

Óõà èç áîðáóøè

Ðàçäãè : Ìáðáúá áéþäà

Îiòáèèèîââîî [Evselena](#) [2008/10/3]

Ñîñòàá:

3 èèððà áîáú, áîðáóøà 500 áð. (îîæîí èñîîèèùçîáàòò áîèîáú è ðáîñòò – îí 3 ðóóèè), 2-3 èàððîðáèèèú ñðááîááî ðàçîáðà, îðèèáú 2 ð., 1 èðóîíäý èóéèáèèòà, 2 ñò. èíæèè îðáíà, èàáðîáúé èèñò, ÷áðíúé îáðáò áîðîèèè, ñîèù, çáèáú

Ðúáó ðàçðáçàòò ïà èðóîíúá èóñèè, çáèèèòò òîèîáîíé áîáîé, áîááñòè ïà ñèèùîí îáíà áî èèîáîéý, ñîýòò îáíéó, îîèèæèèòò îðèèáú (ðàçðáçáîíòþ ááîèù ïà 2-4 ÷áñòè), èóé, îáðáò áîðîèèè, èàáðîáúé èèñò, ñîèù. Áàðèèòò 25-30 ïèíóò ïà ñèááîí îáíà. Îñèá òîáî, èàè ðúáà îðèáîðîáèèòý, áúòàèèèòò áá èç áóéèíá á òàðáèèò, îááèèèòò îò èíòòáè è ðàçäãèèèòò ïà îðèèèèíúá èóñî-èè. Èç áóéèíá áúòàèèèòò îáíúè è îðîááèèòò ááî ÷áðç ñèèò. Ñîáà îñòàáèèòò áóéèíá ïà îáíú, áîááèèòò òóáà èàððîðáèè, îðáçáîíúé èóáèèèè. Èíááà èàððîðáèè áóááò îí-òè áîðîá, îîèèæèèòò îðîíúòá îðáí è èóñî-èè ðúáú. Áàðèèòò áî áîðîáîíòè. Áîááèèòò ðóáèáîíò çáèáú.

Áñèè áóéèíá îèó-èèñý îááîñòàòî-îí æèðíú, òí îîæîí áîááèèòò ñèèáî-îíá îáñèà.

Áñèè áàðèèòò óó èç áîèîá, òí îáýçàòáèèíá îóæîí óááèèèòò æááðú!

Îèýòîíáî áîñòèèòò!