

Ēaiθà àèoóí ñ éoðýðeíé è íâîùàè

Àèoóí-íí èòàìýííí

100 ã èàìø è àèoóí, 200 ã éoðeííáí òèèá, 3 ñóøáíúõ ãðèáà øèèòàèè, 150 ã èàìoñòù, 3 ñòðó÷èà çàèáííáí íáðòà ñáíñ, 2 ááòí÷èè ñáèüááðáý, 3 ñò. éíæèè ðáñðèòàèèüííáí íáñèà, 2 ÷. éíæèè ñàèý, 1/2 ÷. éíæèè éoíaèoóííáí íáñèà, 1/4 ÷. éíæèè ííèòíáí èðáñííáí íáðòà, 1/4 ÷. éíæèè ñíèè. Äèý ñíóñà: 1 ñò. éíæèà ñàèý, 1 ÷. éíæèà ìèðeí èèè ááñáðòííáí àèíà, 1/2 ÷. éíæèè ñíèè.

Ēaiθó áñîùàòù á èáñòðèþ ñ áíèüøèì èíèè÷áñòáñ èèíýùáé áíáú è áàðèòù á òá÷áíèá 2 ìeíòò, ìíñèá ÷ááí íòèèíóòù íà áóðøèáá, áúñòðí ìðííùòù ìðíòí÷íé oíèíá-ííé áíáíé, íáñòøèòù è íáðáçàòù íà éoñí÷èè áèèíé 5-7 ñí.

Éoðýðeíó íáðáçàòù íááíèüøèì èoñí÷èè, ìíèèòù ñàèý, ìííèèèòù, íáðáìáøàòù è íòñòáàèòù. Áðèáú çàèèòù òáíèíé áíáíé è áàòù ìíñòíýòù 30-40 ìeíòò, ìíñèá ÷ááí, áúíóòù è íáðáçàòù áèèííùè ìíèíèàìè. Çàèáíúé íáðáò í÷èñòèòù íò ñáíýí, ìíèíííóòù è íáðáçàòù ñíèíèéé. Èàìoñòó òíèí íáøeíéíáàòù. Ñáèüááðáé ìíèíííóòù, íáñòøèòù è èçìáèü÷èòù.

Íðèáíòíáèòù ñíóñ: ñàèý ñíááèíèòù ñ ìèðeí, ìííèèèòù è òùàòáèüíí íáðáìáøàòù.

Á ñéíáíðíáò ñ ðáçíáðáòù ðáñðèòàèèüíí íáñèíí ìíèíæèòù éoðýðeíó è æàðèòù áá íà ñèèüíí íáíá áí áíòíáíñòè. Ííñèá ýòíáí áíááàèòù áðèáú, èàìoñòó, çàèáíúé íáðáò, ñáèüááðáé è èàìø, áèèòù ñíóñ è, ðáçíáøáá, æàðèòù áí ìýáèíñè èíîùáé. Çà 1 ìeíòòó áí éííòà ìðèáíòíáèáíèý áèèòù éoíaèoóííá íáñèí, ñíáøáííá ñ ìíèòùí íáðòáí, è oíðíøí íáðáìáøàòù. Ííáááàòù íáíááèáíí.

leit

Ýòà ñòàòüý ðáñííèíèáíá íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷íáý Ñíííèý:

<http://leit.ru>

URL ýòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=97>