

Òàìàèè-ñóøè ñ ñàèàòñ, ãíâÿàèíé è íâùàìè

100 ã ìÿñà äëÿ àíððáèíðà (ãíâÿàèíà), 150 ã ìðèíàè, 2 ìñèíàùà èóéíàèòù, 2 ñò. è. ðàñðèððàèùííà ìàñèà, 1 ìàðíàÿ èíæèà ááèíàí ìàðòà, 2 èèñòà ìðè, 175 ã çàðàíáá ìðèáíðíàèáíííà ðèñà ñóøè, 1 ÷. è. ááç áàððà ìàñòù ààñàáè, 4 èèñòà ñàèàðà

1. Ìñèíàèòù ìÿñí à ìðíçèèéó è áàðæàòù òàì áí òàó ìð, ìñèà ìí ñèááèà íà ìíàìðçíàð. Ìðèíàè è èóé íàðçàòù ñíèíèéíé.

2. Áúíóòù ìÿñí èç ìðíçèèèè è ìðçàòù íà ì÷-òè ìðíçà-íúà èñòèèè. ðàñðèððàèùííà ìàñèí ìíàíðàòù íà ñèíáíðíàá è ìñàèðèòù á íàì ìÿñí.

3. Ñíàøàòù èñííáíóù äëÿ ñíóñà. Ìðèíàè è èóé òóøèòù àìàñòà ñ ñíóñí èç ìðèíàè. Ìðèíàèèòù àñà ááèùí ìàðòà è áàòù ñòà-ù ìñòàðèàì æèèíèè.

4. Èèñòùÿ ìðè ðàçðàçàòù ìíàðáè íà ááá ðàáíúà ÷àñòè. Íà èàæáóð ìñèíàèéó èèàñòù íàìííà ðèñà ñóøè, ñíàçúáàòù ààñàáè è ñáíðà-èáàòù á èóéá-áè àìàñòà ñ èèñòùÿìè ñàèàðà, ìÿñí è íâùàìè. Èíóù èèñòùáá ìðè ñèðáíèÿòù ñ ìíùùð ðàçààáèáíúò çàðíúøáè ðèñà.

Ìðèíà-áíèà. Ìÿñí äëÿ àíððáèíðà ìñèí çàìáíèòù è áðóáèè ñíðòàìè ìÿñà. Ìñíááíí àèóñíúí áèðáí áóááð, áñèè èñíèèçíààòù áðóáèè óòèè èèè èíàðøèè. Èó ñèááóáð àñíèèèèòù ñíàçàòù 1 ÷. è. èðàìà èç àðàðèñà.

leit

Ýòà ñòàòùÿ ðàñíèíàèáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí-íàÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ýòé ñòàòùè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=166>