

Nina Muigg Leuchtkraft TV Gold Naturkosmetik

Zahncreme mit Zitrone & Salbei



Grundausrüstung

- 1 kleiner Kochtopf
- 1 kleine Schüssel
- 2 kleine Löffel
- 1 großer Löffel
- 1 kleines Marmeladenglas oder 1 Cremetiegel
(ca. 100 - 150 ml)
- 1 Etikette
- Stift

Zutaten

- 5 gehäufte EL Bio Kokosöl
- 2 TL Natron
- 1/2 TL Zahnweiß (falls erwünscht)
- 4 TL Schlammkreide
- 2 TL Grüne Mineralerde
- 3 Tropfen Ätherisches Zitronen-Öl Bio
- 2 Tropfen Ätherisches Salbei-Öl Bio

Nina Muigg Leuchtkraft TV Gold Naturkosmetik

Zahncreme mit Zitrone & Salbei

Herstellung

Schritt 1

Das Bio Kokosöl in einen kleinen Topf geben und auf der Herdplatte schmelzen lassen.

Schritt 2

Das Natron, Zahnweiß (falls erwünscht), die Schlämmkreide und grüne Mineralerde in eine kleine Schüssel geben und das Kokosöl dazu gießen. Alle Zutaten gut vermischen, bis die Masse möglichst glatt ist.

Schritt 3

Das ätherische Zitronen- und Salbei-Öl dazu geben und gut durchrühren.

Schritt 4

Das Glas oder den Cremetiegel beschriften und die Mischung hinein gießen. Die Zahncreme wird wegen dem Kokosöl je nach Temperatur etwas fester (Winter) oder flüssiger (Sommer).

Info & Tipps

Falls Du kein Zahnweiß verwenden möchtest, kannst Du es einfach weglassen.

Du kannst statt den ätherischen Ölen Zitrone und Salbei auch ein Öl Deiner Wahl verwenden. Wie wäre es z.B. mit Pfefferminze? Das Rezept soll als Inspiration dienen.

Du kannst jedes der Rezepte auf Dich abstimmen. :)

**Viel Freude beim Herstellen und
alles Liebe, Nina Muigg**