

Anleitung für DIY-Zahnpasta

Das brauchen Sie

- 2 EL Kokosöl
- 1 EL Natron
- 15 Tropfen Pfefferminzöl
- 5 Tropfen Teebaumöl

optional:

- 1 TL Xylitol
- Eine Prise Kurkuma



Und so geht's

1. Kokosöl und Natron in einem kleinen Gefäß zu einer homogenen Masse vermischen.
2. Ätherisches Öl unterrühren.
3. Diese Basis-Mischung können Sie nach Ihren persönlichen Vorlieben variieren: Xylitol ist ein natürliches Süßungsmittel, das aus dem Holz der Birke gewonnen wird. Der Birkenzucker soll einen karieshemmenden Effekt haben. Kurkuma kann als natürlicher Aufheller wirken. (Unbedingt beachten: Mund nach dem Putzen gut ausspülen, sonst können gelbe Verfärbungen auf dem Handtuch zurückbleiben.)

Da die selbst gemachte Zahnpasta keine Tenside enthält, schäumt sie nicht. Das fühlt sich anfangs komisch an, man gewöhnt sich jedoch sehr schnell an das neue Gefühl beim Putzen.