳。

shop583983 26.taobao.com

小叮嚀

1. 自己做的洗髮乳，非常適合男士們較短且沒有燙染過的髮質。女士們用它洗髮後，則須再用潤絲。用泡過檸檬皮的水潤絲，方法簡單，效果也不錯。
2. 也可以自己DIY，做一些有關護髮的保養品(參考思高化工)。配方如下：

※ 噴霧順髮露

1.伽瑪-聚麩胺酸	0.2 g	(含植物性玻尿酸與膠原蛋白)
2.蠶絲蛋白	0.2 g	(含18種胺基酸，具有生長與保濕因子)
3.絲瓜純露或花水	100	
4.乳化過的精油	5~8	
5.萬用複方抗菌劑	0.5~1	

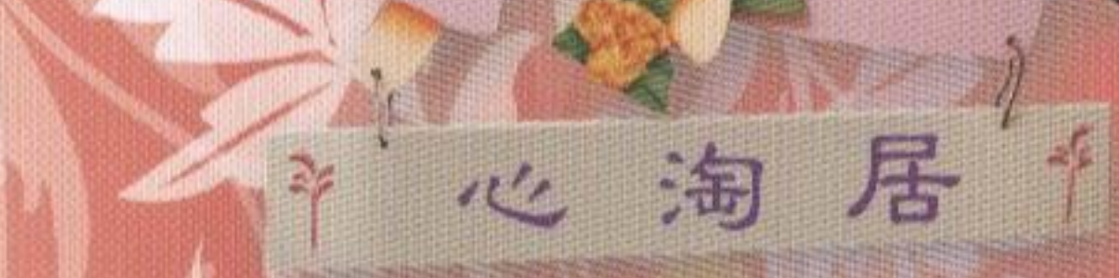
※ 營養護髮霜

1.天然植物乳霜乳化劑	4 g	
2.頂級荷荷芭油	5 cc	(去除毛囊多餘皮脂，避免掉髮，讓髮質有彈性)
3.高分子聚水物	0.5 g	(調整霜類的Q度與稠度，使得更具滑感)
4.清爽矽靈油	5 cc	(使秀髮清爽、柔軟、透氣)
5.植物性膠原蛋白	0.2 g	(對肌膚及髮質有修復的作用)
6.純水或絲瓜純露或花水	85 cc	
7.萬用複方抗菌劑	0.5~1	

※ 養髮液(按摩頭皮)

1.牡丹皮萃取精露	5 cc	(促進頭髮再生)
2.銀杏萃取精露	3 %	(具有活膚的功效)
3.人蔘超臨界濃縮萃取精露	1 cc	(防止頭皮粗糙)
4.維生素B5	1 g	(滲透保濕效果佳)
5.植物性膠原蛋白	0.2 g	(含頭髮與皮膚所需的18種氨基酸)
6.海洋紅藻酵素	5 cc	(使頭髮生長強壯，增進角質的活化)
7.迷迭香花水	85 cc	(在頭髮保養上更加健康、閃亮)
8.萬用複方抗菌劑	0.5~1	

豆de皂
shop5839826.taobao.com



shop58398326.taobao.com

心淘居手工皂配方

7

霜皂（熱製法）

Men's 刮鬍皂

Sibonbon 雙皂

成功小秘訣

正確配方、
鈉鉀搭配、
充分蒸煮、
細心打發。

豆de皂
shop58398326.taobao.com

Men's 刮鬍皂

利用NaOH與KOH的搭配，製作一款男士專用的刮鬍皂，加了甘油的霜皂更具保濕性，讓刮鬍變得順暢，鬍渣在瞬間也清潔溜溜了！

配方

油脂	百分比	量(克)
橄欖油	20	100
椰子油	35	175
棕櫚油	25	125
蓖麻油	10	50
硬脂酸	10	50
Oil 油量	100%	500
NaOH 氫氧化鈉		16.77
KOH 氫氧化鉀		83.83
Water 水		603.58

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	53	36-47
Cleansing(清潔力)	24	14-22
Condition(保濕力)	42	45-80
Bubbly(起泡度)	33	14-33
Creamy(穩定度)	38	16-35
Iodine(碘價)	42	1-196
INS	177	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	17	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	6	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	7	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	27	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	16	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	9	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	13	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

P.S另需添加甘油與超霜(Supercreaming)用的硬脂酸。

請參考 Catherine Failor 及其他網站對霜皂配方計算的數據設定：

http://www.soapcalc.com/calc/soapcalcWP.asp
http://home.earthlink.net/~skinesscentuals/Cream1.html
http://home.earthlink.net/~skinesscentuals/SoapCalc.html
http://home.earthlink.net/~skinesscentuals/SoapCalcDwnld.html

計算公式說明：

油占總重量的38~40%。其中軟油約占30%，硬油約占70%。

若油量500克，總重量大約是1282.05克

500：總重量=39：100

39×總重量=500×100

總重量=50000÷39≒1282.05克

豆de皂
shop583983326.taobao.com

NaOH 量＝原先固體皂 NaOH 量× 0.217 。

KOH 量＝霜皂 NaOH 量× 5 。

溶鹼的水量＝(霜皂 NaOH 量＋霜皂 KOH 量) × 6

甘油量＝配方中油脂所含硬脂酸量× 0.55

超霜量＝油量× 0.015

打發水的量＝總重量 - 油量 -NaOH 量 -KOH 量 - 溶鹼的水量 - 甘油量 - 超霜量

以上述配方爲例：

固體皂 NaOH 量≒ 76.827 克

霜皂 NaOH 量 =76.827 × 0.217 ≒ 16.77 克

霜皂 KOH 量 =16.77 × 5 ≒ 83.83 克

溶鹼的水量 =(16.77+83.83) × 6 ≒ 603.58 克

甘油量 =500 × 0.13 × 0.55 ≒ 34.93 克

超霜量 =500 × 0.015 ≒ 7.5 克

打發水的量 =1282.05-500-16.77-83.83-603.58-34.93-7.5 ≒ 35.44 克

步驟

Step 1 所有的油 (含硬脂酸)，量好後隔水加熱熔解，此時溫度頗高。

Step 2 加入甘油，剛好降溫，大約 60~70 ℃。

Step 3 製作鹼水，將量好的 NaOH 與 KOH 緩緩倒入純水中拌勻 (不必冰)，此時溫度約 60~70 ℃。

Step 4 將鹼水緩緩倒入油鍋中，立即以機器攪伴，直至非常滑順與一致性，此時的濃稠度比冷製皂的 trace 更爲濃稠。

Step 5 倒入燉鍋內蒸煮 2.5~3 小時，前面 2.5 小時用高溫，後面半小時用低溫。每半小時攪拌一下，大約 3 小時後，已成透明狀的皂坨。。

Step 6 拿出一點點透明狀皂坨，用酚酞測試一下，若呈淡粉紅色，就表示皂化 Ok 了。

Step 7 趁透明狀皂坨熱騰騰時，加準備好超霜用的硬脂酸 7.5 克，直接與皂坨混合拌勻。

Step 8 關掉電源，將內鍋的皂坨倒入鋼盆內，用保鮮膜覆蓋 24 小時，這中間皂坨會漸漸降溫，由熱的透明狀轉變爲半固體的雪白色，好像奶油一樣。開始加水打發，成爲奶油狀的霜體。

Step 9 加精油與 Mica 粉來加香氣與改變顏色，裝在瓶子或其他容器裡就可使用了。

shop58398326.taobao.com

煮好熬鍋內的透明皂坯

冷卻後倒入鋼盆內的雪白皂坯
好像奶酪一樣

開始打發

打發後如同奶昔的霜體

豆de皂
shop58398326.taobao.com



小叮嚀

1. 霜皂的配方不須減鹼。
2. 除了配方中用到硬脂酸外，在製作過程中也會添加一些作爲「超霜」之用，目的是讓霜皂更加雪白、Q感與乳霜狀。
3. 雖然從香皂性質表上的數值看起來不夠滋潤，實際上因爲加了甘油，具保濕的效果，用來刮鬍子是OK的!
4. 若想改變顏色，可於打發前直接加水性色料與一點純水(在35.44克以內)，或打發後加少許Mica粉(不要加水)，以免破壞霜體。



shop58398326.taobao.com



Sibonbon霜皂

想做一款軟硬兼備、Q嫩有加的皂體，霜皂是另一種好的選擇，用來洗澎澎更覺溫柔細緻。一球一球的冰淇淋的確誘人，但只能動手(洗)不能動口喲！

配方

油脂	百分比	量(克)
甜杏仁油	24	120
芥花油	14	70
椰子油	30	150
棕櫚油	26	130
芒果脂	4	20
硬脂酸	2	10
Oil油量	100%	500
NaOH氫氧化鈉		16.57
KOH氫氧化鉀		82.83
Water水		596.34

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	43	36-47
Cleansing(清潔力)	20	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	20	14-33
Creamy(穩定度)	23	16-35
Iodine(碘價)	58	1-196
INS	156	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	11	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	1	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	40	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	17	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	0	蓖麻油酸；單元不飽和；C18:1
Stearic	6	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

P.S另需添加甘油與超霜(Supercreaming)用的硬脂酸。

計算公式說明：

總重量=500 × 100 ÷ 39 ≒ 1282.05克
固體皂NaOH量≒ 76.05克
霜皂NaOH量=76.05 × 0.217 ≒ 16.57克
霜皂KOH量=16.57 × 5 ≒ 82.83克
溶鹼的水量=(16.57+82.83) × 6 ≒ 596.34克
甘油量=500 × 0.06 × 0.55 ≒ 16.5克
超霜量=500 × 0.015 ≒ 7.5克
打發水的量=1282.05-500-16.57-82.83-596.34-16.5-7.5 ≒ 62.31克



步驟

與「Men's刮鬍皂」相同。

P.S.
1. 霜皂如同浮水皂，在製作過程中也有用到打發的技巧，所以也能浮在水面上喲！
2. 也可以稍做稀釋後裝在瓶罐裡。

小豆de皂
shop583983 26.taobao.com







shop>>>>>>.taobao.com



shop58398326.taobao.com

8 心淘居手工皂配方

透明甘油皂（熱製法）

透明甘油皂

成功小秘訣

正確配方、
溫度管理、
充分蒸煮、
完全皂化。

小豆de皂
shop58398326.taobao.com

透明甘油皂

想做一塊具有透明感的手工皂，不妨試試這個技法。儘管多了一些步驟，卻有另一番探索的樂趣！

配方

油脂	百分比	量(克)
棕櫚油	40	200
椰子油	30	150
蓖麻油	30	150
Oil 總油量	100%	500
Super Fat/Discount% 加/減脂	0%	
NaOH 氫氧化鈉		74.94
Water 水		160

香皂的性質	數值	建議值範圍
Hardness(硬度)	44	36-47
Cleansing(清潔力)	21	14-22
Condition(保濕力)	52	45-80
Bubbly(起泡度)	48	14-33
Creamy(穩定度)	50	16-35
Iodine(碘價)	50	1-196
INS	164	120-170

配方中的脂肪酸	百分比	說明
Lauric	14	月桂酸；飽和脂肪酸；C12:0
Linoleic	6	亞油酸；多元不飽和；C18:2
Linolenic	0	次亞麻油酸；多元不飽和；C18:3
Myristic	6	肉豆蔻酸；飽和脂肪酸；C14:0
Oleic	19	油酸；單元不飽和；C18:1
Palmitic	20	棕櫚酸；飽和脂肪酸；C16:0
Ricinoleic	27	蓖麻油酸；單元不飽和脂肪酸
Stearic	3	硬脂肪酸；飽和脂肪酸；C18:0

這款皂的材料，除油與鹼水外，另須添加酒精、甘油、糖水。

1. 溶鹼的水量約佔油的 0.32，500 克 × 0.32=160 克。

2. 酒精約佔油的 0.58，500 克 × 0.58=290 克。

3. 甘油約佔油的 0.23，500 克 × 0.23=115 克。

4. 糖水約佔油的 0.45，500 克 × 0.45=225 克。其中糖與水各半，糖 113 克，水 112 克。

P.S.「透明甘油皂」參考資料:

Catherine Failor: The art of crafting, molding, scenting & coloring. In "Making transparency soap". Noth Adams, MA 012247. (www.storey.com)

shop583983 26.taobao.com 豆de皂

步驟

Step 1 以純水(不必冰)溶鹼，此時溫度約80~90℃。

Step 2 鹼水降溫到60℃之前，開始量油。將量好的油倒入悶燒鍋的內鍋，在電磁爐上用小火加熱，保持大約60℃。

Step 3 油鍋暫時離火，將鹼水慢慢倒入油中，攪拌到trace，此時溫度約45~50℃。

Step 4 加入量好的酒精，此時整個濃稠的皂液會漸漸熔解，產生清清黃黃的皂液與一小團一小團凝固的皂坨。

Step 5 將油鍋再度放到電磁爐上，用小火回熱，保持在70℃(酒精80℃時會揮發)，同時用湯匙盡量去壓平尚未熔解的小皂坨。

Step 6 待全部熔解成透明皂液時，最上層會有一些白白的薄膜與泡泡。

Step 7 再度離火，將內鍋放進外鍋中，蓋好內外鍋蓋，繼續悶燒。

Step 8 二~三小時後，將蓋打開，最上層的白色薄膜與泡泡，也漸漸熔解，此時用酚?測試一下酸鹼值，若是淡粉色，表示全部皂化完成。

Step 9 將糖與水倒進大的不銹鋼杯，用電磁爐加熱溶解，再加入甘油，溫度保持在70℃。

Step 10 將混合好的糖水與甘油，緩緩倒入內鍋中，稍稍拌勻。

Step 11 蓋上鍋蓋，繼續悶燒20分鐘。稍後，掀開鍋蓋，取一點皂液，倒在透明玻璃上，觀察透明度。

Step 12 滿意後，將皂液透過濾勺倒入矽膠模中，而後放進冰箱保鮮室冷凍，大約1~3小時。

Step 13 凝固後，脫模切皂。兩星期後，成品更乾燥，酒精也揮發了，略帶黃色的透明甘油皂就可使用了。

小叮嚀

1. 用悶燒鍋的作法，好處是溫度一直保持70℃左右。在悶燒的2~3小時中，可以節省時間，去做其他的事，不必顧慮用瓦斯爐隔水加熱的危險。
(這個美妙的方法是好友丁薇薇提供的，謝謝她!)

2. 皂液入模時，因爲溫度較高，成品容易混濁，急速冷凍的目的是爲了增加皂的透明度。

3. 入模前，可添加精油。若需改變顏色，最好在過濾後入模前直接加。因為這裡的配方，不是工廠的作法，成皂後若一再熔皂會降低其透明度。

4. 製作透明皂時，不能有殘餘的油脂，因此NaOH不能減少。

5. 酒精是乙醇，甘油是丙三醇，細砂糖是醇醛類，加了這些醇類，皂液才會透明。

shop58398326.taobao.com 豆de皂



shop58398832.taobao.com
豆de皂

6 透明甘油皂(入模後未冰過)

7 透明甘油皂(入模後冰過)

8 變透明的喔！看得到底下的文字了へ

9 調色後的透明甘油皂

小豆de皂
shop58398326.taobao.com

9

Mp皂分享篇

在我「就愛玩香皂」一書中，有著超過60種150個不同的創作。

推出後，得到許多讀者、同學、皂友及部落格好友們熱烈的迴響。

這些年來我又玩出了許多新的技法與造型，

特別利用本書的出版與大家來

分享，也謝謝你們的鼓勵！



shop583983326.taobao.com




BATH TIME!


Handmade Soap
Handmade Soap


皂de皂
shop58398326.taobao.com













shop58398326.taobao.com
豆de皂





shop583983 26.taobao.com
豆de皂

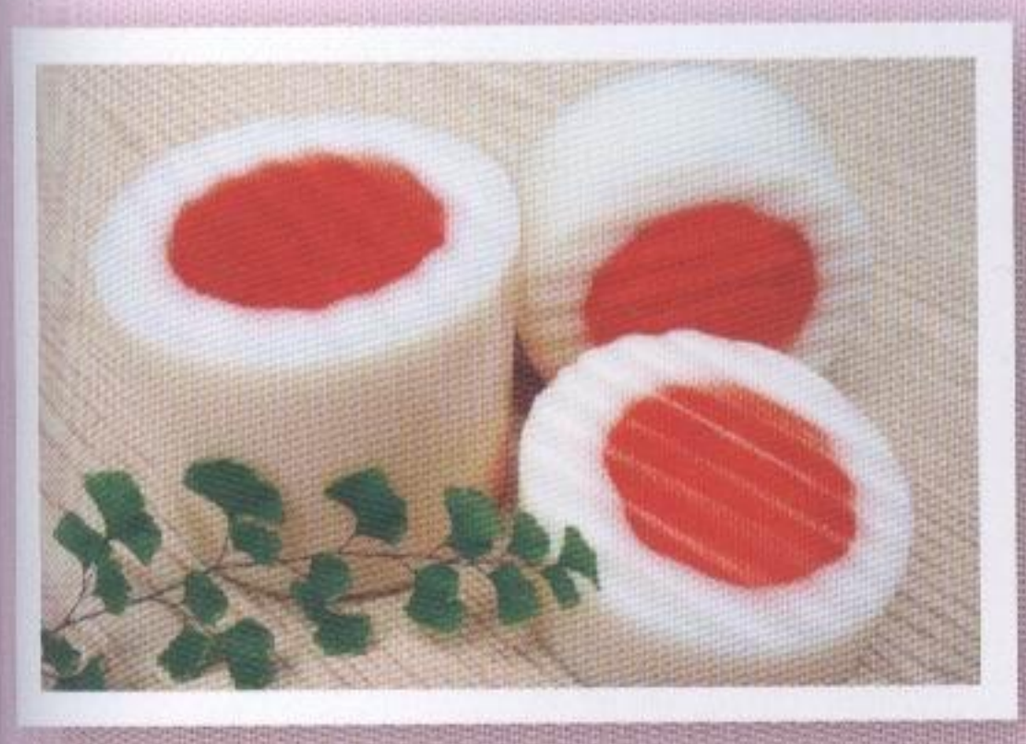






豆de皂
shop583983 26.taobao.com

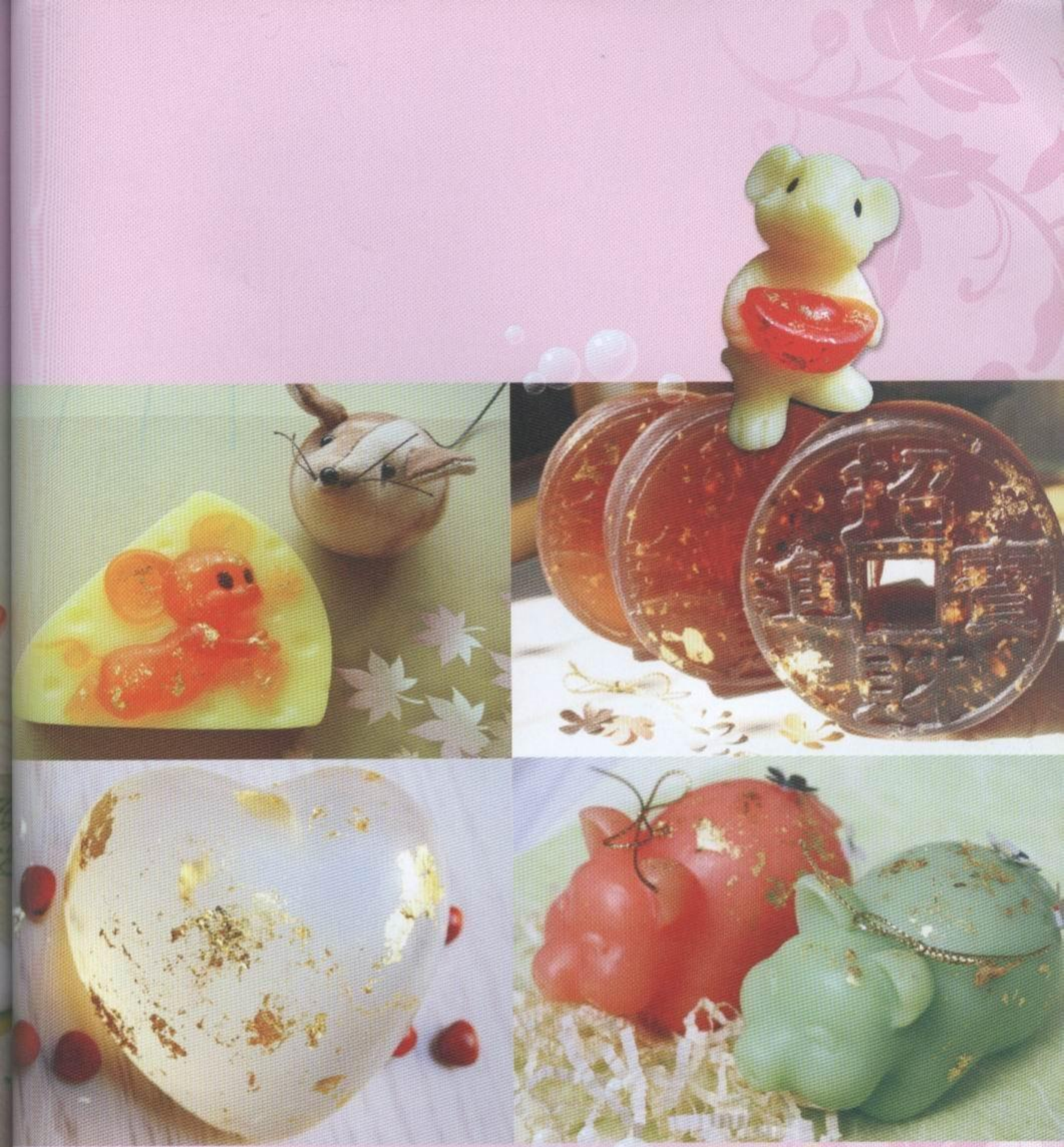




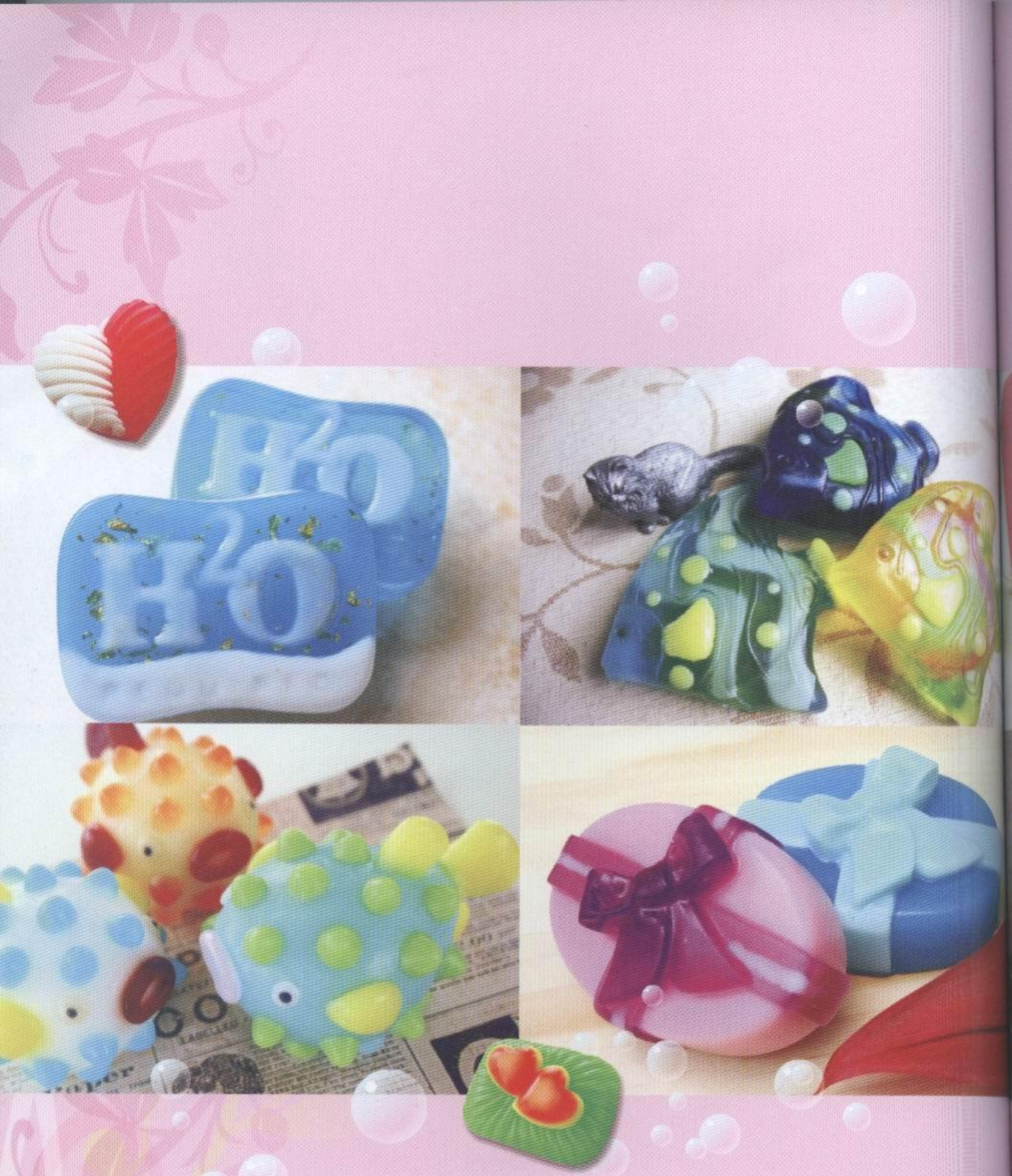


shop58398326.taobao.com

shop583983326.taobao.com
豆de皂



shop583983 26.taobao.com
…豆de皂



shop583983 26.taobao.com
…豆de皂







shop583983 26.taobao.com
…豆de皂





shop583983 26.taobao.com











shop58258326.taobao.com

…豆de皂
shop58398326.taobao.com

shop583983 26.taobao.com
豆de皂

shop583983 26.taobao.com

shop583983 26.taobao.com
…豆de皂

回鍋油皂

煎、炒、炸過食物的回鍋油，棄之可惜，拿來製皂爲環保加分不少。選用漂亮的模型，做出美麗的皂皂，賦予回鍋油新的生命，這可眞是物盡其用呢！

配方

A

回鍋油 1000 克 (皂化價 0.141)
氫氧化鈉 134 克 (減鹼 5%)
純水 380 克

B

回鍋油 700 克 (皂化價 0.141)
椰子油 300 克 (皂化價 0.19)
氫氧化鈉 148 克 (減鹼 5%)
純水 330 克
檸檬汁 50 克

作法 : 按前述冷製法或熱製法步驟。

小叮嚀

1. 若是回收了不同的油脂，很難拿捏它的皂化價，做出來的皂，性質較不能掌控。
2. 一般小吃店，所使用的油脂，大都屬於耐炸的棕櫚油，因此回鍋油的皂化價以 0.141 來計算。
3. 油經過高溫的煎炒炸，許多脂肪酸已流進食物中，回鍋油中所含脂肪酸已減少，所以製皂時須減鹼 5%。
4. 回鍋油難免有雜質，製皂前須先過濾。回鍋多次的油，也因爲太濃稠或天氣冷會有凝結的狀況，可預先隔水加熱熔解。純水不必冰過，油與鹼水的溫度，兩邊約 60 ℃ 時就可混合攪拌了。
5. 回鍋油有時會夾雜一些油耗味，可以用香茅、檸檬等精油，或者加一些檸檬汁來去味。
6. 爲了增加清潔力與起泡度，可以加椰子油 (占總油量的 30%) 、含有皂苷的粉末 (如綠豆粉、大豆粉、苦茶粉) 或去除雜質的備長炭粉。
7. 回鍋油皂用來清洗衣服、鞋襪、廚房、浴廁、地板，具有相當的洗淨效果，但不適合用來洗臉、洗澡。

shop583983 26.taobao.com

.謝謝好友淑錦提供回鍋油皂作品。

shop58398326.taobao.com
小豆de皂



豆de皂
shop583983 26.taobao.com

生活小記

滋潤護唇膏

環保芳香塊

居家舒活霜

營養活力餐

成功小秘訣

細心護唇、
香氛環保、
適時舒活、
優質活力。

小豆de皂
shop583983326.taobao.com

滋潤護唇膏

利用好的油脂加上精油，就可做出一款令人愛不釋手的護唇膏，四季隨身攜帶，大人小孩都可使用，好開心了！

配方

3支一般護脣膏的量。

※ 山茶花油(Camelina Seed Oil) 10克

由山茶花籽所提煉出來，在日本稱爲椿油。含有多元及單元不飽和脂肪酸，以及豐富的蛋白質，維生素A、E。抗氧化功效強。可促進細胞再生，防止水分流失，改善粗糙與敏感的膚質，滋潤乾燥爆裂的口唇及唇紋。

※ 芒果脂(Mango Butter) 5克

由芒果萃取出來，含45%的油酸(單元不飽和脂肪酸)，7%亞油酸(多元不飽和脂肪酸)，42%硬脂肪酸、11%棕櫚酸(飽和脂肪酸)。對皮膚有滋潤保濕的作用。

※ 蜜蠟(Bees Wax) 4克

含有天然蠟黃酮，有抗氧化、抗菌、抗UV、消炎、防霉等特性。添加於保養品中，能增加皮膚的柔軟及彈性。

※ 油溶性紫草根萃取(Lithospermum Officinale Root Extract) 4~5滴

含有豐富的尿囊素(Allantoin)與紫草素(Shiconix)，可以促進肌膚的修復、抗敏、消炎、殺菌，對傷口癒合、疤痕修復有特別的效果。

※ 維生素E(DL-a-Tocopheryl Acetate) 5~6滴

維生素E又稱爲生育酚，是一種油溶性的天然物質，添加於保養品中，能夠安定油脂，避免其酸敗與氧化，同時可促進傷口癒合，防止肌膚龜裂，是很好的營養滋潤劑。

※ 自己喜歡的精油或香精 6~8滴

步驟

Step 1 將山茶花油、芒果脂、蜜蠟量好後，倒入厚的塑膠杯，用微波爐熔解。

Step 2 大約60℃時＋油溶性紫草根萃取與維生素E。

Step 3 再加幾滴自己喜歡的精油或香精拌勻。

Step 4 倒入護唇膏管，待涼後，蓋上蓋子。

Step 5 等20分鐘，脣膏冷卻變硬時，就可安全使用。



shop583983 26.taobao.com



小叮嚀

1. 加油溶性紫草根萃取是淡桃紅色。

2. 也可以加少許的雲母，呈現不同的顏色，讓脣膏看起來更迷人。

3. 不管加的是何種顏色，擦在唇上都是無色的。

豆de皂
shop583983 26.taobao.com

環保芳香塊

做皂後難免會東剩一些，西剩一點油脂，拿它來與硬脂酸、蜜蠟搭配，再加上一些自己喜歡的精油，就可以做出一塊漂亮又實用的芳香塊。

配方

大約100克的量。

※ 任何一種做皂的油脂**20**克

※ 硬脂酸(Stearic Acid) 30克

硬脂酸是一種飽和脂肪酸，由棕櫚油或牛油提煉，爲白色或微黃色的小顆粒。須先加少許的油，隔水加熱，才能成爲液狀。可增加成品的硬度與穩定度。

※ 蜜蠟(Bees Wax) 50克

含有天然蠟黃酮，有抗氧化、抗菌、抗UV、消炎、防霉等特性。添加於保養品中，能增加皮膚的柔軟及彈性。

※ 薰衣草精油(Lavender Essential Oil) 3 CC

屬唇形科，它的用途非常廣泛，香味具有鎮定、安撫、殺菌、驅蟲、止癢的效果，讓人在身心靈上處於平衡的狀態。

※ 薄荷精油(Peppermint Essential Oil) 3 CC

屬唇形科，具有提神醒腦與清涼的功效。強烈的氣味，對螞蟻、蟑螂等有嚇阻的作用。

※ 尤加利精油(Eucalyptus Essential Oil) 4 CC

屬桃金孃科，香味具有安撫神經、殺菌、驅蟲，有冷靜情緒的效果，使頭腦清楚，注意力集中。對於泡疹、發炎、小傷口的癒合都有所幫助，同時具有舒緩肌肉酸痛的功能。

※ 香茅精油(Citronella Essential Oil) 4 CC

屬禾本科，是家用驅蟲產品中最常使用的精油。它可以防止小蟲的靠近，對空氣中的傳染媒有預防的效果，同時也可用來提振精神。

步驟

Step 1 將油脂、硬脂酸、蜜蠟量好後，倒入厚的塑膠杯，用微波爐熔解。

(份量多時也可以放進不鏽鋼鍋，在瓦斯爐上熔解。)

Step 2 大約60℃就得加精油(蜜蠟在55℃又開始凝結)。

Step 3 拌勻後入模。

Step 4 一小時脫模後，就可安全使用。



shop583983 26.taobao.com

小叮嚀

1. 可以置放在抽屜、衣櫥、書櫥、鞋櫃、浴廁、牆角等。

2. 加入自己喜歡的精油，可以用來淨化空氣或驅蟲。

3. 做出不同的造型，可以當作藝術擺飾。

4. 也可以加少許的雲母，呈現不同的顏色，讓造型看起來更生動。

5. 香塊不香時，可以重新熔解，加入精油，又可以散發迷人的香氣了！

6. 稍過期的油脂，棄之可惜，也可拿來使用，這也是在做環保呢！

shop583983 26.taobao.com

居家舒活霜

家事累了，或者被蚊蟲叮咬，小傷口、小燙傷，不妨用一款清涼舒適的乳霜來舒活一下吧，這可是居家必備的DIY喲！

配方

大約80克的量

※ 保濕基礎霜 (Moisture Base Cream) 60克

由維生素E、甘油、白蠟油、乳霜乳化劑、純水等調製而成。

※ 樟腦粉 (Camphor Powder) 0.5克

屬樟科，樟樹樹幹經蒸餾、冷卻所得之結晶。具清涼，局部止癢作用。

※ 薄荷腦 (Menthol Crystal) 20克

屬唇形科，薄荷經蒸餾所、冷卻所得結晶，純化後就是薄荷腦。具興奮、抗刺激作用。

※ 冰片 (Pure Natural D-N-Borneol) 0.5克

屬龍腦科，從龍腦樹提煉出來狀似半透明結晶體，俗稱冰片、梅片。具有消炎止痛的功效。

※ 冬青油 (Winter Green Oil) 4滴

屬石南科，冬綠樹葉子經蒸餾所得揮發油成份，即是冬青油。具消毒、局部刺激作用。

※ 油溶性山金車萃取 (Arnica Extract) 4滴

含有精油、黃酮醇、綠原酸、類胡蘿蔔素等，具抗菌、抗炎、減少疼痛和腫脹的效果。

※ 油溶性金盞花萃取 (Calendula Extract) 4滴

含葉黃素、玉米黃素等天然類胡蘿蔔素成份。可舒緩敏感性肌膚，對輕度外傷、濕疹及腫脹有特別的功效。

※ 薰衣草精油 (Lavender Essential Oil) 4滴

屬唇形科，它的用途非常廣泛，香味具有鎮定、安撫、殺菌、驅蟲、止癢的效果，讓人在身心靈上處於平衡的狀態。

※ 尤加利精油 (Eucalyptus Essential Oil) 4滴

屬桃金孃科，香味具有安撫神經、殺菌、驅蟲，有冷靜情緒的效果，使頭腦清楚，注意力集中。

對於泡疹、發炎、小傷口的癒合都有所幫助，同時具有舒緩肌肉酸痛的功能。

※ 迷迭香精油 (Rosemary Essential Oil) 4滴

屬唇形科，具有舒緩肌肉酸痛、改善緊張情緒的效果。是很好的收斂劑，能緊實肌膚，抑制皮膚發癢，並能改善頭皮屑與刺激毛髮生長。

步驟

Step 1 利用研磨棒將冰片研磨成細粉。

加入樟腦粉、薄荷腦，一起隔水加熱熔解。溫度下降到大約40℃時倒入已調好的基礎霜。

Step 2 將冬青油、油溶性山金車萃取、油溶性金盞花萃取、薰衣草、尤加利及迷迭香等

Step 3 精油加入上述基礎霜中。

Step 4 攪拌均勻後，就可使用了。

豆de皂
shop5839832 6.taobao.com



小叮嚀

1. 做出來的舒活霜是白色的。如果要淡桃紅色，可以加四滴油溶性子草根萃取。如果要黃色，可以加1克黃柏粉。

2. 黃柏，芸香科植物，有抗菌、消炎與鎮痙的功效。

shop583983 26.taobao.com 豆de皂

營養活力餐

這是我們每天早上的糧草，若是今天很忙很累，那就早晚都如此用餐，不要增加身體的負擔，以保持體力。

糙米保存了最完整的營養，含蛋白質、脂質、醣類、纖維、維生素B群、腦胺B群、硒、鐵、鋅、鈣、銅、錳等礦物質。
腦胺具有美白作用、保濕作用、人體皮膚細胞賦活、改善異位性皮膚炎作用。
維生素B_1、B3、B5，具有抗過敏作用，B3有美白作用，礦物質有美膚效果。
天然米澱粉(醣類)，能吸附臉部油脂、去角質、清潔肌膚，適合敏感性肌膚。

紫心甘藷含豐富的蛋白質、醣類、維生素A、維生素B2，菸鹼酸、維生素C、鈣、磷、等礦物質。
維他命A轉化爲胡蘿蔔素，能消除暗沉、預防細紋、滋養肌膚、提高肌膚再生能力。
澱粉能夠吸附污垢，清潔肌膚。

黑芝麻含脂肪、蛋白質、醣類、粗纖維、膳食纖維、維生素E、維生素B群、維生素C、芝麻素、鈉、鉀、鈣、鎂、磷、鐵、鋅礦物質及多種微量元素。
芝麻的脂肪酸比例很優良，多元不飽和脂肪酸約佔45%，單元不飽和脂肪酸約佔40%，
飽和脂肪酸只佔10%。
黑芝麻含頭髮生長所需的必需脂肪酸。含硫氨基酸與多種微量礦物質，有助於頭髮的烏黑亮麗。
芝麻素具有強力的抗氧化作用，可降低血中膽固醇及血壓，強化肝臟機能。

黑豆含豐富的脂肪、蛋白質、醣類、卵磷脂、膽鹼、粗纖維、胡蘿蔔素、維生素B群、維生素E、皂苷、異黃酮素、花青素、鈣、磷、鐵、銅、鎂等礦物質。皂苷具有很強的抗氧化作用。
黑豆含豐富的人體必須的八種氨基酸含量。
黑豆的油脂主要爲不飽和脂肪酸(亞麻油酸)。
古代藥典記載，黑豆可駐顏、明目、烏髮、嫩白肌膚。
黑豆是古代著名的美容藥品「七寶美髯丹」的主要成份。
可取鮮豆腐外敷燒、燙傷處。

藻類含豐富的蛋白質、脂肪、醣類、維生素A、維生素B群、維生素C、維生素E、鈉、鉀、鈣、鎂、磷、鐵、鋅礦物質及多種微量元素。
具有抗菌、促進傷口癒合作用。
可抗紫外線、減輕放射性物質傷害。
可清潔肌膚、去除汗臭、恢復皮膚光澤。用藻皂洗澡，感覺很清爽。

豆de皂
shop58398326.taobao.com

包裝

「佛要金裝，人要衣裝」，禮物則要包裝。

一塊費心完成的香皂，送禮時的包裝與裝飾，可是一門大學問呢！

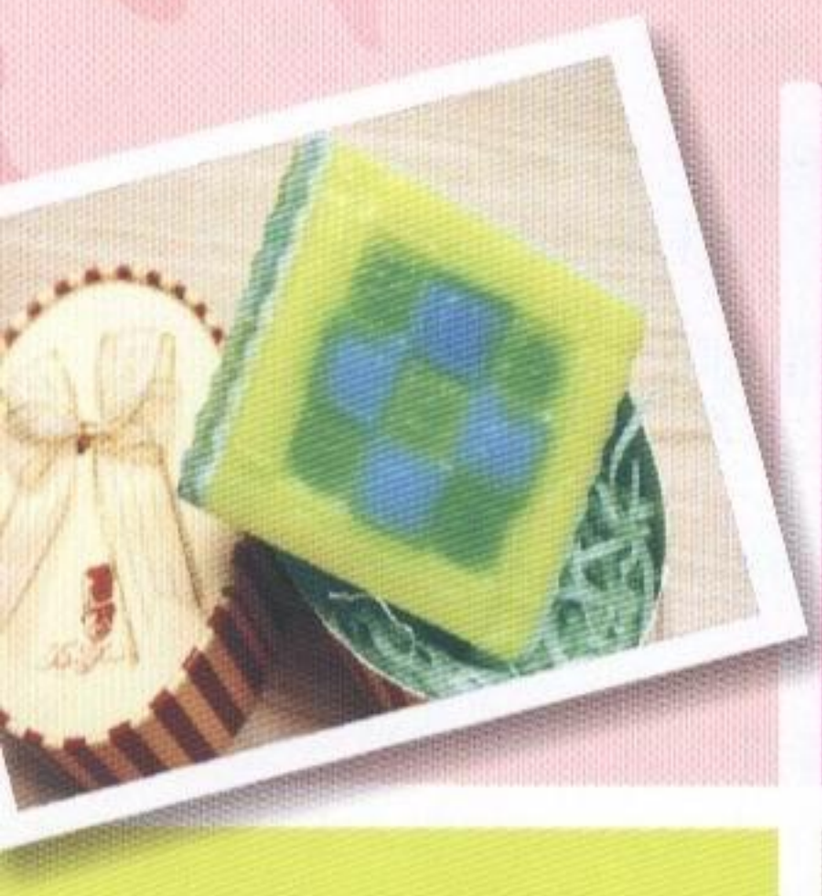
不僅突顯了主人的善巧與誠意，也讓受禮的朋友感到窩心與溫暖。

不論是以禮盒、提袋、雪紗袋、包裝紙、花束..等來包裝，我都會附上一張DIY的小卡片，像感謝卡、祝福卡、生日卡、節令卡..等，來表達心意。

最後在皂皂的背面，標明成份與保存期限，如此便大功告成了！

精巧的包裝，可以眞正達到送者大方，受者實惠的目的喔！

豆de皂
shop583983 26.taobao.com











豆de皂
shop58398326.taobao.com







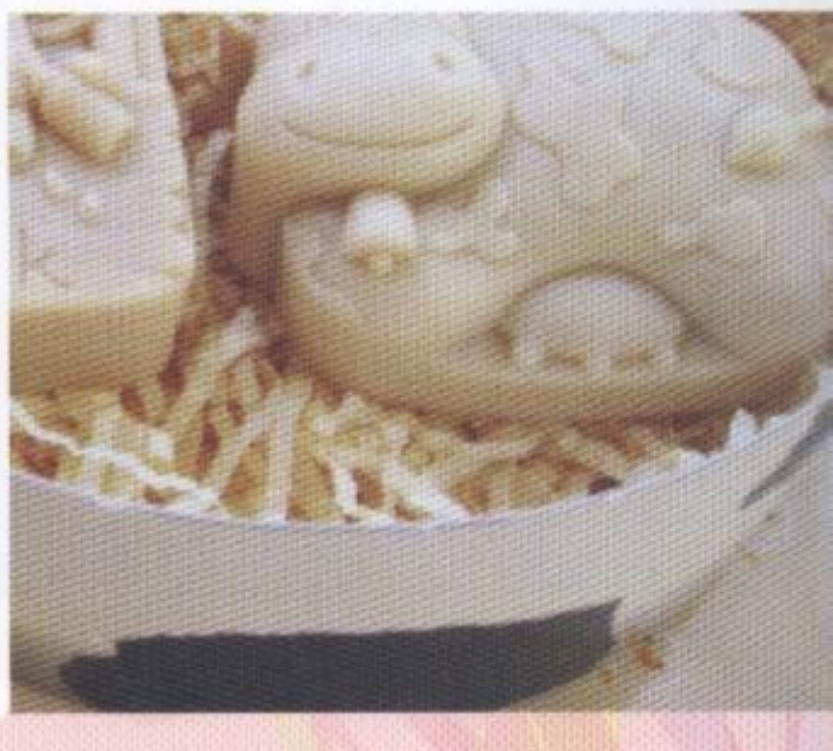












shop583983 26.taobao.com
小豆de皂









shop583983 26.taobao.com
豆de皂