

Ḑàãó èç êÿ-òíó è øèèðàé

Êÿ-òíó ñèó÷èè ñáíà íàçàáíèà ìò áíðú Êÿ, ááá òíó çàíðçàè áí áðáÿ çèìèò ñíááííááíá, à çàòáì ìòðàèèè. Ýòìò ìðíáóèò èçááñòáì òáì, ÷òì áòíáèè á ðàòèí áóáèèèèèò ìíáòíá, æèàøèò á òðáì íà ÿòíé áíðá. Ìðíáñ çàíðàæèááíèÿ è ðàçíðàæèááíèÿ ìðèááò òíó òàðàèòáðíòð ðáèñòóðó. **ΕΙΔΑΔΑΕΑΙΟΥ** 2 éóñèà ñóðáííá êÿ òíó èàæüé ñ 15 ã 8 ñóðáíúò áðèáíá øèèðàé. Äèÿ áóèüíá: 400 ìè (1 2/3 ñòàèáíà) áóèüíá èç êíáó è òóíòà èèè áàøè (áóèüíá) áúñòðíá ìðèáíðíáèáíèÿ 22,5 ìè (4 1/2 ÷áéíé èíæè) ñàèà 30 ìè (2 ñòíèíáúà èíæè) ìèðèà 2 ìè (1/3 ÷áéíé èíæè) ñíèè 15 ìè (1 ñòíèíáÿ èíæè) ñíááíá ñíóñà óñóé÷è. Áúñíá ñðèè: 4 **ΙΔΕΑΙΟΙΑΕΑΙΕΑ** 1. Áúðáæüðà èç òíèüè èðóã ÷òòü ìáíúøá èáñòððèè. 2. Çáí÷èðà ñóðáíúé êÿ òíó á ðáíèíé áíá íà 30 ìèíóð çàòáì áèéòðáòí ìòíáèèðà áíáò áðó÷íòð. Çáí÷èðà ñóðáíúá áðèáú øèèðàé á òíèíáíé áíá íà 20 ìèíóð. Ìíèæèðà ñááðóò ìàèáíúèíá áèðáòà èèè òàðáèèò, ÷òíáú áðèáú áúèè ñáðóæáíú á áíáò. Áíáò ñèáèðà, ó áðèáíá íáðáæüðà ñæèè. 3. Áíááèèðà áóèüíá áí èèíáíèÿ è ñíèæèðà ìðèíðáú æÿ áóèüíá. Áíááúðà êÿ òíó ìàèðíéðà ñíááðóííòü æèáèíðè ñèíæáííé òíèüáíé è òóøèðà ìà ñèááí ìáíá 5—6 ìèíóð. 4. Ñíèèðà òíèüáó Áíááúðà áðèáú øèèðàé è òóøèðà áúá 12—13 ìèíóð. Áàéðà èíáðáæáíðàì ñòòüðà á áóèüíá. 5. Ìáðáá ñáà÷áé ìà ñòíè ðàçðáæüðà êÿ òíó ìà ÷áòúðá éóñí÷èà. Óèíæèðà èò á ìáèóáíèíé ìèñèà áíáñòá ñ øèèðàé. Ìááááèðà ðáíèüíè èèè òíèíáííè, ñ ìà èç òíèíáèèüíèèà .

leit äèÿ Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ // [Ñííèáÿ éóóíÿ](#)

Ýòà ñòàòüÿ ðáñíèíáíá ìà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=41>