Jabón de avena

Ingredientes

- 1 tz de avena
- 300 g de jabón neutro rallado finamente
- 1 tz de leche
- 2 tz de agua

Utensilios

- Licuadora
- 2 cacerolas
- 1 refractario rectangular de vidrio
- 1 Taza medidora
- 1 Cuchara grande
- 1 Tazón de vidrio
- 1 Charola
- Papel de china
- Bolsa grande de plástico con cierre hermético

Tiempo de preparación: 1 día
Rendimiento: 6 piezas
Caducidad: 3 meses.
Costo promedio: $5 por jabón

Consulta de información del 23 al 27 de octubre del 2023 / CDMX y Área Metropolitana.

Nota:
- Puedes utilizar una infusión muy concentrada de manzanilla en vez de la avena con la leche.
- Si lo deseas, puedes utilizar moldes de silicón.

Procedimiento

1. Muele la avena en la licuadora y remójala en la leche, en una de las cacerolas, durante 2 horas.
2. Vierte 3 cucharadas de agua y el jabón rallado en el tazón de vidrio. Pon el resto del agua en la otra cacerola y cuando empiece a hervir, mete el tazón con el jabón para hacer un baño María.
3. Mueve constantemente hasta que la mezcla adquiera una consistencia pastosa; cuando esto suceda retira la cacerola del fuego sin sacar el tazón del baño María.
4. Pon a calentar la leche con la avena a fuego medio y cuando apenas soportes la temperatura con la yema del dedo, agrega la pasta de jabón. La mezcla estará lista cuando tenga una consistencia espesa y al moverla se pueda ver el fondo de la cacerola.
5. Vacía la pasta en el refractario y espárcela bien.
6. Deja secar durante una noche, desmolda, corta los jabones, envuélvelos en papel de china y guárdalos dentro de la bolsa de plástico con cierre.

Fotografía: fabrikasimf (barra jabón) / Freepik