



Dhal Blodfresych a Ffacbys Coch Mân

Cynhwysion:

1 nionyn gwyn wedi'i dorri'n fân

1 llwy fwrdd o olew

1 llwy de o sinsir mâl

1 llwy de o arleg wedi'i dorri'n fân

2 lwy de o bowdr cyri mwyn

100g/2 owns o ffacbys coch mân wedi'u sychu

133ml/4 owns hylif o laeth cnau coco

216g/5 owns o domatos wedi'u torri

250ml/8 owns hylif o ddŵr berwedig

2 giwb stoc llysiau

400g/14 owns o flodfresych ffres neu wedi'u rhewi

halen a phupur i ychwanegu blas

Digon i fwydo 4 o bobl

Dull:

- Rhowch olew mewn sosban maint canolig a'i chynhesu am ychydig funudau cyn ychwanegu'r nionod wedi'u torri'n fân. Coginiwch y nionod nes eu bod yn feddal ac yn dechrau brownio.
- Unwaith y bydd y nionod yn feddal, ychwanegwch y garlleg, sinsir, powdr cyri a'r ffacbys. Cymysgwch yn dda a'i adael i goginio am ychydig funudau.
- Wrth i'r cynhwysion goginio yn y sosban, ychwanegwch y ciwbiau stoc at y dŵr berwedig i'w toddi. Unwaith y bydd y ciwbiau wedi toddi'n llwyr, ychwanegwch y stoc at y cynhwysion eraill yn y sosban a'i gymysgu.
- Ar ôl 5 munud, ychwanegwch y llaeth cnau coco a'r tomatos wedi'u torri, cymysgwch y cyfan a'i adael i fudferwi nes bydd y ffacbys wedi meddalau.
- Unwaith y bydd y ffacbys wedi'u coginio, ychwanegwch y blodfresych at y sosban gan adael i'r cyfan fudferwi nes bydd y blodfresych wedi'u coginio'n llwyr.
- I'w weini gyda bara neu reis.