

Ñæüäãðáé, ðóøáíúé ñ ìÿñî **Ñýíæèðè ìèöóéý**

3 êðóííúð ñòááëý 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 ñòááèýííóð èè èáðàìè÷áñèóð ñíóáó, ñíèèðü èíæèðííáí ñíèí è ñàéý è ñòááèèðü ìàðèíáàðüñý ìà 10 ìèíóð. Éóíæòð àúñííàðü à ñóðóð ñèíáíðíáó è, ñíáøèááý, ñíæàðèðü áí çíèðèñòí-èíðè÷íáíáí ìòðáíèà. Ìàðèíááííá ìÿñí áúèíæèðü à ñèíáíðíáó ñ ðàçíáðàðü ðàñðèðèðæüííáí ìàñèí è, ñíòíýíí ñíáøèááý, æàðèðü ìà ñèèííáí ìáíá à òá÷áíèá 30-40 ñáèóíá. Çàðáí áíááèèðü ñæüäãðáé è æàðèðü, ñíáøèááý è áñððýðèááý ñèíáíðíáó, áúá 5 ìèíóð. Çàðáí áèèðü ñíááúé ñíóñ, ñíèíæèðü ñàðàð è ñíèü, óíáíúøèðü ìáííú è ðóøèðü ìèíèí 2 ìèíóð, ñíèà ìà áúèèèèðè ìí÷èè áñý æèèèñòü. Áíðíáíá áèðáí áúèíæèðü ìà òàðáèí÷èè, ñííúíàðü èóíæòðí è ñíáàðü è ñòíèó ñ ìàðáðííáí ðèñíí.

leit

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

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