

## Ñèààèèè èàððíòáèü à ñíááñ ñèðñíá Äàéãàèó èíí

300 ã ñèààéíáí èàððíòáèü, 4 ñò. éíæèè ñàõàðà, 2 ñò. éíæèè áíáú, 1 ñò. éíæèà ñáàðéíáí ñíááíáí ñíóñà, 1 ñò. éíæèà òáíííáí éóíæóðà, ðàñòèðòáèüíá ìàñéí äèü æàðáíüü.

Ñèààèèè èàððíòáèü í÷-èñòèòü, áùíúòü, ðàçðáçàòü ìííèàì, íàðáçàòü íàèñéíñü èííðèèàìè, çàèèòü õíèíáíé áíáíé è ñòààèòü çàìà÷-èáàòüñü íà 10 ìéíòð.

Ííñéá ýóíáí èàððíòáèüíá èííðèèè ìòèéíòü íà ñèðí èèè áóðøèáá, õíðíøí íáñóøèòü, áùéíæèòü á äéóáíéòð ñéíáíðíáó ñ õíðíøí íáðáòü ðàñòèðòáèüíá ìàñéí è æàðèòü áí ðóíýíé éíðí÷-èè. Áíðíáú èííðèèè áùéíæèòü íà áóíàæíòð ñàèðáðéó, ÷-òíáú èçááàèòüñü ìò èèøíááí æèðà.

Íðèáíðíáèòü ñíááúé ñèðñí: éóíæóð, ìíáøèááü, íá÷-æàðèòü íà ñóóíé ñéíáíðíáá á òá÷-áíèà 30-40 ñáéóíá. Ñíááèèòü ñíááúé ñíóñ, áíáó è ñàõàð, ðàçíáøàòü è, ìíáøèááü, áíááñòè íà ñðááíáí íáíá áí èèíáíéü. Çàðáí áñúíàòü éóíæóð è áúà ðàç íáðáíáøàòü.

Ðàçíáñòèòü íà ñòíèá áéðáí ñ íáæàðáííü èàððíòáèè, àíéíñòü ñ áíðý÷-èí ñèðñí, ìèñéó ñ õíèíáíé áíáíé, ñíàçáííòð ìàñéí òàðáèèó è øóííáéó.

Èííðèèè èàððíòáèü, áçýá ìàèí÷-èàìè, íáíàéíòü á ñèðñí, áúñòðí áúíòü, ñíóñòèòü á õíèíáíòð áíáó, áúíòü ìòðóáà øóííáéíé è áùéíæèòü íà ñíàçáííòð ìàñéí òàðáèèó. Ííááàòü ñ çàéáíü ÷-áàì.

leit

### Ýòà ñòàòüü ðàñííéíæáíà íà

Fushigi Nippon - Çàáááí÷-íáü ßííéü:

<http://leit.ru>

### URL ýóíé ñòàòüè:

<http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=232>