

## Òáòòáèè

Ðàçäáè : Áòìðòá áëþää

Îiòáèèèîââîî Evselena [2012/6/9]



300) this.width=300" />

Ñîñòàâ:

500 äð. ìÿñîñîáî òàððà, 100 äð. ðèñà, 1 ÿéîì, 100 äð. ñèèáîè èèè ñiàòáíú, ìððèíáü, èóé, òñiàòíáÿ ìàñòà, ñièü, ìáðáò, ñiáòèè ïî áéòñó, èàáðîíáüé èèñò, ióéà, ðàñòèèòáèüííá ìàñèí

Ðèñ ìòáàðèèòü, ìðîíóòü.

Ëóé ìðîíóòèèòü ðáðáç ìÿñîðóáéó èèè ìáèèí ìðáçàòü, ìáðáìáòàòü ñ òàððáì, ðèñî, ÿéòì, ìñièèèòü, ìñiáð-èèòü.



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

Ñôïðìèðíààòü øàðèèè, äèàìàòðïì 4-5 ñì, íáààèÿòü èõ â ìóèà è íæàððèààòü ñí àñãõ ñòìðíí íà ðãñòèòàèüíí ìàñèá.



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

Íðeāiōiāèòü ñíón: eóè iáèéî ïðāçàòü, ïðéíāü ïðāðāòü iā éðóííé òāðéā èèè ïðāçàòü iáèéíé ñíéñéíé.



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

Íáæàðèòü íāíùè iā ñèèāí÷íí èèè ðāñòèòāèüíí iāñéā, āíāāāèòü 2-3 ñò. éíæèè íóèè, íāðāiāðāòü è íāííāí ïāæàðèòü, āíāāāèòü 1 ñò. éíæéó òíiàòííé íāñòü íāðāiāðāòü, ñííāā íāííāí ïāæàðèòü, āíāāāèòü ñèèāèè èèè ñíāòāíó, íāðāiāðāòü, çàèèòü áóèüííí èèè āíāíé, ïñííèèòü, ïñíāð÷èòü, āíāāāèòü 1-2 èāāðíāüò èèñòā, ñííāòèè ïí āéóñó, āíāāñòè āí èèíāíéÿ.





300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

Àúëîæèü òáôòåèè â ñíóñ, òóøèü 10-15 ìèíò.



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

İðèyòíáî àííàðèòà!