

Έέδà èç áàέέàæàίίá

Δαçääë : Άόòάδάδīāü è çàέóñèè

Îíóáέέèîāâîî [Evselena](#) [2008/10/2]

Νίñòàá:

1 éã áàέέàæàίίá, 800 äð. éóéá, 1 éã îðéíáè, 500 äð. áíéããðñêîíáî îáðòà, 500 äð. ïíèáîíîíá, 200 äð. ñíàòáíü, ïíèíáèíá èðóíííè áíèíáèè ÷áñííèá, ñíèü, ÷áðíüé îñèíòüé îáðòò, ðáñòèèòáèüííá ìáñèí

Áàèéèàæàíü î÷èñòèòü îò èíæèòü, ïðáçàòü éóáéèáè. Ëóé è áíéããðñêîíéé îáðòò òàèæá ïðáçàòü éóáéèáè. Îðéíáü ïòáðòòü íá èðóíííè òáðéá. Îñèíòü (ááç èíæèòü) ïòáðòòü íá òáðéá.

Ëó÷á áñááí áíòíáèòü ýòí áèðáí á áèóáíèéé ñèíáíîíáá ñ òíèñòüí áíí.

Á ðáñòèèòáèüíí ìáñèá íáæáðèòü éóé áí çíèíèèñòíáî òááòà. Áíáááèòü è éóéó áàèéèàæàíü è áüá íáííáí ïæáðèòü. Áíáááèòü îðéíáü, áíéããðñêîíéé îáðòò è òóèòü, ÷áñòí ïíáèèááý, ï÷òè ÷òí áí áíòíáíñòè.

Ëíááá îðéíáü ñòáíáò ìýáèé, áíáááèòü ïíèáíòü è ÷áñííè, îðííóóáííüé ÷áðáç îðáññ. Îòóèòü áüá 10-15 ìèíóò. Νááðòó áüèíæèòü ñíàòáíó è ðáñíðáááèèòü áá ïí áñáé ïíáðòóñíòè. Íáèðòü èðóèéé è ïñàáèòü íá íáíá íá 3-5 ìèíóò.

Óñòáááèýòü ýòí áèðáí ïæíí èàé á áñðý÷áí, òàè è á òíèíáíí áèáá.

Îðèýòíáí áñáòèòà!