

## Íòààðííúá áàíáóéíáúá ðíñðèè Òàéýííêí

500 ã éíñáððàèðíááííúó ðíñðèéíá áàíáóéà, 1/4 ñòàèàíà ðèñíáúó ìððóááé, 1 òíãàððàñè.

Áàíáóéíáúá ðíñðèè í÷èñðèèðü, ìðííúðü, ðàçðáçàðü ááððóøéó ïí àèàáííàèè, ìððáçàðü ïñííááíèà è ñáàèàðü íáãéóáíéèé ìðíáíéüíúé íááðáç. Íááíðíáèáííúá ðíñðèè áúéíáèèðü á äéóáíéøð ñéíáíðíáó, çàèèðü 4 ñòàèàíàèè òíéíáíé áíáú, áíáááèèðü ðèñíáúá ìððóáè è òíãàððàñè è áíááñðè áí èèíáíéý. Çàðáí òíáíúøèèðü ìèàìý è áàðèèðü íà íááíéüøíí íáíá á òá÷áíèà 45-50 ìèíóð, ìññèá ÷ááí ìðèààèèðü è ìñáàðü á èà÷áñðáá çàéóñèè è ìòààðííó ðèñó èèè ðúáá. Íòááéüíí ìñáàðü ñíááúé ñíóñ è ìáñðó áàñááè.

leit

**Ýòà ñòàòüý ðàñííéíáèíà ìà**  
Fushigi Nippon - Çáãááí÷íáý Ñííéý:  
<http://leit.ru>

**URL ýòíé ñòàòüè:**  
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=213>