

## Ìyńń, òóòáííá ñ íáíùàìè Íèèó-äçÿãà

200 ã æèðíé áíâyæíú èèè ñàèíèíú, 1 èóéíæèòà, 4 èàððíóáèèíú, 1 ìðéíáü,  
1 1/2 ñò. èíæèè áóèüííà ààøè, 1 ñò. èíæèè ìèðéí, 1 1/2 ñò. èíæèè ñàèý, 2 ñò.  
èíæèè ñíááíáí ñíóñà, 1 ÷. èíæèè ñàòàðà.

Ìyńń íàðçàçàòü òííèèè èííòèèèèè èðèðéíé 4-5 ñì. Íáæàðèòü ìyńń íà  
ðàñòèèòàèüíí ìàñèà, ìðàáààðèòàèüíí íááàèýà á íóéà. Èàððíóáèè ì÷èñòèòü,  
áüíüòü, ðàçðàçàòü íà 4-6 ÷àñòáé, ñèðóáèýý ííæí óáèü ñðàçíá, è ñíèíæèòü íà 5  
ìèíóò á áíáó. Í÷èùáíóð è áüíüòóð ìðèíáü ðàçðàçàòü ááíèü ìííèàì è  
íàðçàçàòü íà éóñí÷èè òíèùèíé íèíéí 7 ì. Á æéóáíéóð òíèñòíñòáííóð  
ñèíáíðíáó áèèòü ñíááúé ñíóñ, ñàèý è ìèðéí, áíááèèòü ñàòàð è, ìíáøèáàý,  
áíááñòè áí èèíáíèý. Çàòàì ñíèíæèòü òóáà ìyńń, ñííà àíááñòè áí èèíáíèý,  
áíááèèòü èàððíóáèè, èóé, ìðèíáü è áèèòü ñòíèùèí áíáü, ÷òíáü ííà ñíèíñòüð  
íèðüèè ìðíáóéòü. Íàèðüòü ñèíáíðíáó èðúøéíé òàé, ÷òíáü ííà èáæàèè ìðýí  
íà ìðíáóéòàð, ñííà àíááñòè áí èèíáíèý è, íà ìáøàý, áàðèòü íà ñèàáíí íáíá áí  
áíòíáíñòè èàððíóáèè. Áíòíáííó áèðáó ààòü íàñòíýòüñý á òà÷áíèà 15-20  
ìèíóò, áúñòðí ñíýòü èðúøéó, ðàçèíæèòü ìyńń ñ íáíùàìè á ìèàèèè è ñíáàòü è  
ñòíèó.

Íðèíá÷áíèà. Ýòí èóòáííá — íáí èç íàéáíèáá ìíóèýðíúò á Ñííèè  
áæááíáíúò áèðà.

leit äèý Fushigi Nippon - Çàáàáí÷íàý Ñííèèý // [Ñíííèàý èóóíý](#)

**Ýòà ñòàòüý ðàñíèíæáíà íà**  
Fushigi Nippon - Çàáàáí÷íàý Ñííèèý:  
<http://leit.ru>

**URL ýòíé ñòàòüè:**  
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=246>