

**Đóéåòèêè iàêè-ñóøè ñ ñåìäíé è iâîùàìè**

2-3 ðiñðèà çäëåííé ñiàðæè, ñièü, 50 ã êiñåðâèðîåàííé ððàñííé ñååéëü, 50 ã êiñåðâèðîåàííé ðåäüêè, iï 80 ã ôèëå ñåìæ è òóíöà, 6 ëëñòèéïâ èèñëíäâ ùåååëÿ, 2 ëèñòà ííðè, 250 ã çàðåíåå iðèåíòåëåííä ðèñà ñóøè, 1 ñò. ë. ìåéíåçà, 1/2 ió÷èà ëóéà-ðåçàíöà, 1/2 ió÷èà óéðiià

1. Iíáååè níàðæè âàðèòü â êëïÿùåé iíäñîéåííé âíäå 5...6 ìèíóò, iòêéíóöü è iñðóäèòü.

2. Êðàñíóþ ñâåêëó, ðåäüêó è ðûáíîå ôèëå iñðåçàòü íà iñéîñëè. Ëèñòüÿ êèñëéñâi ùàâåêëý iññîñòü è íåñóþèòü.

3. Áàìáóêîâóþ ñàëôåòêó íáåðíóòü ïèùåâîé ïëåíêîé, iïëîæèòü ñâåððóó ëëñò ííðè áëàäéîé iïâåððííñòüþ áîéç.

4. Ñâåðõó ðàçëîæèòü ííëîâèíó íñðöèè ðèñà, íðèæàòü è íåðåâåðíóòü ëèñò  
íñðè òàèèì ïáðàçñ, ÷òîáû ðèñ îèàçàëñý íà íëåíéå. Íà íèæíþþ ðòðåðü ëèñòà  
íñðè íàíñòè ííëîâèíó íñðöèè ìàéíïåçà, ííëîâèíó êíññíåðòû ñ  
íåñêíëüèèì è âûñûòûìè íäðûøèàìè ëóêà-ðåçàíöà è ñâåðíóòü âñå à ðóëåò.  
Àíàëíæ÷íí ïñäñòðîâèòü è àðòðíé ðóëåò, ðàçðåçàòü êàæäûé íà 6 êóññíå.

5. Óêðii ìåëéî iïðóáèòü. Èàæäûé èç êóñî÷êîâ ìàëè-ñóøè îñòîðîæíî ïåâàëýöü â óéðiiå.

leit

# Ýòà ñòàòüÿ ðàñiiëîæåíà ëà

Fushigi Nippon - Çàäääî÷ïäÿ ßiiñèÿ:  
<http://leit.ru>

## URL ýòîé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=178>