

## Òóóáíúá ñúááíáíúá áóóúá áíáíðíñèè

1/2 ñòàèàíà ñóóáíúó òèäçèèè, 1—2 íááíèüøèó ïðèíáèè, 1/2 éóñèà ááóðàááý, 1 ñò. èíæèà ðàñòèðèäèüííáí àñèà, 1/2 ñòàèàíà áóèüíà ààøè, 1,5 ñò. èíæèè ñàðàðà, 1,5 ñò. èíæèè ñáþ, 1 ÷. èíæèà ñàéý.

Çàí÷-èòü áíáíðíñèè á òáíèíé áíáá íà 15—20 ìèí á áíèüøíé ìèñèá, ïñèíèüèó ííè ðàçáóóíóð. Íðííüòü òíèíáííé áíáíé è ïðèèíóòü íà áóðøèáá. Íàðçàòü íà éóñí÷-èè è íáñóøèòü á áóíàæííé ñàèòáðèè. Í÷-èñòèòü ïðèíáíü è íàøèíèíáàòü áá. Ááóðàááý ïðííüòü èèíýüáé áíáíé, ÷-òíáü óáàèèòü èèøíéé æèð. Íáñóøèòü á ñàèòáðèè è íàðçàòü òííèèè ïíèíèàìè. Á ñèíáíðíáá ñíáðàòü àñèí è òóøèòü áíáíðíñèè è ïðèíáíü 2 ìèíóòü, ïñòíýíí ïíáøèááý. Áíáááèòü áàñè, ïðèíðàáü è òóøèòü íà ñèááíí íáíá 15—18 ìèí. Ááóðàááý ïíèíæèòü ÷-áðç 10—12 ìèí ïñèá íà÷-àèà áíðíáèè.

leit äëý Fushigi Nippon - Çàáááí÷-íàý Ñííèý // [Ñíííèàý éóóíý](#)

### Ýòà ñòàòüý ðàñíèíèáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷-íàý Ñííèý:

<http://leit.ru>

### URL ýóíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=341>