Adnabod eich toriadau Cig Eidion

Bôn Cynffon Eidion

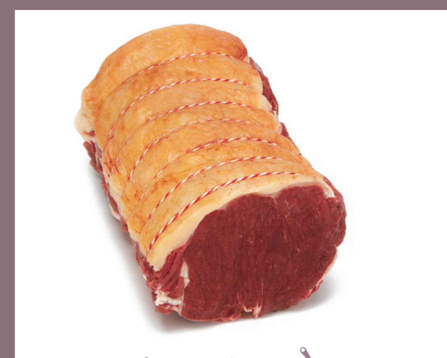
Stribedi Tro-Ffrio

Ffolen

Stêcen Ffolen

Stêcs Ffiled

Stêcs Syrlwyn

Syrlwyn wedi Rholio


Stêcs llygad yr asen

Stêcs Palfais

Darn o Ochr Orau'r Forddwyd

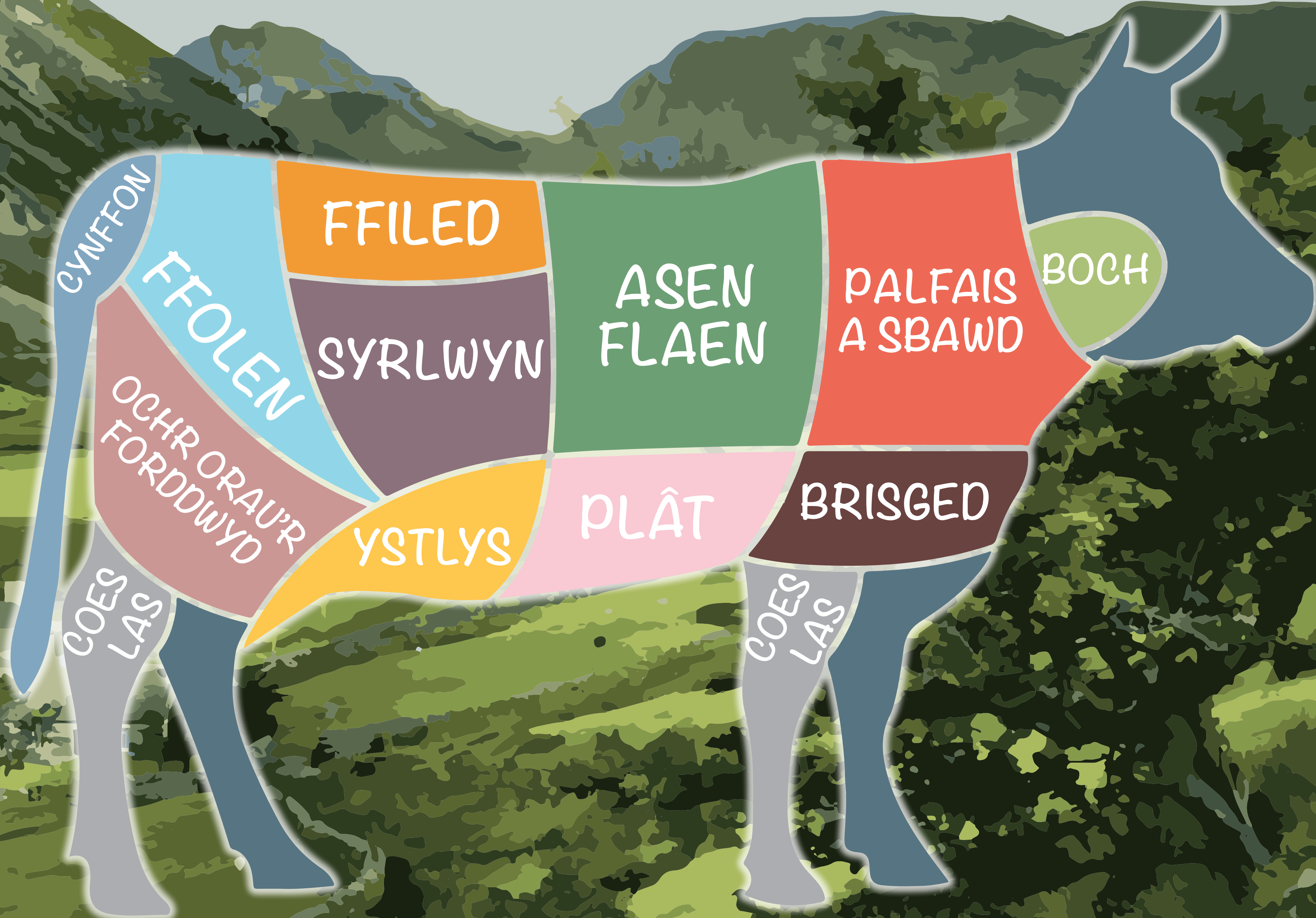
Stecen o'r Ochr

Darn o'r Yslys Las

Byrgyrs Eidion
o amrywiaeth o toriadau

Briwgig
o amrywiaeth o toriadau

Coes Las ôl



Asen Flaen

Ciwbiau Palfais

Stêcen Brwysio

Brisged wedi Rholio

RHANNAU O'R CARCAS

GWDDF
Mae'r gwddf yn cynhyrchu amrywiaeth o doriadau sy'n addas ar gyfer stiwio a brwysio. Fe ddefnyddir cig o'r rhan yma i gynhyrchu briwgig yn aml hefyd.

CLOD
Mae'r clod yn cynhyrchu toriadau diwastraff a ddylai gael eu coginio'n araf. Fe ddefnyddir cig o'r rhan yma'n aml hefyd ar gyfer cynhyrchu briwgig a chynnyrch briwgig, e.e. byrgyrs.

BRISGED
Dyma doriad traddodiadol o gig eidion sydd ar gael naill ai ar yr asgwrn neu heb yr asgwrn ac wedi'i rolio, ac fe'i ddefnyddir hefyd i baratoi stêcs llygad yr asen cyn rhostio. Mae'r marmori braster yn ei wneud yn doriad suddlon iawn.

COES LAS
Mae'r toriadau o'r goes las yn cynnwys cig coch gyda chyfran uchel o feinwe cysylltiol sy'n addas ar gyfer dulliau coginio araf fel stiw, caserol, cawl a stoc.

PALFAIS
Mae'r balfais yn cynhyrchu toriad eithaf coch a werthir yn aml fel stêcs palfais a chiwbiau o stecen balfais. Mae'n addas ar gyfer brwysio, stiwio ac fel llenwad pasteiod.

SYRLWYN
Mae'n cynhyrchu toriadau tyner ogig sy'n ddewis poblogaidd gyda defnyddwyr ar gyfer grilio, ffrio a rhostio. Mae cig syrlwyn yn fwy coch na chig asen flaen.

ASEN DRWCHUS
Mae toriadau o'r asen drwchus yn addas ar gyfer coginio araf. Mae'r cig fymryn yn fwy tyner nag unrhyw doriadau stiwio eraill.

ASEN FLAEN
Dyma doriad traddodiadol o gig eidion sydd ar gael naill ai ar yr asgwrn neu heb asgwrn ac wedi'i rolio, ac fe'i ddefnyddir hefyd i baratoi stêcs llygad yr asen cyn ei rostio. Mae'r marmori braster yn ei wneud yn doriad suddlon iawn.

COES
Gellir cyfeirio at y goes fel coes ôl hefyd ac fe dynnir yr asgwrn fel arfer. Mae'r cig yn ewynnol ac angen ei goginio'n hir ar dymheredd isel.

YSTLYS DRWCHUS A THENAU
Mae cig flanc yn llawn blas ac yn dueddol o gynnwys mwy o fraster ac felly'n cynnig ei hun i ddulliau coginio hir, araf. Er hynny, gellir ei goginio'n gyflym os yw'n cael ei wneud yn friwgig neu ei dorri'n stribedi. Gellir ffrio stecen o'r ystlys, yn sydyn ac fe'i ddefnyddir yn draddodiadol ar gyfer fajitas.

DARN O OCHR ORAU'R FORDDWYD/DARN O'R YSTLYS LAS
Dyma ddarn coch o gig eidion a gaiff ei ddefnyddio yn aml ar gyfer rhostio. Yn draddodiadol, fe'i ddefnyddiwyd ar gyfer halltu a'u werthu'n dafelli fel eidion wedi'i halltu.

FFOLEN
Mae'r ffolen yn doriad coch a thyner, a werthir yn aml fel stêcs mawr i'w grilio, ffrio neu farbeciwio.

TECHNEGAU COGINIO
- Barbeciwio a grilio
- Rhostio
- Ffrio a thro-ffrio
- Coginio'n araf

Cylchoedd o'r Goes Las

Am fwy o wybodaeth ewch i www.hwbcigcoch.cymru