

Òðãñèà, æàðáíáÿ ìà àáððàèà Ñóãàð-ÿèè

4 íááíëüøèà òðãñèè, 1 - 1 1/2 ñð. èíæèè èðóííé ñíèè, éóñí÷èè èèííà,
íáííáí ñíááíáí ñíóñà, 1 íáóðãö.

Í÷èùáíóð òðãñéó ìñòíðíæíí áùíððíøèòü, óããèèà áíóððáííñòè è æàáðú,
áùíùòü, íáñóøèòü è àééóðàòíí íáíèçàòü ìà àáððàèè, ñòàðàÿñü ìà ñíáðãàèòü
«èðãñèàóð» ñòíðííó ðúáú. Çàðàí áóñòí ìñííèèòü ñèááíèèè è óáíñò, áðèðàÿ á
íèò ñ 1/4 ÷. èíæèè ñíèè (íññèá æàðáíáÿ ííè ñðáíóð ááéíáàòüè è
òðóñòüèè), à ðúáíóð òóøéó ñíáñíèèòü ñèááèà. Øàííóðú ñ ðúáíé ñíáñòèòü
íàà óáèÿèè èèè á ìðãããàðèðàèüíí íáãðàðúé ãðèèè è æàðèòü ñíá÷àèà
«íðããèèüíóð» ñòíðííó á òá÷áíèá 7-8 ìèíóð, ññòíÿííí ñíáíðà÷èáÿ øàííóðú,
÷òíáú ðúáà ìà ìðèáíðàèà, à ñòíí ìðãããàðíóòü òóøèè è æàðèòü áùà 4-5 ìèíóð.
Áíðíáóð ðúáó ñíÿòü ñ øàííóðíá, áùéíæèòü ìà áèðáí èèè ñðòèíííá
òàðãéí÷èè, óèðãñèòü èíðèèèèè èèííà è íáóðòíí, íáðãçáííüí á óíðíá áíðú
(ñí. « Ííááíðíáèà ìðíáóéòíá è óèðãçáíèá áèðá »), è ñðàçó æá ñíáàòü è ñòíèó.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàãããí÷íáÿ Ñííèèÿ // [Ñíííèàÿ èóóíÿ](#)

Ýòà ñòàòüÿ ðàñííèíæáíà ìà
Fushigi Nippon - Çàãããí÷íáÿ Ñííèèÿ:
<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=380>