

## Cawl Llysiau

### Dull:

- Cynheswch yr olew mewn sosban
- Ychwanegwch y nionod a'u ffrïo'n ysgafn am ychydig funudau wrth eu troi
- Ychwanegwch y garlleg
- Ychwanegwch y tatws melys, y llysiau, y corbys a'r pasta a'i droi
- Ychwanegwch y perlysiâu a'i droi
- Ychwanegwch y piwrî tomato a'r tomatos tun ac yna'r dŵr a'i droi'n dda
- Ychwanegwch y ciwb stoc a'i droi
- Codwch y cyfan i ferwi, trowch y gwres yn is, rhowch gaead arno a'i fudferwi am 20-25 munud

Tynnwch y cawl oddi ar y tân a'i fwyta fel y mae neu ychwanegu'r cyw iâr neu'r ham wedi'i goginio.

Gallwch hefyd ddefnyddio reis yn hytrach na lentils a phasta

Os ydych yn defnyddio blendiwr, defnyddiwch hwnnw ar y cam yma.

Os ydych chi'n defnyddio crochan coginio'n araf, rhowch y nionod wedi'u torri a'r garlleg yn y crochan i ddechrau ac yna ychwanegu'r holl gynhwysion eraill. Cymysgwch y ciwb stoc gyda'r cyfaint o ddŵr sydd ar gefn y paced mewn jwg a thywallt hwn i mewn i'r crochan, gan sicrhau bod yr holl gynhwysion wedi'u gorchuddio. Rhowch y crochan ar 'low' am 6 awr neu 'high' am 3 awr. Cymerwch olwg arno bob hyn a hyn os gallwch chi i wneud yn siŵr nad yw'n sychu. Os yw'r cawl yn edrych yn sych, ychwanegwch fwy o ddŵr. Mae bob amser yn well ychwanegu ychydig ar y tro yn hytrach na gormod ar unwaith. Mae dŵr yn y llysiau felly ni ddylech fod angen llawer mwy.

Dewch i Goginio!  
Come and Cook!

