

Stêcs syrlwyn Cig Eidion Cymru o'r gradell gyda salsa verde



Swper hyfryd a syml. Stêcs syrlwyn Cig Eidion Cymru suddlon gyda salsa verde Eidalaidd persawrus. Gweinwch gyda sglodion a salad gwyrdd crenshlyd.

Digon i 4 | Paratoi 15 munud | Coginio 10 munud

Cynhwysion

4 x 200g stêc syrlwyn Cig Eidion Cymru PGI*

Halen Môn (PDO)^A

Pupur du ffres

Olew hadau rêp

Ar gyfer y salsa verde

1 llond llaw fawr persli

1 llond llaw fawr basil

1 llond llaw fawr mintys

1 ewin garleg, wedi ei blicio a'í falu

1 llwy fwrdd caprau

4 ffiled ansiofi, wedi eu torri (dewisol)

1 llwy fwrdd sudd lemon

4 llwy fwrdd olew hadau rêp

½ llwy de mwstard

Dull

- 01 Tynnwch y stêcs allan o'r oergell a gadewch iddyn nhw ddod i dymheredd ystafell cyn eu coginio.
- 02 Rhwbiwch nhw gydag olew hadau rêp a'u sesno'n dda gyda halen môr a phupur du ffres.
- 03 Cynheswch radell nes ei bod yn chwilboeth. Coginiwch y stêcs am 2-3 munud ar bob ochr. Rhowch nhw ar blât cynnes, gorchuddiwch nhw'n llac â ffoil a'u gorffwys am 5 munud.
- 04 Rhowch gynhwysion y salsa verde mewn prosesydd bwyd bach. Cymysgwch nes bod y saws yn fras. Blaswch a gwiriwch y sesnin.
- 05 Diferwch y salsa verde dros y stêcs a'u gweini.

llyw.cymru/bwydadiodcymru

bwydadiodcymru

@bwydadiodcymru

bwyd_a_diod_cymru

