Beth yw Cawl?

Yn y Gogledd fe elwir yn Lobscows

- Bwyd yw cawl
- Mae'n saig draddodiadol o Gymru.
- Mae'n cynnwys cig a llysiau tymhorol.
- Mae'r cynhwysion a ddefnyddir yn amrywio o ardal i ardal ond fel arfer defnyddir un ai Cig Oen Cymru, Cig Eidion Cymru neu gig moch.
- Gall y llysiau amrywio hefyd ond fel arfer defnyddir – moron, pannas neu rwden, cennin, nionod (winwns) a thatws. Yna mae popeth yn cael ei goginio yn araf mewn isgell (stoc).
- Credir fod cawl yn deillio o'r 13 ganrif o'r gair Lladin 'caulis' sy'n golygu coesyn planhigyn neu fresych.
- Yn ôl hanes byddai pobl yn bwyta'r potes gynta ac yna'r cig a'r llysiau felly roedd yn bryd dau gwrs. Hefyd roedd y cawl yn cael ei weini mewn dysglau pren ac ei fwyta gyda llwy bren fel na bo pobl yn llosgi eu cegau. Heddiw rydyn ni'n bwyta'r cyfan gyda'i gilydd,yn aml gyda bara ac hefyd gyda darn o gaws Cymreig.