



YN Y GEGIN

Cremnogau Albanaidd gyda coulis ffrwythau

Cynhwysion:

Ar gyfer y cremnogau:

- 50g o flawd codi
- 1 llwy fwrdd o siwgr
- 1 ŵy (wedi'i guro)
- 3½ llwy fwrdd o laeth
- 2 lwy de o olew blodyn yr haul

Ar gyfer y coulis ffrwythau:

- 1 llond llaw o ffrwythau y person (e.e llus/ffrwythau'r goedwig neu unrhyw fath o fafon, ffres neu wedi rhewi)
- Ychydig o ddŵr os ydych yn defnyddio ffrwythau ffres

YN Y GEGIN - Crempogau Albanaidd gyda coulis ffrwythau

Byddwch hefyd angen:

- Bowlen gymysgu
- Padell ffrio
- Olew/chwistrell ar gyfer y sosban
- Sosban ar gyfer y coulis

Dull:

Crempogau:

- Rhowch y blawd a siwgr mewn bowlen ac ychwanegwch yr ŵy a'r llaeth
- Curwch y gymysgedd nes ei bod yn teimlo fel hufen tew
- Irwch badell ffrio yn ysgafn gydag olew/olew chwistrellu a'i chynhesu
- Pan fydd y badell yn boeth, tywalltwch lwyaid o'r gymysgedd i mewn
- Pan fydd swigod yn ffurfio ar y wyneb, trowch y grempog drosodd
- Coginiwch ar bob ochr am 2-3 munud

- Gwnewch hyn eto nes byddwch wedi defnyddio'r gymysgedd i gyd

Coulis ffrwythau:

- Rhowch y ffrwythau yn y sosban a'u cynhesu'n araf tan iddynt ddechrau rhyddhau sudd
- Trowch y cyfan fel nad yw'n llosgi
- Unwaith y bydd y gymysgedd yn berwi, trowch y gwres i lawr a'i gadael i fudferwi
- Ychwanegwch ychydig o ddŵr os yw'r coulis yn rhy dew