

Ìááíáúá ääí øèè á ñèðííá Éàðèíòí

2 ñòàèàíà ìøáíè÷íé èèè áíáíáíé íóèè, 1 ñò. èíæèà íááà, 1/2 ñòàèàíà áíáú,
1 ýéóí, 1 ñò. èíæèà òáíííáí éóíæóòà, 1/4 ÷. èíæèè ñíèè, ðàñòèèòáèüííá ìàñéí
äèý æàðáíüý Äèý ñèðííá: 1 ñòàèáí ñàòàðà, 1/3 ñòàèàíà áíáú.

Éóíæóò íáæàðèèü, ìííøèèäèý, íà ñóóíé ñéíáíðíáá á òá÷áíèà 40-50 ñáèóíà è
íñòóàèèü. Á èàñòðþþ èèè ìèñéó ñíéíæèèü ì, ä è ñíèü, áèèèü òáíèóþ áíáó,
óíðíøí ðàçíáøàðü, ááèèü ýéóí è òùàòáèüíí ðàñòáðáòü áí íáííðíáííáí
ñíñòíýíèý. Íðííáýòü 1 3/4 ñòàèàíà íóèè ñ ñíáíé è, òùàòáèüíí ðàçíáøèèäèý,
íááíèüøèè ñðèèýíèè áááñòè á íááíáóþ ñíáñü. Çàòáí áíááàèèü éóíæóò è
áúíáñèèü òáñòí. Ñóíðííááòü èç íááí éíèèááñéó òíèüèííé 1 ñí, íàðáçàòü áá íà
éóíí÷èè äèèíé 3-4 ñí è ðàñèèàðáòü èàæáúé éóíí÷áè á èáíáøéó. Íéó÷áííá
èáíáøèè íááàèýòü á íóèá, áúéíæèèü ñí 4-5 øòóé á æéóáíéóþ ñéíáíðíáó ñ
óíðíøí íááðáòü ðàñòèèòáèüíí ìàñéí è íáæàðèèäèèü íà ñðááíáí íáíá á
òá÷áíèà 2-3 ìèíò. Áíòíáúá èáíáøèè áúéíæèèü íà áóíàæíóþ ñáèòáèèè, ÷òíáú
èçááàèèüñý ìò èèøíááí æèðà.

Íðèáíòíáèèü ñèðíí: á ìáèáíüéóþ èàñòðþþ ñíéíæèèü ñàòàð, çàèèèü ááí áíáíé,
ðàçíáøàðü è, ñíèíáý íáíó, íááðááàòü íà ñðááíáí íáíá, ñíèà ñàòàð ñíéííñòüþ
íà ðàñòáíðèèñý. Áíòíáúé ñèðíí ñéááèà íñòóàèèü, íéóíòü á íááí èáíáøèè è
áàòü èí óíðíøí ìðíèèòáèèñý.

Ííáááàòü ñ çáèáíüí ÷ááí èèè ñðíæáíüí.

leit

Ýòà ñòàòüý ðàñííéíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáý Ñííèèý:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=231>