

Coes cig dafad wedi'i choginio'n araf mewn cwrw



Mae cig dafad wedi'i goginio'n araf mewn cwrw a pherlysiâu yn dyner a llawn blas. Gallwch ddefnyddio coes o Gig Oen Cymreig* yn lle a lleihau'r amser coginio o 30 munud. Gweinwch gyda phentwr o datws stwnsh a llysiâu gwyrdd.

Ar gyfer 6 | Paratoi 20 munud | Coginio 3 awr

Cynhwysion

- ½ coes cig dafad, yn pwyso tua 1.8 kg
- 2 winwnsyn mawr
- 1 cenhinen mawr wedi'i olchi
- 2 foronen fawr
- 3 coesyn seleri
- 1 blb o garlleg
- 500ml o gwrw
- 500ml o stoc llysiâu
- Halen Môn^Δ a phupur du
- Llund llaw yr un o deim a rhosmari, wedi'u torri'n fân
- 2 ddeilen llawryf
- 2 lwy fwrdd o flawd (wedi'i gymysgu â dwr i greu pâst)

Dull

- 01** Cynheswch y ffwrn i 200°C/Nwy 7.
- 02** Pliciwch a thorrwch y winwns, y genhinen, y moron a'r seleri'n fras, a'u rhoi mewn dysgl caserol neu dun rhostio mawr. Ychwanegwch y perlysiâu. Rhowch y cig dafad ar ben y llysiâu, ac ychwanegu halen a phupur i roi blas.
- 03** Tywalltwch y cwrw a'r stoc dros bopeth, a'i roi i goginio yn y ffwrn am 30 munud. Trowch y gwres i lawr i 140°C/Nwy 3, rhowch gaead llac arno, a'i adael i goginio'n araf am 3 awr. Tynnwch y caead a gwlychu'r cig gyda'r sudd.
- 04** Rhowch y cig a'r llysiâu ar blât twym. Tynnwch unrhyw fraster o'r hylif yn y tun rhostio, a rhoi'r tun ar yr hob. Chwisgiwch y pâst blawd i mewn. Daliwch ati gyda'r chwisg tan y bydd y saws wedi tewhau ac yn berwi. Ychwanegwch halen a phupur i flasau a gweinwch gyda'r cig wedi'i dorri a'r llysiâu.

