

Pasta de dinti cu argila



TIMP PREGĂTIRE

—

TIMP GĂTIRE

—

PORȚII

—

CALORII

—

● Ingrediente

Ingrediente indisponibile momentan.

● Mod de preparare

01 Pasul 1

Pana si pe vremea "ignorantei" mele, nu suportam pastele alea de dinti, mega cunoscute si mentolate (*tare ma pisca limba*), dar nici nu ma uitam ce contin.

Asa ca de voie de nevoie, m-am apucat sa combin elemente pentru a-mi face... ceva ce sa imi curete dintii, sa nu aiba chimicale, sa miroasa bine si sa nu ma piste pe limba:)))

Am tot incercat (*ca si cu deodorantul*) fel si fel de combinatii; e greu sa gasesti un mix bun, insa cu reteta asta ma impac bine, bine.

Pentru 100 ml. de **pasta de dinti cu argila**, ai nevoie de:

- 2 linguri [bicarbonat de sodiu](#)
- 2 linguri [argila verde](#)
- 2 linguri [glicerina](#)
- 1 lingura [ulei cocos](#)
- 1 varf de lingurita tensida cocos (*optional, pentru spuma*)
- 1 lingurita stevie (*optional, indulcitor natural*)
- 2 picaturi [ulei esential Menta piperata](#) (*aroma fresh*)
- 2 picaturi [ulei esential Cuisoare](#) (*fortifiant*)
- 2 picaturi [ulei esential Lavanda](#) (*calmant*)

Intr-un vas de sticla (*poate fi recipientul in care pastrezi pasta de dinti*) amesteci intai bicarbonatul cu argila (*cu o lingura din lemn*), apoi adaugi, treptat, restul ingredientelor, amesteci bine, bine si asta-i tot!

***Bonus:** pentru inceput poti face pasta de dinti doar din: [bicarbonat](#) , [ulei de cocos](#), [sare de mare](#) si [uleiuri esentiale](#); se face repede, cam ai ingredientele acasa (*sa faci o cantitate mai mica, din cantitati egale*); apoi, vezi cum iti prieste si treci la nivelul urmator! :)