



Dentifricio Naturale con Olio di Cocco e Curcuma

Per essere completamente sicuri della qualità dei prodotti utilizzati è sempre meglio preparare tutto con le proprie mani e con ingredienti naturali, come nel caso del *dentifricio all'olio di cocco* che vi propongo qui. Molti dei dentifrici in commercio, in particolari le marche più vendute, contengono componenti chimiche e dannose per la nostra salute, sostanze che possono risultare irritanti e cancerogene. Inoltre, la maggior parte di essi sono [inquinanti](#) per l'ambiente e, infatti, non sono biodegradabili.

Per questo, io preferisco acquistare sempre dentifrici 100% naturali o, ancora di più, amo farli in casa. *La preparazione del dentifricio che vi propongo oggi è semplice, veloce,*

economica e a base di olio cocco, che è un ingredienti davvero efficace per la nostra igiene e salute orale: ha proprietà sbiancanti, antinfiammatorie, antibatteriche ed ha un sapore delicato, in grado di lasciare una piacevole sensazione di freschezza e pulizia. Tra gli altri ingredienti selezionati, inoltre, ho utilizzato la curcuma, che ha proprietà sbiancanti e antibatteriche.

Con piccolissimi gesti, possiamo ottenere un prodotto naturale, un mondo più pulito e un sorriso più bello!

Dentifricio all'Olio di Cocco e Curcuma

Ingredienti

- 3 cucchiaini di Olio di Cocco fuso
- 3 cucchiaini di Curcuma
- 10-15 gocce di Olio essenziale (quello che preferisci)

Procedimento

1. Unisci tutti gli ingredienti in una ciotola e mescola bene, fino ad ottenere un composto omogeneo e cremoso, poi trasferiscilo nel contenitore in cui preferisci conservarlo e sarà pronto per l'utilizzo.

Consigli

- Modifica le dosi in base alla quantità che desideri ottenere
- Puoi aggiungere 5 g di stevia in polvere per ottenere un sapore più dolce.

- Non ingerite il dentifricio, perchè dopo aver lavato i denti avrà captato tossine e batteri

Potrebbe interessati:

[Oil pulling](#)