

Ēīññü, æaðáíúé â êëÿðá

350-400 ā òèèā ēīññÿ, 1 ēīðáíú ñāēüāāðāÿ, 2 ñòðó÷èà çāēáííāí áíēāāðñēíāí íāðòà èèè ñāíñ, 2 ñòðó÷èà ēðāñííāí áíēāāðñēíāí íāðòà, 1 ýéóí, 1/2 ÷. ēīæèè ðāñðèðāēüííāí ìāñèà, 1/2 ÷. ēīæèè āíāú, 1/2 ñòàèàíà òíē÷áííāí ìèíāàëÿ, 1 ñòàèàí ííēíòúò ñóòāðáé, 1/2 ñòàèàíà íøáíē÷íé èèè éóéóðóçíé íóèè, ðāñðèðāēüííā ìāñēí äëÿ æaðáíúÿ, 1/4 èèííā äëÿ óéðàøáíēÿ, ííēíòúé òíāāðāñè è ñíēü íí áéóñó.

Óèèā ēīññÿ ááç ēíæè ðaçðáçàòü ìà 20 éóñí÷ēíā, ññüíàòü ñíēüþ è òíāāðāñè è íòēíæèòü. Ēíðáíú ñāēüāāðāÿ í÷èñòèòü è ðaçðáçàòü ìà òííèèā ííēíñèè æéíé 10 ñí. Çāēáíúé è ēðāñíúé íāðáó í÷èñòèòü íð ñāíÿí è íāðáçàòü ēíēā÷èàìè òíēüèíé 7—8 ìí. Béòà ñēāāèèā áçáèòü, ñíāàèíèòü ñ ðāñðèðāēüííā ìāñēí è áíāíé è òíðíøí íāðáíáøàòü. Óíē÷áíúé ìèíāàēü íāðáíáøàòü ñ ííēíòúè ñóòāðÿìè.

Éóñí÷èè ēīññÿ è ñāēüāāðāÿ íāāàëÿòü â íóèèā, íáíàéíóòü â ÿè÷íóþ ñíāñü, íāāàëÿòü â ñóòāðÿó ñ ìèíāàèè è ññòāàèòü ìà 10—15 ìèíóð. Íñèā ÿóíāí ðúáó è ñāēüāāðáé íáæàðèòü â ðaçíāðáòí ðāñðèðāēüííā ìāñèā áí çíēíòèñòí-ēíðè÷íāíé ēíðí÷èè. Ēíēā÷èè íāðòà íðñòí íáæàðèòü â ðāñðèðāēüííā ìāñèā.

Íà ñāðáèðíāí÷íā áéþāí èèè ñðòèííúā òàðáèí÷èè óéíæèòü éóñí÷èè ðúáú, ñāēüāāðāÿ è íāðòà, ññüíàòü èó ēðóííé ñíēüþ è ííēíòúè íāðòāí, óéðāñèòü èèííñ, íāðáçáííúè èèèíóèàìè, è ñíāàòü è ñòíéó ñ ñíāáüí ñíóññ è ðèññí.

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðāññíēíæáíà ìà

Fushigi Nippon - Çāāāāí÷íāÿ Ñííēÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=121>