

# Zahnpasta

1 TL Natron Pulver

1 TL feine Heilerde

1 TL Birkenzucker

1 Prise Natursalz

1-3 TL Speiseeöl oder 1-3 TL

Hydrolat ( z.B.

Pfefferminzwasser)

optional wenige Tropfen

ätherisches Öl oder einige EL

getrocknete Kräuter

Zubereitung: Zutaten gut  
vermischen und in Gläschen  
füllen, fertig!