

Îèàðà, òóóáíàÿ ñ íâùàè

Îèàðà-íí èðèéè

450-500 ã íèàðù, 2 ýéòà, 200-250 ã ñíàñè ààðáíúõ èèè çàíðíæáííúõ íâùàé, 2 ñò. èíæèè ðàñðèðàèüííâí àññèà, 3/4 ñòàèàíà áóèüíâ ààøè, 3 ñò. èíæèè ñâàðèíâí ñíââíâí ñíóñà, 1 ÷. èíæèà ìèðèí, 4 ñò. èíæèè ñàðàðà.

Îèàðó íàðçàòü ìà íááíèüøèà èóñí÷èè, áúèíæèòü â áíèüóóþ æéóáíèóþ òíèñòíðòáíóóþ ñèíâíðíáó ñ ðàçíâðàòü ðàñðèðàèüííú ìàññè è, ìñòíýíí ìíâøèààÿ, íáæàðèòü. Çàðàí àèèòü òóàà áóèüíí ààøè, ñíââíè ñíóñ è ìèðèí, áíââèòü ñàðàð, ááèòü ýéòà è òùàðàèüíí íàðáíàøàòü. Íñèà ýòíâí àññèàòü íâùè, àùà ðàç òíðíóí íàðáíàøàòü, ìðóøèòü 1-2 ìèíóðü è ñíýòü ñ íâíý. Áíòíâíâ áèþáí áúèíæèòü â ìèæèè èèè ìðòèííúâ òàðáèí÷èè è ìâàòü è ñòíèó ñ íòààðííü ðèñíí.

Îðèà÷àèèà. Îèàðà - ìðíáóèò íàðáíàèèè ñíè, ìðâñòààèÿþèé ñíáíé íâíðíâíóóþ ìàññó ááæáíâí èèè ñâàðèí-èíðè÷íâíâí òâàòà, áíâøíâ ìðíæóóþ íà àèàæíúâ ìèèèè. Áíâàòà ìðíòàèíàè. Äèÿ ýòíâí áèþàà ìæíí èññèüçíâòü íòààðíóóþ ìðèíâü, ñàèüâàðáé, ààéèí, ðáíó, òùèáó, èàðòíòàèü.

leit äèÿ Fushigi Nippon - Çàààáí÷íâÿ Ñííèÿ // [Ñííèèâÿ èóóíÿ](#)

Ýòà ñòàòüÿ ðàññèíæèàíà íà
Fushigi Nippon - Çàààáí÷íâÿ Ñííèÿ:
<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=306>