



# Couleurs et teintures végétales

Sophie Gesbert

---

**EN LIBRAIRIE LE 11 MAI 2022**

**Réalisez vos propres couleurs et teintures**

## Pourquoi se tourner vers la teinture végétale ?

C'est un moyen de dire non à la fast fashion et à la consommation de masse. En effet, il n'y a pas besoin d'acheter quoi que ce soit, il s'agit seulement de transformer l'existant à l'aide de ce que la nature a à nous offrir et d'un peu de récupération.

C'est une excellente manière d'ouvrir les yeux sur notre monde, de voir que tout ce dont nous avons besoin est autour de nous, dans la nature. Il suffit de quelques ingrédients et d'un peu de temps pour voir apparaître sous vos yeux des pièces et des couleurs uniques.

Dans la nature, des centaines de sources de couleur s'offrent à vous : feuilles, fruits, racines, fleurs, écorces, baies... Les déchets alimentaires ou métal rouillé seront aussi des alliés précieux pour créer vos couleurs. Ajoutez à cela de l'eau, du temps ainsi que quelques morceaux d'étoffes et vous aurez tous les éléments nécessaires pour laisser parler (ou développer !) votre créativité.

## Le livre

Découvrez dans cet ouvrage **richement illustré** l'histoire de la teinture puis tous les principes pour réussir votre teinture végétale sans produits chimiques :

- **Une partie théorique** : sur l'histoire de la teinture, le choix des tissus, les colorants et les différentes techniques...
- **Une partie pratique** avec **15 projets** pour expérimenter avec des explications illustrées étape par étape.

**Prix**  
24,95 €

---

**Format**

160 pages  
190 x 260 mm  
Broché cousu à rabats

**ISBN**

9782383380719

---

**L'autrice**

Rennaise de 36 ans, **Sophie Gesbert** est graphiste/DA freelance depuis une quinzaine d'années sous le nom de **La riveraine**.

En 2017, elle co-fonde un studio créatif autour du design et de l'architecture, **Le 25/30**, au sein duquel est notamment créé la marque

**Les Terreauristes**, gang végétal décidé à remettre du vert en ville.

C'est sur son compte Instagram, **L'irrégulière**, qu'elle partage son goût pour le fait-main, le végétal et la teinture.

---

**CONTACT PRESSE**  
Charlotte COUTURE  
01.43.92.39.03  
[presse@laplage.fr](mailto:presse@laplage.fr)

# Couleurs et teintures végétales

## Sophie Gesbert

### cueillette



En campagne, en forêt, au jardin, dans la cuisine ou au marché, les occasions de récolter, cueillir et récupérer sont nombreuses, à condition de savoir les saisir et de maîtriser quelques informations essentielles.

Les plantes tinctoriales référencées par les artisans teinturiers et, pour certaines, connues depuis des siècles, garantissent un nuancier complet, une certaine solidité dans le temps et une stabilité colorimétrique. L'objectif de ce livre est de favoriser la rencontre personnelle avec votre environnement : explorez autour de vous, ouvrez l'œil, essayez, échouez et recommencez.

#### RESPECT DE LA NATURE

Dame Nature fait beaucoup pour nous, essayons de lui rendre la pareille. La récolte doit se faire avec intelligence, aussi voici mes quelques conseils :

- Ramassez uniquement les quantités nécessaires.
- Regardez au sol pour cueillir des végétaux tombés (glands, noisettes, feuilles...) ou des branches sèches plutôt que de les récupérer directement sur les arbres.
- Préférez la coupe aux ciseaux ou au sécateur à l'arrachage. Cela fragilisera moins le végétal.

Reportez-vous à la partie nuancier (voir page 71) pour savoir quelles couleurs produisent les végétaux.

- Évitez de déterrer les racines ou les bulbes pour ne pas amoindrir la présence des végétaux sur le lieu de récolte.
- Respectez les habitats et la vie des insectes.
- Renseignez-vous sur les cycles et les saisons des végétaux, ça peut être un plus.
- Assurez-vous d'être dans le domaine public. Pour les forêts domaniales, récoltez les jours autorisés (par exemple, dans une forêt proche de chez moi, la récolte de champignons est interdite le mardi et jeudi). Pour les forêts privées, demandez l'autorisation au propriétaire.



### préparation des végétaux



#### QUANTITÉ

C'est le poids de notre tissu séché (appelé aussi PDF : poids des fibres) qui détermine la quantité de matière première nécessaire. Une base minimum de 1 pour 1 est généralement appliquée, c'est à dire 100 g de végétaux pour 100 g de tissu. Pour les fibres végétales qui sont moins réceptives à la teinte, on double le ratio : 2 pour 1. Ensuite, on peut jouer avec la quantité pour une teinte plus claire ou plus foncée. Il faut prendre en compte, le fait que les végétaux séchés sont aussi plus concentrés.



#### Feuilles

**matière :** fraîche ou séchée  
**traitement :** découpe fine ou sécateur  
**avant le bain :** pré-tempage conseillé de 24 heures  
**bain :** 1 heure à feu moyen  
**quantité :** 200 % du PDF

#### DÉCOUPE

C'est la première étape qui permet d'extraire le principe colorant, et pour cela il faut découper, ou broyer les végétaux. Le principe est toujours le même pour l'ensemble des ingrédients et ceci dans le but d'extraire plus rapidement la couleur. Cela permet aussi de gagner de la place pour la cuisson.



#### Écorce, branches, racines, noix, excroissances

**matière :** fraîche ou séchée  
**traitement :** découpe ou taille fine pour les écorces, les racines (à bien nettoyer) et les branches ou sécateur, broyage pour les noix et les excroissances au marteau ou au pilon  
**avant le bain :** macération de 2 à 7 jours ou plus (recouvrir d'eau bouillante et laisser tremper)  
**bain :** 1 h 30 à feu moyen  
**quantité :** 200 % du PDF

#### PRÉPARATION

Les indications qui suivent sont une base pour réussir son bain de teinture, mais sentez-vous libre également d'expérimenter en optant pour des macérations plus longues, à froid ou à chaud, ou encore en plein soleil par exemple. Faites vos propres échantillons. Les saisons, les biotopes, le pH... Tous ces éléments influent sur le résultat.



#### Fleurs

**matière :** fraîche, séchée ou congelée  
**traitement :** découpe des pétales  
**avant le bain :** pré-tempage conseillé  
**bain :** 1 heure à feu moyen  
**quantité :** 100 % du PDF



#### Épluchures, café et thé

**matière :** déchets, poudre ou fraîche  
**traitement :** découpe pour les feuilles de chou et la peau de grenade ; tel quel pour le café et le thé ; pas de découpe pour les pelures d'oignon et les peaux d'avocat  
**avant le bain :** pas nécessaire  
**bain :** 1 heure à feu moyen  
**quantité :** 100 % du PDF



#### Baies

**matière :** fraîche, séchée ou congelée  
**traitement :** broyage avec un marteau, un pilon ou un presse-purée dans le récipient du bain  
**avant le bain :** pas d'étape préalable nécessaire  
**bain :** 1 heure à feu moyen  
**quantité :** 100 % du PDF

#### À SAVOIR

Lorsque l'on opte pour la cueillette, la quantité de végétaux dépend aussi des ressources disponibles, de l'espace de stockage et de la taille des récipients de chauffe. Ces paramètres sont à prendre en compte, car les végétaux sont plus encombrants que les pigments en poudre, cependant la démarche reste pédagogique et gratifiante. Il est possible de réutiliser l'eau de pré-trempage des végétaux pour le bain de teinture.

# Couleurs et teintures végétales

## Sophie Gesbert



94 Série de luminaires à l'oignon



### SÉRIE DE LUMINAIRES À L'OIGNON

Un projet à la réalisation enfantine, mais qui n'en est pas moins élégant et dans l'air du temps. Les recycleries croulent sous les abat-jour ; choisissez-les assez hauts et larges pour un effet majestueux. Préférez des formes droites pour un joli tombé du tissu.

- 3 carcasses d'abat-jour
- Tissu correspondant à la taille des abat-jour
- 150 g de pelures d'oignon jaune
- 6 l d'eau
- Colle textile & pincés à linge
- Aligulle & fil
- Mètre ruban



drap, rideau,  
tissu de l'abat-jour



50 h



1 h



Intermédiaire

#### Quelle taille pour mon tissu ?

Mesurer le tour de l'abat-jour avec un mètre ruban et ajouter 4 cm pour les marges de couture.

Mesurer la hauteur de l'abat-jour, ajouter 2 cm en haut et la même chose en bas pour que le tissu tombe joliment.

#### Couture avant teinture ?

Dans ce projet, la couture se fait avant la teinture, de manière à obtenir une teinture homogène sur tout le contour.

Merci de noter que la couverture et les copyrights suivants doivent être associés aux extraits

Extraits de *Couleurs et teintures végétales*, aux éditions La Plage

©Sophie Gesbert

**CONTACT PRESSE**

Charlotte COUTURE

01.43.92.39.03

[presse@laplage.fr](mailto:presse@laplage.fr)

# Couleurs et teintures végétales

## Sophie Gesbert

128 Chemise brume de romarin



### CHEMISE BRUME DE ROMARIN

Voilà un projet avec une variation de techniques sur un même vêtement. Apprivoisez la teinture qui se diffuse : prolongez-la ou capturez-la, emprisonnez-la ou laissez-la filer... Choisissez l'orientation de ce projet, avec plus ou moins de réserves, plus ou moins de bains et créez une chemise qui vous ressemble.

- Chemise en soie de préférence
- Bain de mordantage (voir page 35)
- 300 g de romarin
- 2 l d'eau
- Soupe de clous (voir page 53)
- Élastiques
- Pincés & éléments en bois
- Gants de protection



chemise  
en soie ou en coton



24 h



15 min



difficile

#### Teinture à froid ?

Un mordantage au thé vert, une chemise en soie et un double bain au fer, autant de paramètres qui assurent un minimum de solidité, même sans chauffer les différents bains. Une bonne manière d'économiser de l'énergie !

132 Guirlande des cieux étoilés



### GUIRLANDE DES CIEUX ÉTOILÉS

Un projet inspiré par les drapeaux de prière tibétains pour expérimenter la teinture sous toutes ses formes. C'est le moment de jouer au chimiste. Amusez-vous !

- 15 morceaux de tissu de 15 x 25 cm
- 300 g de chou rouge + 2 l d'eau
- Soupe de clous (voir page 53)
- Jus de citron
- Clous rouillés
- Machine à coudre ou aiguille & fil
- Épingle à nourrice
- Cordon & perles en bois



drap, rideau,  
torchon



24 h



1 h



facile

#### Un peu de magie !

C'est au Tibet que ces rectangles de tissu colorés et imprimés de prières sont suspendus au sommet des montagnes, près de l'Himalaya. On dit que le vent caresse les paroles sacrées pour les transmettre à leur destinataire. Et vous, quel message souhaitez-vous envoyer à l'univers ?

#### Astuces

Pour un effet brut, vous pouvez déchirer les morceaux de tissu.  
Pour un rendu plus net, réalisez un ourlet de 0,5 cm au point droit sur les contours.