

**Âúîâ÷êà ñ èëóáíêé è èèàè**  
Èðèáì òì èèàè éýéèè

100 ã ìàñèà, 70 ã ñàðàðíé íóàðû, æáèðíé ìð íáííáí ýéöà, 200 ã ìóèè. Äëý èèííííáí çàààðííáí êðáìà: 3 æáèðèè, 90 ã ñàðàðà, 60 ã ìóèè, 400 ã ðáíííáí ìíêéà, 1 ñò. è. èèííííáí ñíêà, 1 ñò. è. èèèáðà. Äëý æáèá: 1 ÷. è. àãàð-àãàðà, 1 ÷. è. ñàðàðà, 1 ÷. è. èèèáðà, íáñêéüèí èèñòüáá ìýðù. Äëý óéðàøáíéý: 3 ì÷-èùáííü èèàè, íáñêéüèí ýáíä èëóáíèèè.

Ðàñðèðàðü ìàñêé ñ ñàðàðíí ìíèà ìàññà íá ñòáíáð ááéíé, áíááàèðü æáèðíé è òíðíøí ìáðáíáøàðü. Áñüíàðü ìóéó è ðàçíáøàðü ááðááýííé èííàðí÷-éíé. Ñáàèàðü èíéíáèè è ìíéíæèðü á òíéíáèèüíéè ìèíòð íà 15. Íáððàðü áóðííáéó áí 200 áðááóñíá. Ðàñèàðàðü èíéíáèè è ñáàèàðü èç íèð èàè áü ðàðáèí÷-èè. Ìðíðéíóðü ðàñðí á íáñêéüèèò ìàñðàð, ÷ðíáü áí áðáíý áúíá÷-èè (10 ìèíòð) íí íá áçáóéíñü. Óíáíüøèðü íáííü è áúíáèàðü áüà 7-8 ìèíòð. Áúíóðü è ìñòáèèðü.

Ìðèáíðíáèèè èèííííé èðáì: áçáèðü æáèðèè, áíááàèðü ñàðàð è òíðíøí ðàñðáðàðü, áíááàèðü ìóéó è ìáøàðü, ìíèà ìàññà íá ñòáíáð íáííðíáíé; áíááàèðü 100 ã ìíéêà è òíðíøí ìáðáíáøàðü, áèèðü ìñòáðíé ìíéêà, ñííáà ðàçíáøàðü è ìðííòñèðèðü ýóð ìàññò ÷-áðáç ñèðí; íáððááàðü èðáì íà ñðááíáì íáíá, ìñòíýíí ìíáøèèááý ááðááýííé èíæéíé; èíááà íí íà÷-íáð áóñðàðü, ìáøàðü ì÷-áííü ðùàðáèüíí, ÷ðíáü íá ìðèáíðáè; èíááà ìà÷-íáð çàèèíàðü, ñíýðü ñ íáíý. Áèèðü èèííííé ñíè, èèèáð è ìíáøàðü. Ñíàçàðü áúíá÷-éó èðáíí è óéðàñèèðü èðóáí÷-èàèè èèàè, à ñááððó ðàçéíæèðü èëóáíèéó.

Ìðèáíðíáèèè æáèá: á ìàèáíüéíé èàñððèá áñèèýðèèðü 100 ã áíáü; ñíáøàðü áãàð-áãàð ñ ñàðàðíí è áúéíæèðü á èàñððèð; òíðíøí ðàçíáøàðü, ìíèà íá ðàçíéáàðñý ñàðàð è áãàð-áãàð; ñíýðü ñ íáíý è áíááàèðü èèèáð. Ííèèðü ñááððó òðóèè è óéðàñèèðü èèñòüýè ìýðù.

leit äëý Fushigi Nippon - Çàáááí÷-íáý Ñííèý // [Ñííèèáý éóóíý](#)

**Ýòà ñòàðüý ðàñííéíæáíà íà**  
Fushigi Nippon - Çàáááí÷-íáý Ñííèý:  
<http://leit.ru>

**URL ýòíé ñòàðüè:**  
<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=498>