

Êàøðàíú, ìðèíóùáíúá à ñàðàðíì ñèðíá

Êðãñòíáðàçíí íàððàçàòü ìéíñéòþ ñòíðííó 500 ã èàøðàíá, ìðíáéàíøèðíáàòü èõ à èèÿðèá 2—3 ìèí, ì÷-èñðèòü ìò èíæóðú, çàèèòü 2 ñòàèàíàè òíèíáíé áíáù, áíááàèòü 2 ÷. èíæèè ñóóíáí çàèáííáí ÷àÿ è ààðèòü íà ñèàáíí íáíá ìíá èðúøèé 15—20 ìèí. Ñàððáíúá áí ìÿáéíñðè èàøðàíú ìðèéíóòü íà áóðøèáá, ìðííúòü òíèíáíé áíáíé, çàèèòü 1 ñòàèàííí áíáù ñ ðàçááááííúè à íáé 2—3 ñò. èíæàèè ñàðàðà, áíááñðè áí èèíáíéÿ, ñíÿòü ñ íáíÿ è íáñðàèèàòü 20 ìèí à òáíèíí ìáñðá. Ìñèá ÿðíáí áíááàèòü 1 ñò. èíæéó ñíááíáí ñíóñà è ìðèíóñèàòü èàøðàíú íà ñèàáíí íáíá 5 ìèíóð. Íáááàòü ìðèàæááííúè áí èííáðíé òáííáðàðóðú.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàãããí÷-íàÿ Ñííèÿ // [Ñíííèàÿ èóóíÿ](#)

Ýòà ñòàòüÿ ðàñíéíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàãããí÷-íàÿ Ñííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=515>