

Instrucțiuni

Ritual detox



realizat de
Georgiana Datcu

Ingrediente:



1/2 cană de argilă(alege între argilă verde, bentonită sau argilă albă, în funcție de tipul tău de piele)



1 cană de sare Epsom



1/4 cană de bicarbonat de sodiu



1/2 cană de oțet de mere



1 cană (pentru măsurare)



Un bol (pentru amestec)

Etape preparare :

- 1 În bol, adaugă argila, sarea Epsom și bicarbonatul de sodiu. Amestecă bine ingredientele uscate folosind o lingură sau o spatulă.
- 2 Adaugă oțetul de mere
- 3 Amestecă bine apa din cadă pentru a se dizolva complet ingredientele.

