

Ñàèíúà èìdèàòú, æàðáííúà àí òðèòþðà Òííèàöö

500 ã ññòíé ñàèíé ìyèìdè, 1/4 ñòàèàíà ìóèè, 1 yéoi, 1 ÷. èíæèà õíèíáíé àíàù, 3/4 ñòàèàíà ìíèìòúõ ñóðàðáé, 400-500 ã èèdàèñéé èèè ááèíè÷-áííé èàìóñòú, 1/4 ÷. èíæèè ìíèìòíáí ñàíñ, 1/4 ÷. èíæèè ñíèè, ðàñdèdàèüííà ìàñèí àèy òðèòþðà.

Ñàèíéíó íàðçàdòü èíìdèèàìè òíèüèíé 1-1,5 ñì è ñààèàdòü ìí èðàyì íàäðçù, ÷díaú ìðè íáæàðèàáíèè èðày íà ñàíðà÷-èààèèñü. Á ìèñí÷-éó íàñùíàdòü ìóéó, ñíèü è ñàíñ, è õíðíøí íàðáíàðòü. Á äðóãóþ ìèñéó ááèdòü yéoi è áçáèdòü ááí ñ 1 ÷. èíæéíé àíàù. Á òðàdòþ ìèñí÷-éó àñùíàdòü ìíèìòúá ñóðàðè. Èíòèèè ìyñà íáààèyòü á ìóéá, ñòðyóíóá èèøíþþ, ìðòí ìáíàéíóðü á yéoi, íáààèyòü á ñóðàðyõ, àùèíæèdòü ìí í÷-áðáàè á æéóáíéóþ òíèñòíñdàííóþ ñèíáíðíáó ñ áíèüøèí èíèè÷-àñdàí ðàçíàðdàí ìàñèà è æàðèdòü, íàñèíèüèí ðàç íàðáíàðà÷-èàày, àí çíèídèñòíé èíðí÷-èè. Áíðíáúà èìdèàòü àùèíæèdòü íà áóíàæíóþ ñàèòàðéó, ÷díaú èçáààèdòüñy ìò èèøíááí æèðà, è íàðçàdòü øèðíèèè ìíèíèàìè.

Òàí àðáíáíàì èàìóñòó ì÷-áíü ìàèèí íàøéíéíààdòü, àùèíæèdòü á ñèíáíðíáó, çàèèdòü èèyðèñí, çàèðúdòü èðúøéíé è ìñdààèdòü íà 5-10 ìèíóð. Áíðíáóþ òðóñòyóþ èàìóñòó àùèíæèdòü àíðèíé íà ìðòèíííúà dàðáèí÷-èè, ðyáñ ìíèíæèdòü èìdèàòü è ìíààdòü èóøáíúà è ñòíéó ñ ñíáàùì ñíóñí, yíííèíé àíð÷-èòáé è ìàñòíé ààñààè.

leit àèy Fushigi Nippon - Çàààáí÷-íày Ñííèy // [Ñíííèày èóóíy](#)

Ýdà ñòàdòüy ðàñíèíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàààáí÷-íày Ñííèy:
<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàdòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=255>