

Êàíàèè, òóáíàÿ ñ íâùàè

1 êà êàíàèè, 3 ñò. êíæèè íóèè, 4 éóéíàèöü, 4 ñòðó÷èà ñèààéíàí áíèààðñéíàí íàðöà èèè íàðöà ñàíñ, 5 ñò. êíæèè ðàñðèèðäèüííàí àñèà, 5 ñèèáíðíà, 3-4 ñòàèèà àóèüíà ààñè ñ èàòóíáóñè, 4 çóáèà ÷àñíèè, ñèíòóé òíààðàñè è ñèüí àèóñó.

Ñèààèèè íàðöà èèè ñàíñ, í÷èñòèèü íò ñàíÿí, ñèèñíóòü è íàðçàðü íááíèøèèè ñèèñèàè èèè èààðàèèèè. Í÷èüáííé éóé íàðçàðü òíéíé ñèèñèé, áüèíèèè à ñèíáíðíáó ñ 2 ñò. êíæèèè ðàçíàððíàí ðàñðèèðäèüííàí àñèà è, ñèèèèèè, íáæàðèèü àí çíèíèèñíàí íòðáíèà. Çàðàí áíààèèè íàðöà è, òðíèèèèè ñèèèèèè, òóøèèè àà 5-10 ìèíóð. ñèèáíðü íèóíóòü íà 1 ìèíóð á èèíÿíè, áüíóòü, ñèèñòèèü à òíèíáíóð áíáó è í÷èñòèèü íò êíæèèè, à ñèèíèèè ááç ñàíÿí íàðçàðü áíèèèè è áíààèèè à ñèíáíðíáó ñ éóéí è íàðöàí. ñèèà ÿòíà íâèè çàèèè àóèüííà ààñè è áíààñèè àí èèíáíèÿ. Óàí áðáíáí í÷èüáííóð, áüíððíáííóð è áüíòóð èàíàèó íàðçàðü íà ñèèèííü éóñí÷èè, íáààèèè à ñèè è íòñòàèèè íà 15 ìèíóð. Çàðàí ñèüí ñèèèè òíèíáíé áíáíé, ðüáó ñèèð÷èè, íáààèèè à íóèà è áüíððí íáæàðèèü ñ íáèè ñòðí à ñòààèèèè ðàñðèèðäèüííàí àñèà.

×àñíèè í÷èñòèèü, èçíèè÷èè è ðàñðèèðäèè ñ ñèüí. Æèðáíóð èàíàèó ñèèèèè à áóèüí ñ íâèèèè, áíààèèè ÷àñíèè ñ ñèüí è òóøèèè ðüáó àí áíèèèèèè. ñèèèèè ñ íòààðíüí ðèñí.

leit

Ýà ñòàòüÿ ðàñíèèèèèà íà

Fushigi Nippon - Çàààáí÷íàÿ Ñííèèÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=119>