

Áàèèàæàíú æàðáíúá βêèìàñó

4-5 íááíëüøèð áàèèàæàííá, 1/3 ñòàèàíà áóëüííà ààñè, 1 ÷. éíæèà ñíááííá ñíóñà, 1/2 ÷. éíæèè ìèðèí, 2-3 ñò. éíæèè èàòóíáóñè èèè 1-1 1/2 ñò. éíæèè òáððóííá èíáèðÿ.

Áúìúòúá áàèèàæàíú ñíéíæèòú íà ðáøáðèó áðèèÿ è, íáðèíáè÷áñèè íáðááíðà÷èáÿ, æàðèòú íà ñðááíáí íáíá á òá÷áíèá 10-15 ìèíóð, ñíèà éíæèòá íáíúáé íá ñííðùèðñÿ, à èçíóððè ííè íá ñòáíóð ìÿæèèè. Íñèá ÿóííá òóííí ííæí ñíÿòú éíæóðó, áàèèàæàíú ðàçðáçàòú ñíáðáè íà 2-3 ÷áñòè è áúéíæèòú íà òáðáèí÷èè. Á íááíëüøøð æéóáíéøð ñéíáíðíáó áèèòú áóëüíí ààñè, ñíááúé ñíóñ è ìèðèí, íáðáíáøàòú è áíááñòè íà ñðááíáí íáíá ñí÷òè áí èèíáíèÿ. Íéó÷áííúí ñíóñíí ñíèèòú áàèèàæàíú è ñíáàòú èð è ñòíéó, ñíñúíáà èàòóíáóñè èèè èíáèðáí.

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðàñííéíæáíà íà
Fushigi Nippon - Çàãááí÷íáÿ βíííèÿ:
<http://leit.ru>

URL ÿóíé ñòàòüè:
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=207>