

Ēàìøà óáíí, æàðáííäÿ ñ êðááàðèèè

150 ã èàìøè óáíí, 100 ã í÷èùáííúð êðááàðèè, 100 ã êííñáðáèðíááííúð ñíááúð ðíñðèíà, 1/2 ñð. èçíáèù÷, íííí æàðáííí àðàðèñà, 1 êíðáíú ñáèùááðáÿ, 2 çóáèà ÷áñííèà, 4 ñð. è. ðàñðèðèèèíííí íàñèà, 1/2 ñð. è. ñíáíííí ñíóñà, ííèíðùé òíáàðàñè è ñíèù ïí áéóñó

Ñíááúð ðíñðèè ïðóáàèðù ïð æèííñðè è íàèèí íàðáçàðù. Ñáèùááðáé áùíùðù è íàðáçàðù òííèèè èííðèèèè. Ēàìøó ñáàðèðù á áíèùøíí èíèè÷áñðáá èèíÿùáé áíáù, ïðèèíóðù íà áóðøèáá, íðííùðù è ààðù ñòá÷ù. Í÷èùáííúé ÷áñííè èçíáèù÷èðù, áùíííàðù á ñèíííðíáó ñ ðàçíáðáðù ðàñðèðèèèíííí íàñèí è íáæàðèðù áí çíèíðèííííí óááðà. Çàðáí áñíííàðù êðááàðèè, íáðáíáðáðù, áíááàèðù èàìøó è, íííáøèááÿ è áñððÿðèèááÿ, æàðèðù á òá÷áíèà 15-20 ìèíóð. Çà 2-3 ìèíóð áí êííóà ïðèáíðíáèáíèÿ áíááàèðù ñíááúð ðíñðèè, ñáèùááðáé, àðàðèñ è ñíááúé ñíóñ, ííííèèðù è íííáð÷èðù. Íáááàðù á áíðÿ÷áí áèáá íáíáèèíí.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ // [Ñíííèáÿ èóóíÿ](#)

Ýòà ñòàðùÿ ðàñííèíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàðùè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=331>