

# Öbergs tvål

## Börja göra tvål

En praktisk introduktion till utrustning, säkerhet, råvaror, kemi och den första hårda tvålen.

**Säkerhetsnot: Arbeta aldrig med lut utan skyddsglasögon, kemikalieresistenta handskar, täckande kläder och god ventilation. Använd en aktuell lutkalkylator och råvarornas säkerhetsdatablad. Blanda alltid lut i vatten - aldrig vatten i lut.**

## 1. Det här är en bra början

Tvålltillverkning är både hantverk och kemi. Det vackra är att man lär sig genom väl planerade satser, anteckningar och tålmod. Börja inte med att göra den mest avancerade tvålen. Börja med en enkel formel, en säker arbetsplats och målet att förstå vad som händer.

Den här guiden bygger på Peter Öbergs kursmaterial och har bearbetats för webbplatsen. Den fokuserar på hård tvål. Flytande tvål och såpa är egna metoder med kaliumhydroxid, KOH, och ska inte blandas ihop med hård tvål som beräknas med natriumhydroxid, NaOH.

## 2. Utrustning som gör skillnad

Använd en digital våg som mäter med grams noggrannhet. Väg oljor, vatten och NaOH separat. Volymmått är inte tillräckligt exakta för lut och recept.

Du behöver värme- och alkalitåliga kärl av rostfritt stål eller PP/HDPE-plast, en stavmixer med metallblad, silikonspatel, termometer, form, skyddsglasögon och kemikalieresistenta handskar. Använd aldrig aluminium, eftersom det reagerar med stark alkali.

Gör i ordning arbetsytan innan du börjar. Ha allt inom räckhåll, låt barn och husdjur vara utanför arbetsområdet och välj en stund när du inte behöver skynda.

## 3. Säkerhet före kreativitet

NaOH är starkt frätande. Förvara det torrt, märkt och oåtkomligt för barn. Använd alltid skyddsglasögon, handskar, täckande kläder och god ventilation. Följ råvarans säkerhetsdatablad.

Den viktigaste regeln är enkel: tillsätt alltid lut i vatten, aldrig vatten i lut. Häll NaOH långsamt i vattnet under omrörning. Låt sedan lösningen svalna på en säker plats. Ha rinnande vatten tillgängligt och undvik att andas in ångor när du blandar.

Om du säljer tvål gäller särskilda kosmetikaregler. Den här guiden handlar om kunskap och metod, inte om att ersätta säkerhetsbedömning, märkning eller annan dokumentation som krävs före försäljning.

## 4. Oljor, förtvålningstal och överfettning

Oljorna avgör mycket av tvålen: kokosolja bidrar med rengöring och lödder, olivolja med en mildare och krämigare karaktär, ricinolja kan hjälpa löddret att hålla ihop och sheasmör bidrar med fyllighet. Ingen olja är bara bra eller dålig - det handlar om mängd, kombination och användning.

Palmolja kan bidra med hårdhet och stabilitet, medan palmkärnolja beter sig mer som kokosolja med rengöring och lödder. Linfröolja ger en mjuk, egen karaktär men är rik på fleromättade fettsyror; använd färsk olja, välj en genomtänkt andel och förvara den svalt och mörkt.

Varje olja har ett eget förtvålningstal. Det beskriver hur mycket alkali som behövs för att reagera med just den oljan. Därför ska du aldrig byta en olja i ett recept utan att räkna om det i en aktuell lutkalkylator.

Överfettning betyder att man avsiktligt använder lite mindre alkali än den teoretiska mängden. För hård hudtvål kan 5 procent vara en genomtänkt startpunkt. Det betyder inte att en viss olja garanterat hamnar oförtvålad; det är en beräkningsmarginal i hela blandningen.

## 5. Din första hårda tvål - steg för steg

1. Välj ett enkelt, väl dokumenterat recept med högst tre oljor. Skriv in oljornas procent i en lutkalkylator och välj total oljemängd. Ange NaOH, råvarornas faktiska renhet och 5 procent överfettning. Kontrollera resultatet en extra gång.
2. Väg oljorna. Smält fasta fetter varsamt och tillsätt flytande oljor. Väg destillerat vatten och NaOH separat. Blanda sedan NaOH i vattnet långsamt under omrörning.
3. När oljor och lutlösning båda är under 40 °C och ligger nära varandra i temperatur, håll lutlösningen genom sil i oljorna. Detta är ett praktiskt riktvärde, inte en ersättning för receptets egen temperaturplan. Vid honung, öl eller tjära: arbeta svalare och extra lugnt, eftersom sådana tillsatser kan driva upp värme och få smeten att tjockna snabbt. Stavmixa i korta intervaller tills tunn spårning: en strimma från mixern syns kort på ytan.
4. Håll smeten i formen. Skaka eller banka försiktigt formen så att större luftfickor släpper. Skriv datum, recept, temperaturer och alla avvikelser i ditt batchprotokoll.
5. Låt tvålen stå ostört. Skär när den är stabil. Låt sedan bitarna mogna luftigt minst 4-6 veckor. Mognad gör i regel tvålen hårdare och mer behaglig att använda.

## 6. Tre metoder för hård tvål

Kallrörd tvål, CP: den mest formbara metoden. Du arbetar till tunn spårning, håller i form och låter tvålen mogna minst 4-6 veckor. Den passar när du vill lära känna ett recept och arbeta med en lugn smet.

Varmrörd tvål, HP: smeten värms försiktigt efter spårning. Resultatet blir ofta mer rustikt och kan användas tidigare, men torktid är fortfarande värdefull.

CPOP: en kallrörd tvål som får kontrollerad ugnsvärme. Peter Öbergs lugna variant är cirka 65 °C i ungefär två timmar, därefter stängs ugnen av och formen står kvar över natten på eftervärmen. Det är inte en universell regel: form, recept, mängd och tillsatser kan utveckla värme olika. Även CPOP-tvål behöver torka och mogna.

## 7. Lär dig av varje sats

Använd ett batchprotokoll. Skriv datum, oljor i gram och procent, lutens renhet, vattenmängd, överfettning, temperaturer, tillsatser, form, tid för urformning och hur tvålen känns efter mognad.

Ändra bara en sak i taget. Då kan du förstå om skillnaden beror på oljan, temperaturen, vattenmängden, formen eller arbetssättet. Det är så hantverket blir ditt eget.

När du är trygg med en enkel sats kan du gå vidare till färg, leror, salt, öl, varmrörd tvål eller CPOP. Låt nyfikenheten komma efter säkerheten och beräkningen - då blir resan både roligare och säkrare.

## 8. Två egna procentformler

Peters lyxiga medelhavstvål: 50 % olivolja, 15 % kokosolja, 15 % palmkärnolja, 15 % sheasmör och 5 % ricinolja. Jag upplever den som fyllig och krämig med ett stadigt, lugnt lödder. Det är en personlig formel inspirerad av Medelhavets tvåltraditioner, inte ett påstående om att vara en traditionell Marseille-tvål.

Peters vintertvål: 35 % linfröolja, 20 % sheasmör, 15 % kokosolja, 15 % palmkärnolja, 10 % olivolja och 5 % ricinolja. Linfröoljan ger en mer särpräglad, mindre lödderdriven och krämig karaktär. Gör små, väl dokumenterade satser och kontrollera att råvaran är färsk.

Viktig avgränsning: Formlerna anges enbart i procent. Beräkna alltid NaOH, vätska och verklig lutrenhet i en aktuell lutkalkylator för just den oljemängd du ska använda. Använd aldrig en äldre skärmbild eller en annan persons gramvärden utan en ny kontroll.

Underlag och vidare läsning: Peter Öberg, Presentation tvåltillverkning på kurs; Bramble Berry Lye Calculator; Läkemedelsverkets vägledning om kosmetika. Läsdatum 2026-08-04.