

Êàððîôâëüíúé ñàèàð ñ-ÿñíñèè

Ñíá÷àèà èàððîôâëü íáæàðèàààðñÿ íà ñèëüíí íáíá (íàðîíà "ñòàð-òðàé") ñ ñðèíáüþ è èóéí, çàðàì, íàððàà òàì èàè áóáóð áíááàèáíú ýéòà, ïòààðèàààðñÿ á áóëüííá. **ΕΙΔΑΔΑΕΑΙΟΥ** 4 ñðàáíèà èàððîôâëüíú 2 ñðèíáè 1 áíèüøàÿ ÿÿàèàÿ èóéíáèòà 20 ìè (4 ÷ àéíúà èíæèè) ðàñðèððàëüííá ìàñèà 1 èóáèè íáíüííá áóëüííá 20 ìè (4 ÷ àéíúà èíæèè) ðèñíáíáí óèñóñà 10 ìè (2 ÷ àéíúà èíæèè) ñàðàðà 2,5 ìè (1/2 ÷ àéíé èíæèè) ñíèè, ïèþñ áñíèèèððàëüíí áëÿ íáóðòà 2 ìàèèèð ýéòà (ðàçíáð 4), áçàèòü 1/2 íáóðòà **Áúòíà ñðèèè: 4** **ΙΔΕΑΙΟΙΑΕΑΙΕΑ** 1. Ðàçðàæüðà èàððîôâëü ááíèü íà ÷àòüðà ÷àñðè, çàðàì ñíáðàè èððîíüè èóñí÷èàè. Çàíí÷èòà á òíèíáíé áíáà íà 2 ìèíóòü, çàðàì áíáó ñèàèòà. 2. Ðàçðàæüðà ñðèíáü ñíèèàì áàððèèàëüíí, çàðàì ñíáðàè íà èððîíüà èóñí÷èè. Ðàçðàæüðà èóéíáèòò íà òíèñòüà áíèüèè. 3. **Á** ñèóáíéíé ñèíáíðíáà èèè èàñðèèèà ðàçíáðàèòà ðàñðèððàëüííá ìàñèí. Íáæàððüðà íà ñèëüíí íáíá, ñíòòÿíí ñíáøèààÿ, á òà÷àèà 1 ìèíóòü èàððîôâëü, ñðèíáü è èóé. Ðàñðàíðèððà èóáèè íáíüííá áóëüííá á 200 ìè (íáñíèí ñòàèáíá) èèÿðèè è áúèàèòà á ñèíáíðíá. Áíáááüðà ðèñíáíé óèñóñ, ñàðàð è ñíèü. Íáèðíèòà è áàððèòà íà ìàèèáíí íáíá 5 ìèíóò. Ñíèèèòà èððüøéó è áàððèòà íà ñðàáíáí íáíá, ñíèà áñÿ æèèñíòü íà èñíàðèòñÿ. **Àèèóðàòíí áñððÿøèàèòà áðàÿÿ ïò áðàíáíé ñèíáíðíá, ÷ðíáü íáíüè íà ñðèíáðàèè è íáé, èíáàà èñ÷àçíàð æèèñíòü.** 4. Ñíèèèòà ñ íáÿÿ è áàèòà ñòòüòü á òà÷àèà 30 ñàèóíá, çàðàì áíáááüðà áçàèòüà ýéòà, áñòðí íàðàíàøèààÿ, ñíèà ýéòà íà çàðàáðàðò. **Óèíæèòà íà áèþáì è áàèòà ñòòüòü, çàðàì ñòèààèòà á òíèíáèèèèè.** 5. **Óàì áðàíáíáí ðàçðàæüðà íáóðòàò áàððèèàëüíí ñíèèàì, à çàðàì íàðàæüðà íà òíèèèà èñíèèè. Ííèèèòà íáóðòàò á áóðøèàà èèè á ñèòí íáà ìèñíé. Íñüüüòà íááíèüøèè èíèè÷àòáñ ñíèè è áàèòà ñíòòÿòü 10 ìèíóò. Íñòðíáíí ïðíæèèòà èç íáóðòà æèèñíòü.** 6. **Áíáááüðà íáóðòàò è èàððîôâëüíé ñíáñè è ñðíááðüðà, áñòàòí÷í èè ñíèè, ñðè íáíáòíáèñíòè áíááàè. Ííáááèòà á ñòèàæáííí àèà.**

Ýòà ñòàòüÿ ðàñíèíáíá íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷àÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ýòé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=28>