

Õðóñòÿùàÿ ðúáà Òàöóðà-àäÿ

5 íááíëüøèð èíððøáé, 1/4 ñòàèàíà ñíááíáí ñíóñà, 1/2 ñòàèàíà éóéóðóçííáí éðàðíàèà, 3-4 ñò. èíæèè ðàñòèðàèüííáí ìàñèà, 1 äàééíí, 1 ñòðó÷íé òíáàðàñè, 1 ñò. èíæèà èçíàèü÷áííáí çàèáííáí éóèà. Äëÿ ñíóñà: 2/3 ñòàèàíà áóèüííà ààøè, 1 1/2 ñò. èíæèè ñáàðèíáí ñíááíáí ñíóñà, 1 ÷. èíæèà ñàèÿ, 2 ÷. èíæèè ñàòàðà.

Ðúáó í÷èñòèðü, òíðíðí àùíüðü, íáñóøèðü áóíàæííé ñàèðàðèé, ñèíæèðü á ÿíàèèðíàáííóð èèè ñòàèÿííóð ñíóáó, çàèèðü ñíáàùí ñíóñí è ñòààèèðü íà 5-10 ìèíóð.

Òàí áðáíáíáí ïðèáíðíàèèðü ñíóñ: á íááíëüøóð ñèíáíðíáó áèèðü áóèüíí ààøè, ñíááúé ñíóñ è ñàèÿ, áíááàèèðü ñàòàð è, ñíáøèàäÿ, íáðááàèèðü íà ñðááíáí íáíá, ñèà ñàòàð ñèííòóð íà ðàñòáíðèðñÿ. Áíðíáúé ñíóñ íàèðüðü èðüøèé, ÷ðíáú íí ñòàààèñÿ ðáíèüí.

Òíáàðàñè í÷èñòèðü ïò ñáíÿí, ñíèíííóðü è íàðàçàðü áíáíëüíí òííèèè ñèíèàè. Äàééíí í÷èñòèðü, ñáàèèðü á íáí ííæíí íááíëüøèà áèóáíèèà ïòááðñèðÿ, áñòààèèðü á ïèð éóñí÷èè òíáàðàñè è íàðàðàðü íà èðóííé ðàðèà — ñèó÷àðñÿ ñíóíæà íà ñíáíèà ááðÿíá èèñòüÿ ÿíííèíáí èèáíà.

Ðúáó àùíóðü èç ñíááíáí ñíóñà, íááàèÿðü á éóéóðóçíí éðàðíàèà è íáæàðèèðü á ñèèüíí íáðáðíí ðàñòèðàèüíí ìàñèà á ðà÷áíèà 5-6 ìèíóð, íáðáíðà÷èàÿ ðóøèè 1—2 ðàçà. Áíðíáóð ðúáó àùííæèðü íà áóíàæííá ñàèðàðèè, ÷ðíáú èçááàèèðñÿ ïò èèøíáíí æèðà, à ñòíí íáðáèíæèðü íà ñíðèíííá ðàðáèèè.

Ðÿáíí ñ ðúáíé ñèíæèèðü ðàðòóé äàééíí, ñíñüàðü áà çàèáíí éóèí è ñíààðü áèðáí è ñòíèó. Íòáàèüíí ñíààðü ñíóñ äëÿ íáíàèèààíèÿ, ðóøáíá èèè ìàðèíááííá íáíèè è íòáàðííé ðèñ.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ // [Ñíííèàÿ éóóíÿ](#)

Ýòà ñòàòüÿ ðàñíèíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=387>