

Pasta de dinti cu carbune activ, pentru albire



TIMP PREGĂTIRE

—

TIMP GĂTIRE

—

PORȚII

—

CALORII

—

● Ingrediente

Ingrediente indisponibile momentan.

● Mod de preparare

01 Pasul 1

Ma impac foarte bine cu [pasta de dinti cu argila](#), (*simt dintii sper curati dupa spalare si lasa o aroma fresh*); insa de 2-3 ori pe saptamana alegeam sa fac un masaj sau gargara, astfel: puneam in spatele limbii pasta de dinti, apoi desfaceam o capsula de carbune activ si puneam continutul pe varful limbii si minim 15 minute plimbam toata compozitia prin cavitatea bucala, apoi ma spalam bine-bine cu periuta de dinti.

Dupa aproximativ o luna, am vazut rezultate super bune (*saptamanal fac si oil pulling, si asta ajuta*); insa am ramas fara capsule vegetale de carbune activ:))).

Asa m-am decis sa fac, ca un fel de tratament, o pasta de dinti in care am incorporat direct carbunele, astfel incat sa "ma misc mai repede".

Indicat este sa nu o inlocuiesi cu pasta de dinti, ci sa alternezi: eu fac o data aceasta pasta de dinti (*care imi ajunge aproximativ o 3 saptamani*), apoi revin pentru 2 ture la pasta "normala" de dinti; si tot asa.

De mentionat ca..se face totul negru in jurul tau, daca nu ai grija la prepararea si folosirea corespunzatoare a **Pastei de dinti, tip tratament de albire, cu carbune activ. :))))**

Pentru 50 ml. de **Pasta de dinti cu carbune activ, pentru albire**, ai nevoie de:

- 1 lingurita [carbune activ](#)
- 1 lingura apa distilata (*daca nu ai, poti folosi apa clocotita si racita*)
- 3 linguri [bicarbonat de sodiu](#)
- 2 linguri [glicerina vegetala](#)
- 5-10 picaturi Dulce de stevia (*optional, pentru gust dulce*)
- 3 picaturi [ulei esential Menta piperata](#)
- 1 varf tensida de cocos (*optional, pentru spuma*)

Intr-un recipient (*preferabil ca nimic sa nu fie de metal*), se adauga bicarbonatul, tensida si carbunele, se amesteca bine, apoi se adauga si restul ingredientelor si se amesteca iar, pana obtii o pasta omogena si asta-i tot!

Ai o pasta de dinti naturala, rapida, facuta in casa, care va protejeaza si albeste dintii!

***Bonus:** vara, in loc de apa distilata, pune [ulei de cocos](#), are mai multe [proprietati grozave](#). ^ _ ^

