

Gwygbys Tsili gyda Reis Cneuen Coco

Digon i 4 person

8 owns o wygbys sych

Rhaid mwydo'r rhain am 12 awr ac yna'u berwi am 30 munud.

1 tun o domatos wedi'u torri

1 winwnsyn wedi'i dorri

2 ewin garlleg wedi'u malu

1 pupur coch wedi'i sleisio

1 pupur melyn wedi'i sleisio

1 llwy de o goriander wedi'i dorri

2 shibwnsyn wedi'i dorri'n fân

1 llwy de o bast sbeislyd

Diferyn o sudd leim

1 llwy de o fêl

1 llwy de o olew blodyn yr haul

Dull

Cynheswch yr olew mewn padell fawr cyn ychwanegu'r winwns, garlleg ac ychydig o'r past sbeislyd a'u ffrio am ychydig funudau. Cyn i'r cymysgedd frownio, ychwanegwch y pupurau a'r gwygbys wedi'u coginio neu wygbys mewn can, sudd leim a'r mêl a choginiwch y cymysgedd am 2 funud arall. Ychwanegwch y tomatos o'r tun a choginiwch am 10 munud. Gweinwch gyda'r shibwns a'r coriander ffres.

Past Sbeislyd

1 llwy de yr un o bowdwr paprika melys, Garam Masala, cwmin, coriander wedi'i falu

1 pinsiad o sinamon

1 llwy de o bast tsili

1 llwy de o stwnsh tomato

Diferyn o olew tsili

1 winwnsyn wedi'i dorri'n fân

Cynheswch yr olew mewn sosban ac ychwanegu'r garlleg. Ychwanegwch weddill y cynhwysion ac ychydig o ddŵr (tua 3 llwy fwrdd) cyn coginio'r cymysgedd am 15 munud ar wres isel (peidiwch â gadael i'r cymysgedd losgi).

Reis Cneuen Coco

8 owns o reis grawn hir sy'n coginio'n gyflym

2 owns o gneuen coco hufennog

1 winwnsyn wedi'i dorri

1 pinsiad o deim

1 ciwb o stoc llysiau

2 beint o ddŵr

Rhowch yr holl gynhwysion mewn sosban a mudferwch y cymysgedd am tua 15 munud nes bod y reis yn feddal.