

Øièiàò ñ ñóðáíúì òóíòñ

Ýòí øièiáíúé áàðíèð èç ñèáãèà ìðáàðáíííí øièiàðà, çàìðááèáíííí ìáèèèèè òèíúýìè ñóðáííí òóíòà. Ííáíííá ááãòðèàíñèíá áèðáí ìæíí ìðèáíðíàèòü ááç òóíòà, çàìðèííáá øièiàð á áóèúííá èç áíáíðíñèè èííáó è ñíááíí ñíóñá. ΕΙΛΘΑΑΕΑΙΟΥ 300 á òáèúííí øièiàðà, èíðíè ìððáçàòü Äèý ìàðèíáá: 60 ìè (4 ñðíèíáúá èíæèè) áóèúííá èç èííáó è òóíòà èèè áàøè (áóèúíí) áúñððíáí ìðèáíðíàèáíèý 20 ìè (4 ÷áèíúá èíæèè) ñíááííí ñíóñá òñóéó÷è 60 ìè (4 ñðíèíáúá èíæèè) ìáèèèð òèíúáá ñóðáííí òóíòà (èáòóí-áóøè) Áúòíá ìððèé: 4 ÌÐÈÁÍÓÍÁÈÁÍÈÁ 1. Õùàðáèúíí ìðííèðá øièiàð. Ááðæà øièiàð çà èèñòüý, ñíá÷àèà ñíóñðèðá ñðááèè ìà 10 ñáéóíá á èèýúòð áíáó, çàðáì ìíððóçèðá èèñòüý è ìðáàðèðá á òá÷áíèá 1—2 ìèíóð. Íá ìáðááðèðá øièiàð. 2. Õáí áðáíáíáí ìðèáíðíáúðá áíèüøòð ìèñéó ñ øièiáíé áíáíé. Ñèáéðá ñí øièiàðá áíáó è çàì÷èðá ááí á øièiáíé áíáá ìà 1 ìèíóð, ÷ðíáú ñíððáíèðü òáò è óáèèèðü áíðá÷ü. 3. Õùàðáèúíí ìðíæíèðá øièiàð: ìíáíèðá ñðááèè è ìèíóíí ñæèíáéðá èèñòüý, ááèááýñü áíèç. 4. Ñíáøáéðá á áèðáá áóèúíí ñ ñíááúì ñíóñí è ìàðèíóéðá øièiàð á ýòíé ñíáñè 10—15 ìèíóð, ìáèí ðáç ìáðááðíóá. 5. Ñèááèà ìðíæíèðá øièiàð è ìáðáæüðá ááí ìà éóñí÷èè áèèíé 3—4 ñí; ìàðèíáá ìá áúèèááéðá. Áúèíáéðá øièiàð ðááíúèè ìððèýìè á ÷áòúðá ìáèáíúèèà ìèñèè, óèíæèá éóñí÷èè òáè, ÷ðíáú ìíè ñíððáèè ñðáçàèè áááðð. Íñúüðá èàæáòð ìððèð ñááððó 15 ìè (1 ñðíèíáíé èíæèé) ñóðáííí òóíòà è ñáðúçíèðá ìááíèüøèì èíèè÷áñðáí ìàðèíáá. Ñðáçó ìíáááéðá ìà ñðíè.

Ýòà ñòàòüý ðáñíèíæáíá ìà

Fushigi Nippon - Çááááí÷íáý Ñííèý:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=4>