

## Èàìøà óáíí ñ éóðÿðèíé è íâùàìè

200 ã èàìøè óáíí, 250 ã éóðèííáí òèèà, 1 ìðèíàù, 1 èàððíðáèèíà, 1/2 ñòðó÷èà ñèààèíáí èðàñííáí ìàððà, 1 éóèíàèòà, 1 çóáíé ÷ àñííèà, 2 ñò. èíæèè ðàñðèòèàèùííáí ìàñèà, 2 ñò. èíæèè èçìàèù÷áíííáí çàèáííáí éóèà, 1 1/2 ÷. èíæèè ñíááíáí ñíóñà, 1/2 ÷. èíæèè ìíèíðíáí ñááæááí èìàèðÿ, ñíèù ìí àèóñó.

Íâùè ì÷èñòèòù è àùíùòù. Ìðèíàù ìàðçàòù ìíèíèàìè òíèùèíé 2-3 ì è àèèíé 3-5 ñì. Ñèààèèè ìàððà ìàèè ìàðçàòù, à èàððíðáèù è éóðÿðèíó ìàðçàòù éóáèèàìè ñì ñòíðííé 1 ñì. Í÷èùáííúé éóè èçìàèù÷èòù, à ÷áñíé ÷è.

À áíèùøð ìàñððèð ñ ðàçìàððàòù ðàñðèòèàèùííáí ìàñèí àñííàòù éóè è ÷áñíé è, ìíàøèààÿ, íàæàðèòù áí çíèíèèòíáí ìòòáíèà. Çàòàì áíááàèòù ìòàèùíá íâùè è éóðÿðèíó è, ìíàøèààÿ, ìíàæàðèàòù, ìíèà ìÿñí íà íà÷íàò ìíàðíÿíèààòùñÿ. Ìíèà ÿòíáí áíááàèòù ñíááúé ñíóñ è èìàèðÿ, ìàðàìàøàòù, àèèòù 3/4 ñòàèáíà àíáù, ìàèðùòù èðùøèíé è, ìàðèíàè÷áñèè ìíàøèààÿ, òóøèòù, ìíèà íâùè íà ñòáíò ìÿàèèè, à ñíóñ íà çàáòñòáàò. Á èííòà ìííèèòù.

Èàìøó àñííàòù à ìíáñíèáííóð èèÿÿòð áíáó, ìíààðèòù 2-3 ìèíóòù, ìèèèíóòù íà àóðøèà, ìðííùòù è ààòù ñòà÷è. Ìíèà ÿòíáí èàìøó ìàðàèíàèòù à èàñððèð ñ íâùàìè è ìÿñí, òíðíøí ìàðàìàøàòù è ìòòøèòù íà ñèàáí íáíà àùà 3-4 ìèíóòù. Ìíààààòù ìáìàèèáíí.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàáááí÷íàÿ Ñííèÿ // [Ñííèàÿ éóóíÿ](#)

### Ýòà ñòàòùÿ ðàñííèíàèáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íàÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

### URL ÿòíé ñòàòùè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=329>