

Ēīññü, æaðáíúé â éëÿðá

350-400 ā òèèā ēīññÿ, 1 ēīðáíú ñāēüāāðāÿ, 2 ñòðó÷èà çāēāííāí áíēāāðñēíāí íāðòà èèè ñāíñ, 2 ñòðó÷èà ēðāñííāí áíēāāðñēíāí íāðòà, 1 ýéóí, 1/2 ÷. ēīæèè ðāñðèðāēüííāí ìāñèà, 1/2 ÷. ēīæèè āíāú, 1/2 ñòàèàíà òíē÷áííāí ìèíāàèÿ, 1 ñòàèàí ííēíòúò ñóòāðáé, 1/2 ñòàèàíà íøáíē÷íé èèè éóéóðóçíé íóèè, ðāñðèðāēüííā íāñēí äëÿ æaðáíúÿ, 1/4 èèííā äëÿ óéðàøáíèÿ, ííēíòúé òíāāðāñè è ñíēü íí áéóñó.

Óèèā ēīññÿ ááç ēíæè ðaçðáçàòü íà 20 éóñí÷ēíā, ññüíàòü ñíēüþ è òíāāðāñè è íòēíæèòü. Ēíðáíú ñāēüāāðāÿ í÷èñòèòü è ðaçðáçàòü íà òííèèā ííēíñèè æèííé 10 ñí. Çāēāíúé è ēðāñíúé íāðáò í÷èñòèòü íð ñāíÿí è íāðáçàòü ēíēā÷èàìè òíēüèííé 7—8 ì. Béòà ñēāāèèā áçáèòü, ñíāàèíèòü ñ ðāñðèðāēüííā íāñēí è áíāíé è òíðíøí íāðáíáøàòü. Óíē÷áíúé ìèíāàèü íāðáíáøàòü ñ ííēíòúè ñóòāðÿìè.

Ēóñí÷èè ēīññÿ è ñāēüāāðāÿ íāāàèÿòü â íóèā, íáíàèíóòü â ÿè÷íóþ ñíāñü, íāāàèÿòü â ñóòāðÿò ñ ìèíāàèè è ññòāàèòü íà 10—15 ìèíóð. Íñèā ÿòíāí ðúáó è ñāēüāāðáé íáæàðèòü â ðaçíāðáòñ ðāñðèðāēüííā íāñèā áí çíēíòèñòí-ēíðè÷íāíé ēíðí÷èè. Ēíēā÷èè íāðòà íðñòí íáæàðèòü â ðāñðèðāēüííā íāñèā.

Íà ñāðáèðíāí÷íā áéþāí èèè ñðòèííúā òàðáèí÷èè óéíæèòü éóñí÷èè ðúáú, ñāēüāāðāÿ è íāðòà, ññüíàòü èò ēðóííé ñíēüþ è ííēíòúè íāðòāí, óéðāñèòü èèííñ, íāðáçáíúè èèèíóèàìè, è ñíāàòü è ñòíéó ñ ñíāáüí ñíóññ è ðèññí.

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðāññíēíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çāāāāí÷íāÿ Òííèÿ:

<http://leit.ru>

URL ÿòíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=121>