

## Òèðàñè-àçòñè ñ êðàààè è ìãóðòàè

1/2 ñò. ñóõíáí ðèñà, 300 ã ìÿñà êðàáíá ààðáíáí, 1 èèíí, 3 íááíèüøèõ ìãóðòà, 50 ã èèñòüàà çàèáíáí ñàèàòà, 50 ã èìàèðííáí êíðíÿ, 50 ã ìàéííàçà, ñíèü ì àèóñó, êóíæóðíá ñàìÿ.

Ìðèáíóíáèè [ðèñ àèÿ ñóøè](#) . Ìÿñí êðàáíá ìàðàçàòü ìááíèüøèè èóñí÷èàè. Èèíí òààðàèüí ì÷-èñòèè ìò èíæóðü è ááèé ìÿéíðè è ðàçààèèè ìà áíèüèè. Ìãóðòü ìðíüòü è ìáñóøèè. Áàà èç ìèð ì÷-èñòèè, ìàðàçàòü, ñèíæèè á ìèñèó, ñèáàèà ìñíèèè, ìíÿòü, ìÿáèáøèéñÿ ñíè ñèèè. Ìñòàáøèéñÿ ìãóðòò ìàðàçàòü ááíèü òíèèè èñíðèèàè, èíóíðüá ìáñóøèè.

Èìàèðííè èíðáíü ì÷-èñòèè, ìàðàçàòü ìà ìàèáíüèèá ìñíèèè, ìñíæèè ìà 5 ìèíóð á òíèíáíóð èèÿ÷áíóð áíáó, çàòàì áíóòü è ìáñóøèè.

ðèñ ìñíüàòü èóíæóðíí ñàíáíá, èìàèðíí èíðáí, ìðáíáøàòü è áíèíæèè ìà áèðáí. Ìÿñí êðàáíá ñíáøàòü ñ ìãóðòàè, áíèüèàè èèííá, ìàéííàçà, ìñíèèè è áíèíæèè ìà ðèñ. Ñáððó ñóøè óèðàñèè èñíðèèàè ìãóðòà è èèñòüÿè ñàèàòà è ìíàòü.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàààáí÷-ìàÿ Ñííèÿ // [Ñíííèàÿ èóóíÿ](#)

### Ýòà ñòàòüÿ ðàñíèíæáíà ìà

Fushigi Nippon - Çàààáí÷-ìàÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

### URL ÿóé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=465>