

## **Ñæüäãðáé, ðóøáíúé ñ ìÿñî** **Ñýíæèðè ìèöóéý**

3 êðóííúð ñòááéý ñæüäãðáý, 100 ã ìñòííáí ñàèííáí òèèá, 'À ÷. éíæèè èíæèðííáí ñíèà, 2 ÷. éíæèè ñàéý, 1 ñò. éíæèè ðàñðèðèðæüííáí ìàñèà, 2 ÷. éíæèè ñíááíáí ñíóñà, 1/2 ñò. éíæèè ñáàðèíáí êóíæòðà, 1 ÷. éíæèè ñàðàðà, 1/4 ÷. éíæèè ñíèè.

Ñòááèè ñæüäãðáý ìðííúðü, íáñóøèðü è íàðçàðü ìà íááíèüøèá èóñí÷èè. Ñàèííó ñíèííóðü, íàðçàðü ì÷áíú ðííèèè èíðèèèè è íàðçàðü èð ìà èáíðí÷èè, ñíèíæèðü à ñòáéýííóð èè èáðàìè÷áñèóð ìñóáó, ñíèèðü èíæèðííáí ñíèí è ñàéý è ìñòááèðü ìàðèíáàðüñý ìà 10 ìèíóð. Éóíæòð àúñííàðü à ñóóóð ñèíáíðíáó è, ìíáøèááý, ñíæàðèðü áí çíèðèñòí-èíðè÷íáíáí ìòðáíèà. Ìàðèíááííá ìÿñí áúèíæèðü à ñèíáíðíáó ñ ðàçíáðàðü ðàñðèðèðæüííáí ìàñèí è, ìñòííáí ñíáøèááý, æàðèðü ìà ñèèüíí ìáíá à òá÷áíèá 30-40 ñáéóíá. Çàðáí áíááèðü ñæüäãðáé è æàðèðü, ñíáøèááý è áñòðýðèááý ñèíáíðíáó, áúá 5 ìèíóð. Çàðáí áèèðü ñíááúé ñíóñ, ñíèíæèðü ñàðàð è ñíèü, óíáííúøèðü ìáííú è ðóøèðü ìèíèí 2 ìèíóð, ñíèà ìà áúèèèèðè ìí÷èè áñý æèèèñòü. Áíðíáíá áèðáí áúèíæèðü ìà òàðáèí÷èè, ìñííáàðü èóíæòðí è ñíáàðü è ñòíèó ñ ìàðáðííáí ðèñíí.

leit

**Ýòà ñòàðüý ðàñíèíæáíá ìà**  
Fushigi Nippon - Çàáááí÷íàý Ñííèèý:  
<http://leit.ru>

**URL ýòíé ñòàðüè:**  
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=273>