Amser Pobi

Tynnwch lun a rhannwch



Byns y Grog

Cynhwysion

Ar gyfer y byns
500g o flawd bara gwyn cryf
½ llwy de o halen
2 llwy de o sbeis cymysg
50g Siwgr mân
50g Menyn, wedi'i dorri'n giwbiau
200g o ffrwythau sych cymysg
7g sachet Burum sych
Llaeth 200ml
2 wy

Am y croesau a gwydredd
3 llwy fwrdd o flawd plaen
mêl neu surop euraidd, i'w frwsio

1. Rhowch y blawd i mewn yn y bowlen a ychwanegwch yr halen, sbeis cymysg a'r siwgr a'u chymysgu.

2. Rhwbiwch y menyn i mewn gyda blaenau eich bysedd. Trowch y ffrwythau sych i mewn, yna rhowch y burum drosto a'i droi i mewn. Cynheswch y llaeth yn ysgafn fel ei fod yn dwym, ond dal yn ddigon cŵl i roi eich bys i mewn am ychydig eiliadau. Curwch gyda'r wyau, yna arllwyswch i'r cynhwysion sych.

3. Gan ddefnyddio cyllell swrth (blunt), cymysgwch y cynhwysion i does llaith, yna gadewch i socian am 5 munud. Tynnwch allan o'r bowlen a thorri'r toes yn 8 darn cyfartal.

4. Siapiwch y toes yn fyns ar arwyneb â blawd arno. Rhannwch ar wahân ar ddalen pobi, gorchuddiwch yn rhydd gyda haenen lynu (cling film), yna gadewch mewn lle twym nes hanner ei faint eto. Bydd hyn yn cymryd 45 munud-1 awr 15 munud, yn dibynnu ar ba mor dwy yw'r ystafell.

5. Pan fydd y byns wedi codi, cynheswch y popty i 220C / ffan 200C / nwy 7. Cymysgwch y blawd gyda 2 lwy fwrdd o ddŵr i wneud past. Arllwyswch i mewn i fag bwyd plastig a gwnewch dwll bach yn un o'r corneli. Croeswch groesau ar ben pob bynsen.

6. Pobwch am 12-15 munud nes ei fod wedi codi ac yn euraidd (golden). Trimiwch y gymysgedd groes sydd ar y byns, yna brwsiwch y cyfan gyda mêl neu surop euraidd. Bydd y byns yn cadw'n ffres am ddiwrnod. Ar ôl hynny mae'n well eu tostio a'u gweini gyda menyn.

MENTRAU IAITH
CYMRAEG
menter iaith Castell-nedd Port Talbot
Llywodraeth Cymru Welsh Government
Cyswllt: 01639 763819 | menter@micnpt.cymru | Rhif Cwmni 6156176