

## Ðeñîâûâ ääîâøèè ñ èëóáíèèé

Óðààèèèííí ìàñðà èç òàñíèè àäóèè áúèà ààèíðàáííé íà÷èíéé ðeñîâûð  
ääîâøèè, ìí ýòòò óèùððàîîîííé ààñððò óèððøððò òàèæà ñàáæèà ýáíáú.  
ËÍÄÐÄÄËÁÍÓÛ 100 ã (÷óðù ìáíáá 1/2 ñòàèàíà) ìððøèà øèððàòàèè 15 ìè  
(1 ñòèíááý èíæèà) ñàòððííáí ìáñèà éóéóðóçíáý íóèà äèý ìáíèððáèè 10 ýáíá  
èèóáíèèè 115 ã (÷óðù ìáíáá 1/2 ñòàèàíà) èííððàèèððáííé *íðð-àí* (ýíííèèé  
ìàñðòù èç ìýæèé òàñíèè àäóèè) ðàçðàçàòù ìà 5 éóñí÷èíà Áúóíà ìððèé: 5  
ËÐÈÁÍÓÍÁËÈÁÍÈÁ 1. Á ìèñèà ìáòòáýùáé äèý ìèèððáíè ìáíé ìá÷è  
ñòàèèèè ìððøèè *øèððàòàèè èí ñàòððíí*. Ìíððáííí àèáèðð 200 ìè  
(ìáííèíé ñòàèáí) áíáú çàðáí òùàðäèùí áúíáñèðð ÷ðíáú ìèó÷èèññ ñóñðàý  
ìàñíà. 2. Íáèððèèè è ìíððáííèè à ìèèððáíèèíáèó ìà 1 1/2 —2 ìèíóòù (600 èèè  
500 W). Èèè æà ìáíí áíððáèèè ñàññ ìà ìáðò à ìèñèà áñòàèèèíé á  
èàñððèè ñí ñèááí èèíýùáé áíáíé 10—15 ìèíóò. 3. Ñèááèà ìðèññíððà  
ðàçááè÷íóð áííèó éóéóðóçíé íóèé. Áúèíæèðð ìà ìáá ñàññ è ðàçááèèè ìà  
ìýòù éóñí÷èíà. Ðàñèàðàèèè ìððèè ñàññ ÷ðíáú ìèó÷èèññ ìàèáíèèè ìáè. 4.  
Ìèíæèðð à ñàðááèó ýáíáó èèóáíèèè è éóñí÷èíà ìáðð-àí. Ñèíæèðð ðeñîâóð  
ääîâøèè ìííèè è ìááááèèè óèððáèè ìáííé èèóáíèè÷èíé. Ìðèáíððáííèè àòà ÷á  
òùðð ðeñîâûâ ääîâøèè. Ðeñîâûâ ääîâøèè íóáíí óíððááèèè à òòò æà ááíú  
èíááá ìè ìðèáíððáííèè — áñèè ìððááèèè èó ìà áíèáá áíèæèè ñðèè ìè  
çàòàáððò.

### Ýòà ñòàòòüý ðàñíèèèæáíà ìà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáý Ñííèèý:

<http://leit.ru>

### URL ýòèé ñòàòòèè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=60>