

Cawl persli a chennin gyda chyw iâr mwg



Mae'r cawl hwn wedi'i seilio ar hen rysâit a fyddai'n cael ei fwyta i swper gan lowyr yn y de. Mae'r cyw iâr mwg ysgafn yn ychwanegiad blasus iawn.

Ar gyfer 6 | Paratoi 15 munud | Coginio 25 munud

Cynhwysion

- 4 cenhinen
- 2 daten
- 80g o bersli deilen gyrllog neu bersli deilen fflat, y dail a'r coesynddau
- 1 winwysyn, wedi'i blicio a'i sleisio
- 1 llwy fwrdd o olew
- 25g o fenyn
- 800ml o stoc llysiâu
- Halen Môn^A a phupur du
- 200ml o laeth
- 2 frest o gyw iâr mwg wedi'i dorri'n haenau tenau

Dull

- 01** Golchwch y cennin a'u sleisio, gan gofio defnyddio'r darnau gwyrdd ar y top.
- 02** Pliciwch a thorrwch y tatws yn ddarnau 3cm o faint.
- 03** Gwahanwch ddail a choesynddau'r persli, cyn torri'r coesynddau'n fân.
- 04** Mewn sosban fawr, ffriwch y winwysyn mewn olew a menynddau cynnes, a phan fydd yn feddal, ychwanegwch y tatws, coesynddau'r persli a'r cennin wedi'u sleisio. Coginiwch am tua 5 munud heb adael i'r llysiâu frownio.
- 05** Ychwanegwch y stoc a choginio am tua 10 munud, tan y bydd y tatws yn feddal. Gadewch i'r cymysgedd oeri am ychydig funudau.
- 06** Torrwch y dail persli a'u hychwanegu. Rhowch y cyfan mewn peiriant i'w droi'n hylif, ac ychwanegu halen a phupur gan bwyll bach.
- 07** Dychwelwch y cawl i'r badell ac ychwanegu'r llaeth. Ailgynheswch y cawl yn araf, gan ofalu nad yw'n berwi.
- 08** Gweinwch y cyw iâr mwg ar dop pob powlennaid, ac ychwanegu mymryn o bersli mân yn addurn.

