

Ùè èç éâàøáííé èàíóñòù

Ðàçäâè : Ìáðáúá áéþäà

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

Ñíñòàá:

3 èèòðà áíäú, 500 äð. ìÿñà, 300 äð. éâàøáííé èàíóñòù, èàððîðáéü, ìððéíäü, éóé, ðàññèòèáéüííà ìàñéí, òíìàòíàÿ ìàñòà, 2 ñðááíèõ ììèáíðà, èàððíäúé èèñò 2 øð., ñíèü, ñíàðèè, çäèáíü

Ñáàððèòù [áóéüííí](#).

Ëóé è ìððéíäü ìððàçàòù è íáæàððèòù íà ðàññèòèáéüííí ìàñèá. Á éííîá æàððèè áíááàèòù 1-2 ñò. éíæèè òíìàòíé ìàñòù.

Ëàððîðáéü ìððàçàòù éóáèèèèè á éíèè-áñòàá 1/3 ð-áñòè èàñòðþèè. Çàèèòù áíðíäúì áóéüíííí. Áàððèòù áí ìèòáíðîíáííòè, ìíèá ð-ááí ìèíæèòù éâàøáííé èàíóñòù. Áàððèòù áúá 25-30 ìèíòò (áí ìèííé áíðíáíííòè èàððîðáéü è èàíóñòù). Çà 5 ìè. áí ìèíí-áíèÿ áàððèè, áíááàèòù áàððíá ìÿñí, ìàðçàííá éóñí-èàìè, òàððòùá (ááç éíæèòù) ììèáíðú, çàæàððéó, èàððíäúé èèñò, ñíàðèè, çäèáíü.

Îíááààòù ñí ñíàòáííé èèè ìàéííáçíí.

Îðèÿòííáí àíáòèòà!