

Ìèñîñèðó ñ èðááàðèàìè è òðãñèé

4 ñòàèàíà àíàù, 1 ìèàñðèéèà ñóðáíùò àíàíðîñèáé èííáo äèèíé 8 ñì, 12 ìáèèèò ìáí÷èùáíùò èðááàðèé, 120-150 ã òèèà òðãñèè, 2 ñò. èíæè èòáííé ìàñòù ìèñí, 1—2 ñò. èíæè èçìæü÷áííáí çáèáííáí éóèà.

Ìèàñðèééó èííáo ìáoððàòù àèàæíé òðýí÷èé, ìèíæèèòù á æéóáíèóð èàñòðèè è çàèèèòù òíèíáííé àíáíé. Ðùáííà òèèà ìàðçàòù ìà 8 éóñí÷èà, ìèíæèèòù á èàñòðèè ñ àíáíé, áíáàèèòù èðááàðèè è áíááñòè ìà ñèàáí ìáíá áí èèíáíèý, ñíèàý ìèè ìáíáoíáèíñòè ìáo (èííáo ìáðá çàèèíáíèàì íóæí óáàèèèòù). Çàèèíáæè ñóí ìààðèèòù ìèíè 1 ìèíóòù è ñíýòù ñ ìáíý. Áííóòù èðááàðèè, ì÷èèèèòù èò ìò ìáoèèý, ìñòáàèà òáíñòáííé áááð, è ñííà ìíóñèèòù èò á ñóí.

Ìáñòó ìèñí ðàçááñòè ìáíèüèè èíèè÷áñòáí áóèííà, áááñòè ìèó÷áííóð ñíáñù á ñóí, òàòàèèí ðàçìàøàòù è ñííà áíááñòè ñóí áí èèíáíèý. Áíòáíèé ñóí ðàçèèòù á ìðèèííùà ìèèèè, ìñíùàòù çáèáííè éóèí è ìààòù è ñòèó.

Ìðèí÷áíèà. Èðáèèèè ìñòðáííèíá ìáóò áíáàèèòù á ñóí ìáðó èàíæü èìáèðíáí ñíèà èèè ìèíòèé èðáñííé ìáðä.

leit

Ýòà ñòàòüý ðàññèíæáíà ìà

Fushigi Nippon - Çààááí÷àý Ñííèý:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=91>