

Íeãèðè-ñóøè ñ ãðeáàìè øeèòàèè

10 êðóííúø ñáãæèø ãðeáíá øeèòàèè, 1 ÷. è. áãç áãðøà ìðñéíé ñíèè ðííéíáí ìííèà, 1 íáííèüøíé ñòáááèü èóèà, ñíèü, 4 ñò. è. ðèñíáíáí óèñóñà, 200 ã çàðáíáá ìðeáíòíáèáííáí ðeñà ñóøè, 1 -2 íáí÷èùáííúø èèííá

1. Ñáãæèà ãðeáú øeèòàèè íáðáðáðòü áóíàæíúì ìíèíðáíóáì, ÷ðíáú óáàèèèü èìáðùòðñý ãðýçü (ãðeáú íá ìúòü!). Íñòðúì ííæñí óáàèèèü ííæèè ãðeáíá, çáãçáí÷éíé íáãðáçàðòü éíæèó øèýíèè, íá ìíáðáæáàý ìðè ýòí ìýéíðè ãðeáà. Çàíá÷ü èèè áúñòðí íáæàðèèü ãðeáú á ðá÷áíèá 1 -3 ìeíóð, ìíèà ìè íá ñòáíóð ìýæèèè è íá ìðeíáðáðòð ðáííúé ìòðáííè. Íñíúíàðòü ãðeáú ìðñéíé ñíèüð.

2. Áúíúòü èóé. Íòíðáàòü 2-3 ìáðúøeà è áeáíøèðíáàòü á èèíýùáé ìíáñeáííé áíá. Íeàðèèü øíeíáíé áíáíé. Íðáçàðòü íá 10 æeííúø ìíèííè.

3. Íðeáíòíáèèü ðáñòáíð ðáóó. Ñíí÷áííúè ðáñòáíðí ðóéàìè èçáíðíáèèü èç ðeñà ñóøè 10 øàðeéíá íeãèðè. Ñeáãeà ðáñíèðèèü èàæáúé øàðèè ñíeçó, à ñáãðó óááí÷àòü ááí øèýíéíé ãðeáà, ìíèà ÷ááí ìáðáæáàðòü ìáðúøèí èóèà.

4. Áúíúòü èèíí áíðý÷áé áíáíé, íáðáðáðòü è ìðáçàðòü áíèüèàìè. Ðàçéíæèèü íeãèðè ìí áeðáàì è óèðáñèèü áíèüèàìè èèííá. Íáðáá ìíáà÷áé è ñòíèó ñáðúçóóü èèíííúì ñíèíí.

leit

Ýà ñòàòüý ðáñííeíæeáíá íá

Fushigi Nippon - Çáãááí÷íáý Ñííèèý:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=149>