

**Ìðéíàù ì-éíðáéñéè**

**Ðàçäâè : Ñàéàòù**

**Ìíóáèèèíààí [Evselena](#) [2014/3/11]**



300) this.width=300" />

Ñíñòàà:

1 éã ìðéíàè, 2 ñò. éíæéè ñàðáðà, 2 ÷. éíæéè óéñóñííé èèñéìòù (70%), 4 çóá÷èéà ÷áñííéà, 2/3 ñòàéàía ðàñòèòáéüííái ìàñéà, ÷áðíúé ìáðáö, éðàñíúé ìáðáö, óéñóñ, 1 ÷. éíæéà ñíèè

Ìðéíàù ìàòáðáòù íà ñíàòèèéüííé òáðéá, ìíñíèèòù. Íñòàáèòù íà 1 ÷àñ. Íñéá ýòíái ñèèòù áùääèèáèéñý ñíè.



300) this.width=300" />



300) this.width=300" />

Áíááâèòü ê ïðêîâè ñàòàð, ÷âðíúé è êðàñíúé ïàðâò, óêñóñ, ÷âñíê, ïðííóóáííúé ÷âðâç ïðâññ. Ñàèàò àíèæáí áúòü ñèàâéí-èèñéí-íñòðúí.



300) this.width=300" />

Âñá ïðíäóéòü òíðíðí ïàðáíâøàòü.  
Çàèèòü ðàñêèàèáííúí ðàñòèòàèúííúí ïàñéíí.



300) this.width=300" />

Îñòááèòü íàñòàèáàòüñý á õîëíäèèüíèèá íà íàñêíèüèí ÷àñíá.

Ïðèòîíáí àññàòèòà!