

Compot eirin, mwyar duon a fanila



Trawsnewidiwch eirin a mwyar duon tymhorol i mewn i bwdin soffistigedig neu frecwast blasus gyda granola a iogwrt. Os oes gormodedd o ffrwythau gennych chi, gallwch chi ddyblu'r rysáit, a'i rewi i gael rhywbeth hyfryd i'w fwyta ganol gaeaf.

Digon i 4 | Paratoi 10 munud | Coginio 25 munud




Cynhwysion

8 Eirinen Dinbych Dyffryn Clwyd (PDO)^A, wedi eu haneru a'u cerrig wedi'u tynnu
75g siwgr mân
2 stribed o groen lemon
1 goden fanila, wedi ei sleisio'n hanner ar ei hyd
300g mwyar duon

Dull

- 01 Rhowch yr eirin gyda'r ochrau sydd wedi'u torri'n wynebau i fyny mewn sgilet neu badell ffrio drom. Ysgeintiwch gyda'r siwgr.
- 02 Ychwanegwch groen y lemon, y goden fanila a joch o ddŵr.
- 03 Coginiwch yn ysgafn am 10-15 munud nes bod yr eirin yn dechrau meddalau ond yn dal eu siâp. Ychwanegwch joch arall o ddŵr os oes angen.
- 04 Ychwanegwch y mwyar duon a'u coginio am 10 munud arall nes bod y ffrwythau'n feddal braf.
- 05 Tynnwch oddi ar y gwres a gadael iddo oeri.
- 06 Gweinwch ar dymheredd ystafell gyda hufen trwchus neu iogwrt.

llyw.cymru/bwydadiodcymru

 [bwydadiodcymru](https://www.facebook.com/bwydadiodcymru)
 [@bwydadiodcymru](https://twitter.com/bwydadiodcymru)
 [bwyd_a_diod_cymru](https://www.instagram.com/bwyd_a_diod_cymru)

