



CWSPANAU TACO CIG EIDION CYMRU



CYNHWYSION

450g briwrig braster isel
Cig Eidion Cymru
PGI

12 tortilla bach

1 llwy fwrdd olew

1 nionyn, wedi'i dorri'n fân

1 pupur melyn, wedi'i dorri'n fach

2 llwy fwrdd sesnin taco

1 llwy fwrdd saws tomato

50g caws cheddar wedi'i gratio

I'w weini

Letys wedi'i rwygo, tomatos wedi'u torri'n fân a mayo garlleg.

DULL

- 1 Cynheswch y popty i 180°C/
Ffan 160°C/Nwy 4.
- 2 Ewch ati i iro tun myffin 12 twll.
- 3 Gan ddefnyddio torrwr crwn, torrwch
gylchoedd 10cm o bob tortilla a phwyswch
i mewn i'r tun myffin, plygwch yr ymylon.
- 4 Mewn padell ffrio ychwanegwch
y briwrig a'r nionyn a'u ffrio nes
bod y cig yn frown.



 30 munud  25 munud  Digon i 12

- 4 Mewn padell ffrio ychwanegwch
y briwrig a'r nionyn a'u ffrio nes
bod y cig yn frown.



- 5 Ychwanegwch y pupur, trowch am funud,
yna ychwanegwch y saws tomato a
sesnin taco a'i goginio am 5 munud gan
droi'n ysgafn.
- 6 Rhowch y gymysgedd mewn cwpanau
tortilla, yna rhowch gaws wedi'i gratio ar
ei ben. Pobwch am tua 10 munud nes bod
y tortillas yn euraidd a'r caws wedi toddi.



Syniad Sydyn

- Peidiwch â thaflo gweddi y tortillas, torrwch nhw'n drionglau bach a'u pobi – defnyddiwch nhw i wneud nachos blasus.

- 7 Ewch ati i'w weini gyda letys wedi'i rwygo ar ei ben, tomato wedi'i dorri a rhywfaint o mayo garlleg.

