

**Ñàèíèíà, òóóáíàÿ ñ òúèâíé**  
Áóòàíèéó òí èàáíòÿ-íí öóÿ íè

400-500 ã ìñòíé ñàèíèíù, 400 ã òúèâù, 1 ñò. èíæèà ðàñòèòàèüííáí ìàñèà, 2 1/2 ñòàèàíà áóèüííà ààøè, 2 ñò. èíæèè ñàòàðà, 2 ñò. èíæèè ñàèÿ, 3 ñò. èíæèè ñíááíáí ñíóñà, 1 ñò. èíæèè ìèðéí.

Ñàèíèíó íàðçàòòü èóáèèàìè, àúèíæèòü â äèóáíèóþ ñèíáíðíáó ñ ðàçíãðàòòü ðàñòèòàèüííù ìàñèí è, ìííàøèààÿ, æàðèòü, ííèà ìÿñí íà ñòàíàò èíðè÷íààòòü. Çàòàì ñèòòü ìàñèí, áíááàèòòü 2 ñòàèàíà áóèüííà ààøè è ñíèíàèíó ñàèÿ è ñàòàðà, ìèíòí çàèðòòü èðúøèíé è òóøèòòü â òà÷áíèà 45 ìèíóò.

Òúèèáó í÷èñòèòòü ìò èíæóðòü è ñáíÿí, íàðçàòòü èóáèèàìè, ñíèíæèòòü â èàñòðèþ, áíááàèòòü ñòààøèàñÿ áóèüíí ààøè, ñàèÿ è ñàòàð è òóøèòòü 5 ìèíóò. Çàòàì áíááàèòòü ñíááúé ñíóñ è òóøèòòü àà 10-15 ìèíóò, ñíèà òúèèà íà ñòàíàò ìÿæèé, íí íà ðàçáàðáííé. Ííèà ÿòíáí àèòòü ìèðéí è ñòóøèòòü íà ñèèüíí íáíá â òà÷áíèà 1 ìèíóò. Áíòíáíá ìÿñí àúèíæèòòü íà òàðáèí÷èè, ðÿáí ñíèíæèòòü ñíÿòóþ ñ íáíÿ òúèèáó è ñðàçó æá ñíààòü áèþáí è ñòíèó.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàãããí÷íàÿ Ñííèÿ // [Ñíííèàÿ èóóíÿ](#)

**Ýòà ñòàòòÿ ðàñíèíæèàíà íà**  
Fushigi Nippon - Çàãããí÷íàÿ Ñííèÿ:  
<http://leit.ru>

**URL ÿòíé ñòàòòè:**  
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=252>