

Fabrication de dentifrice

Il n'y a pas de recette universelle, chaque préparation doit être faite selon les besoins et les goûts de l'utilisateur.

Il existe de nombreux ingrédients adaptés à vos envies :

- Les antibactériens (donne aussi le goût) : jus de citron, huile essentielle de clou de girofle, de tea tree, de menthe poivrée, de thym, de citron ou de sauge.
- Les décapants : l'argile protège l'émail des dents et a des vertus antibactériennes ou le bicarbonate de soude blanchissant et régulateur de pH (à utiliser avec modération)
- Des copeaux ou de la poudre de savon de Marseille naturel pour servir d'agent moussant, ce n'est pas obligatoire mais cependant très apprécié par habitude.
- Le sel de mer fin non raffiné est utile pour cicatrifier les gencives et minéraliser les dents.
- L'huile de coco est un très bon antibactérien et blanchissant.
- Le charbon végétal actif est reconnu pour ses vertus blanchissantes.
- Etc.

Pour commencer, voici 3 recettes très simples à réaliser :

1° recette : parfaite en tant qu'anti-inflammatoire, antiseptique et pour une haleine fraîche.

Ingrédients :

2 CS d'argile verte réduite en poudre
1 CS de bicarbonate de soude
2 clous de girofle
1 verre d'eau
2 gouttes d'huile essentielle de menthe

Préparation :

Mélanger l'argile réduite en poudre avec le bicarbonate de soude.
Réduire en poudre les clous de girofle et les incorporer au mélange.
Ajouter petit à petit l'eau jusqu'à obtenir une pâte lisse.
Terminer en ajoutant les 2 gouttes d'huile essentielle.

2° recette : nettoyant et rafraichissant, il est quand même peu conseillé aux dents sensibles.

Ingrédients :

2 CS d'huile de coco

2 CS d'argile verte ou blanche en poudre

3 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée

1 goutte d'huile essentielle de tea tree

Préparation :

Faire fondre l'huile de coco.

Ajouter petit à petit l'argile à l'huile de coco avec une cuillère en bois.

Terminer en ajoutant les huiles essentielles.

Attention, le métal détériore les propriétés de l'argile.

3° recette : pour les inconditionnels du facile, rapide, mais qui mousse.

Ingrédients :

15 g de savon de Marseille réduit en miettes

De l'eau

2 gouttes d'huile essentielle de votre choix
(menthe poivrée par exemple)

Préparation :

Faire des miettes, les plus fines possible, avec le savon de Marseille (si ce n'est pas fait)

Ajouter de l'eau chaude et laisser le savon se dissoudre

Laisser reposer 1h, adapter la texture en fonction des envies.

Terminer en ajoutant l'huile essentielle.