



# Lněná mouka

Lněná mouka je skvělá k mytí vlasů. Nevysušuje a díky mazlavosti se s ní příjemně myje. Můžete ji zkombinovat s žitnou moukou nebo k ní přidat ajurvédské bylinky. Tento produkt najdete [ZDE](#).

## *K přípravě budete potřebovat:*

- 2 – 3 PL (cca 30 – 40 g) lněné mouky,
- teplou vodu z vodovodu (cca 50 °C).

## Postup

1. Smíchejte 2 – 3 PL lněné mouky s teplou vodou tak, aby vám vznikla spíše tekutější kaše. Doporučujeme rozmixovat tyčovým mixérem pro lepší konzistenci bez hrudek.
2. Naneste na mokrou pokožku hlavy i na vlasy. Pokožku promasírujte a vlasy promněte. Směs na vlasech příjemně klouže a bobtná.
3. Spláchněte a opakujte, poté směs důkladně vypláchněte z vlasů. Velmi důležité je vlasy opláchnout ještě ve sprše, vyčesat zbytky mouky a poté znovu opláchnout. Tímto způsobem se krásně zbavíte i těch posledních miniaturních zrněk mouky, které ve vlasech rády zůstávají.

## Použití

Jedná se o tzv. mycí kašičku, která dokáže vlasy umýt a opečovat v jednom kroku.

## INCI

Lněná mouka