

Ambasciatori dei mieli

di Alessandra Giovannini

Saponificare con i prodotti dell'alveare



Le “dieci cose” sono tratte dal libro
Il sapone fatto in casa for dummies
di Garzena-Tadiello

Dieci cose indispensabili per saponificare:

1. Olio di oliva
2. Idrossido di sodio (NaOH)
3. Acqua demineralizzata
4. Una bilancia precisa al grammo
5. Molta attenzione nel pesare gli ingredienti e cautela nell'operare
6. Una pentola di acciaio inox
7. Un frullatore ad immersione
8. Stampi adatti, flessibili o foderabili
9. La voglia di sperimentare solo dopo aver studiato un minimo di teoria
10. Tanta pazienza...

Ricetta base (metodo a freddo)

1 kg di olio di oliva
300 gr di acqua
128 gr soda (sconto 5%)

Sapone al miele e cera d'api, una delle tante ricette possibili (metodo a freddo, non coprire lo stampo)

570 g di olio oliva
400 g di olio cocco
30 g di cera d'api
un cucchiaio di miele - al nastro -
305 g acqua
143 g soda caustica



Dall'alto in senso orario: sapone al propoli, sapone al miele e cera d'api, sapone base (pigmento minerale rosa kiko), sapone all'argilla verde, fiorellini di sapone base (pigmento minerale rosa kiko), sapone rilavorato a caldo.

Dieci errori da evitare:

1. Far sapone senza avere le basi teoriche sulla saponificazione e sulle funzioni degli ingredienti
2. Ignorare le regole di sicurezza nel maneggiare gli alcali, la pasta fresca di sapone, gli additivi
3. Misurare gli ingredienti ad occhio o con strumenti di scarsa precisione
4. Non avere la pazienza di aspettare e l'umiltà di chiedere consiglio prima di decidere che il vostro sapone “è da buttare”
5. Affrontare le tecniche più complesse prima di aver provato i metodi e le ricette di base
6. Acquistare ingredienti esotici senza sapere se e come si possono usare nel sapone, né se ha senso farlo
7. Modificare o creare nuove ricette prima di aver fatto pratica con quelle verificate da altri
8. Fare sapone quando siete nervosi, stanchi e avete mille altre cose per la testa.
9. Aspettarsi che il sapone sia pronto e finito appena esce dallo stampo
10. Decidere che vi bastano tre o quattro ricette venute bene per buttarvi sul mercato e vendere sapone fatto a mano.

La prima volta che ebbi a che fare col sapone è stato alla scuola, sul libro di chimica organica. Capitolo sul processo di saponificazione degli acidi grassi: gli acidi grassi reagendo con una base producono un sale, il sapone. Se la base è idrossido di sodio (NaOH) il sale che ne deriva è solido, se la base è idrossido di potassio (KOH) il sale è liquido. Non essendo un processo chimico attinente agli alimenti la professoressa di chimica ci fece saltare il capitolo, con grande gioia di tutti.

La seconda volta che ebbi a che fare col sapone ero a casa di Roberta, una spacciatrice. Ma non pensate subito male, non siate maliziosi, che avete capito? Si chiamano spacciatrici quelle persone che fanno crescere, curano e distribuiscono la pasta madre, quella che serve per produrre lievitati. Insomma, Roberta spaccia e fa tante cose, anche il sapone. Ci siamo conosciute nel gruppo d'acquisto Il Melograno, dove c'erano diverse altre amiche, in quel periodo avevamo quasi tutte bimbi piccoli e facevamo un po' di tutto in casa, salse, dadi, e lei era la nostra saponificatrice ufficiale. Chi sapeva fare qualcosa lo insegnava a chi desiderava imparare e così, sotto la sua guida, ho fatto il mio primo sapone con metodo a freddo. Da lì in poi non ho più rinunciato al sapone fatto in casa che, anche se ha lo svantaggio di non avere sempre un profumo potente e persistente come quello industriale, soprattutto se come me non ci aggiungi profumi, ha molti altri vantaggi, primo fra tutti la possibilità di scelta degli ingredienti.

Dopo diverse saponificazioni a freddo di base ho cominciato a sperimentare ricette un po' più complesse ma lo scopo della mia saponificazione è soddisfare la necessità familiare e di alcuni amici che amano le cose semplici, quindi non mi sono mai spinta in tecniche produttive, decorative o ricette particolarmente complesse o estetiche. Ovviamente però non ho resistito all'uso dei prodotti dell'alveare.

Partiamo quindi un po' dall'inizio. Le informazioni che vi darò saranno volutamente incomplete (o incomprensibili?) e capirete il perché.

Per innescare la reazione di saponificazione servono principalmente tre elementi: oli o grassi (vegetali/animali), un alcalo (idrossido di sodio o potassio), acqua che funge da solvente per la reazione.

Il concetto fondamentale è che ogni volta che vi metterete a preparare sapone avrete a che fare con la chimica. Si deduce un concetto importantissimo: essendo la saponificazione un processo di trasformazione delle materie prime in qualcosa di nuovo e di diverso, ogni volta che partirete scegliendo degli ingredienti quello che otterrete sarà sempre e comunque un sale inerte, chiamato sapone, non caustico. È un po' diverso da quello che accade in cucina dove gli ingredienti subiscono una trasformazione ma mantengono la natura iniziale. Nella saponificazione, come in molte reazioni chimiche, della natura degli ingredienti iniziali



Fase gel del sapone al miele, cera d'api e polline

non resta praticamente nulla, dando vita a un elemento del tutto nuovo.

Quando si decide di utilizzare un certo ingrediente in una ricetta per saponificare, la prima cosa che va valutata è la natura chimica di quello che si vuole utilizzare e quindi il ruolo che svolgerà nel processo chimico di saponificazione; la seconda cosa che va valutata è l'effetto finale sulle caratteristiche del sapone (durezza, schiumosità, quantità di glicerina, capacità di lavaggio,...); la terza cosa, ma più importante, è la valutazione delle conseguenze dell'utilizzo sulla pelle. Non voglio far sembrare la cosa più difficile di quello che è in realtà, ma è necessario essere consapevoli che per saponificare non basta seguire magari approssimativamente una ricetta, come si farebbe per una torta, variando le dosi o sostituendo gli ingredienti. Quando si saponifica, variazioni e sostituzioni possono nel migliore dei casi portare a gettare tutto e nel peggiore dei casi a farsi male o a far male ai propri cari che utilizzeranno i nostri prodotti fatti con amore, ma con rischiosa approssimazione.



La **CERA** d'api è una miscela di alcune centinaia di composti principalmente costituiti da esteri, idrocarburi e acidi liberi, per la maggior parte saturi. Non contiene acqua. Nella saponificazione rappresenta un grasso saturo che va aggiunto alla ricetta, da conteggiare nel peso assieme agli altri acidi, cioè gli oli, i grassi e i burri, bilanciandolo con la presenza di grassi insaturi. Il suo indice di saponificazione è 0.069. Sul sapone ha un'azione indurente ed abbatte la schiuma. Praticamente aggiungendo della cera d'api ai grassi totali utilizzati otterrete un sapone che si consuma più lentamente ma meno schiumoso. Il dosaggio massimo sul totale dovrebbe essere intorno all'1-3% di grassi base, tenendo presente che nella fase di riposo la presenza di cera può far aumentare la temperatura della reazione chimica provocando il cosiddetto "effetto vulcano".

Il **MIELE** è una soluzione soprassatura di zuccheri, costituita principalmente da glucosio e fruttosio. Per la saponificazione il miele rappresenta... uno zucchero!

Non è un ingrediente di base come i grassi, un additivo. Può generare calore durante la formazione del gel, quindi va dosato in piccole quantità. Può essere addizionato in quantità massima di 15-30 gr/kg di grassi base sciogliendolo nell'acqua oppure al nastro. Ha una doppia funzione: colorante, dona un bel color beige caramello, e miglioratore della schiuma. Alcuni tipi di miele possono anche conferire un delicato aroma.

La **PROPOLI** è composta principalmente da idrocarburi, fenoli, flavonoidi, vitamine, sali minerali. La soluzione idroalcolica o quella glicerica sono i formati più comodi da utilizzare,

sconsiglio invece la resina tal quale o la polvere, perchè entrambe difficoltose da sciogliere uniformemente nella massa di sapone. Si può aggiungere un massimo di circa 15 ml/kg di grassi preferibilmente a fine cottura (nel metodo a caldo) o al nastro (nel metodo a freddo). Conferisce al sapone un bel color marrone-nocciola e un aroma leggermente resinoso. Aggiungendo la propoli nella fase finale si riescono a mantenere le caratteristiche leggermente disinfettanti, senza pigmentare la pelle o il portasapone.

Il **POLLINE** è costituito principalmente da proteine, lipidi, carboidrati e fibre. Aggiunto in misura di un paio di cucchiaini su kg di oli totali al nastro, come l'aggiunta di altre proteine conferisce ricchezza. Dona delicatamente il proprio colore al sapone, di solito un bel color arancio chiaro. Contenendo carboidrati tra i quali glucosio e fruttosio, anche per il polline bisogna stare attenti al surriscaldamento della massa durante la fase gel del metodo a freddo. Non ho trovato ricette testate, per l'uso del polline mi rifaccio solo alla mia esperienza in un paio di prove.

Non ho trovato ricette sull'uso della **PAPPA REALE** nella saponificazione e non ho mai fatto prove di utilizzo.

Potrei ipotizzare che vada aggiunta al nastro, per rovinare il meno possibile tutte le sue proprietà, ma ignoro l'effettiva utilità di questa preziosa aggiunta. Credo sia sprecata in un prodotto che subisce l'aggressiva azione della soda su tutti i suoi componenti. Eventualmente può aggiungere un'energia affettiva a un sapone davvero speciale, fatto per qualche apicoltore o apicoltrice che si desideri conquistare con ogni arma!

Come avete visto il sapone ha un linguaggio tutto suo... fatto di nastri, swirl, cotture, di sconti ed eccessi di soda, fatto di calcoli, di indici di saponificazione, di ingredienti a volte necessari, a volte magici. Un sapone fatto con la vostra cera, il vostro miele, la vostra propoli, un pizzico di polline e un velo di pappa reale è possibile, racchiudendo il vero ingrediente magico: tutta la vostra passione per il mondo delle api e del miele. Purtroppo per chi sperava di trovare in questo articolo una ricetta veloce con le indicazioni precise per realizzare le ricette di cui vi ho parlato qui non c'è, non perché sia dispettosa, ma perché la saponificazione è una pratica che va affrontata seriamente e con preparazione. Vi con-



siglio di leggere un buon libro sulla saponificazione e di fare una buona pratica di saponificazione base, magari con qualcuno che sia già capace o cercando un corso serio nella vostra zona. Io vi posso consigliare "Il Sapone fatto in casa for dummies" di P. Garzena e M. Tadiello. Sempre curato da Patrizia Garzena il sito www.ilmiosapone.it (in cui non a caso, nella pagina 'sicurezza' recita: Il sapone merita rispetto e un pizzico di prudenza) e il gruppo Facebook Il Mio Sapone, utilissimo per confrontarsi.

Vi saluto con la terza volta che ebbi a che fare col sapone: fu leggendo della saponificatrice di Correggio, al secolo Leonarda Cianciulli. Vi lascio cercare la sua storia, ormai con internet è cosa veloce. ●

Le api nei libri e al cinema



a cura di  apicoltori del miele

Roald Dahl, tutti i racconti

Roald Dahl

pp. 825, ed. Longanesi, 2009



Roald Dahl è uno di quei nomi che lì per lì dicono poco, o niente, ma poi scopri che nel 1964 ha scritto “La fabbrica di Cioccolato” dando vita al personaggio di Willy Wonka (che per questioni anagrafiche per me sarà sempre e solo Gene Wilder) e al suo dolce e strampalato universo di folle pasticceria, cascate di cioccolato e laghi di miele; ed è nientemeno che è l'ideatore de “I gremlins”, libro datato 1943, in cui le creature finiscono per combattere i nazisti al fianco dell'aviazione inglese, che fu però solo d'ispirazione per il celeberrimo e iconico film del 1984. La produzione di Dahl spazia dai libri e racconti per bambini a un grande numero di racconti per adulti, sempre arguto e spiazzante, imprevedibile, spesso grottesco e rivelatore de più reconditi segreti dell'animo umano. Nel 2009 è stata edita in italiano la raccolta “Roald Dahl, tutti i racconti” che racchiude racconti pubblicati su vari giornali (tra cui Playboy) o in forma di libro di racconti brevi. Sono incluse 5 raccolte, tra cui Kiss Kiss (1960) che in alcune ri-edizioni in lingua inglese sfoggia in copertina alcune api. In Kiss kiss troviamo un racconto intitolato Pappa Reale (Royal Jelly), il protagonista è un apicoltore, estremamente preoccupato per la salute della propria neonata, gracile e inappetente al punto da far temere per la sua stessa sopravvivenza. La bambina verrà quindi nutrita con latte e pappa reale, ma i genitori scopriranno presto, lui orgoglioso, lei spaventata che ci sarà un grande cambiamento e un prezzo da pagare per la ritrovata salute della piccola. Il sommario della rivista di apicoltura consultata da Albert, che ha una grande collezione di libri e manuali e conserva tutti i numeri dell'American Bee Journal, del British Bee Journal e di Beecraft, e che gli suggerisce

l'idea di aggiungere la pappa reale al latte è:

*Tra le api a maggio,
Cucinare col miele,
L'apicoltore e il B. Pharm.,
Esperienze nel controllo dei nosema,
Le ultime sulla pappa reale,
Questa settimana nell'apiario,
Il potere salutare della propoli,
Rigurgiti,
Il pranzo annuale degli apicoltori
inglesi,
Notizie dell'Associazione.*

Dal 1979 Dahl collaborò con una televisione inglese per una serie antologica tratta dai suoi racconti, uno dei primi a essere sceneggiato e prodotto fu proprio Royal Jelly, scavando nella rete ho scoperto che la serie “Il brivido dell'imprevisto” (Tales of the Unexpected) è stata trasmessa anche in Italia, sulla rai, all'epoca rete2, a partire dal 1981. Dahl, citando apertamente Alfred Hitchcock, introduceva le puntate, riporto quindi quanto trovato e tradotto:

«Nell'inverno del 1959, ho visto in una vetrina di un negozio di New York un vasetto bianco, l'etichetta recitava: "Pappa Reale. Due once (circa 60 g). \$ 350 (al cambio dell'epoca £ 220.000, quando uno stipendio medio era di circa £ 45.000 e un litro di latte £ 90)". Non avevo mai sentito parlare della Pappa Reale. Il commesso mi disse che aveva proprietà magiche, e senza dubbio le ha. Così ci ho scritto una storia. Anni dopo, Dick Van Dyke - che aveva letto la storia - mi ha mandato dalla Francia una confezione di fialette di vetro contenenti pura gelatina reale. Le ho bevute, una per una, ma non dirò cosa mi hanno fatto, o rovinerò ciò che state per vedere.»

di Laura Capini