

Cacen Ffrwythau Heb Wyau

Amser paratoi: 3 awr Amser coginio: 1 ½ awr o leiaf



12



24



Cynhwysion

150g / 5 owns o flawd codi cyflawn

50g / 2 owns o almonau wedi'u malu
(dewisol)

2 llwy de o sbeis cymysg

450g / 1 pwys o ffrwythau cymysg

110g / 4 owns o ddatys

110g / 4 owns o fricyll wedi'u sychu

275ml / 10 owns hylifol / ½ peint o ddŵr

150 ml / 5 owns hylifol / ¼ peint o sudd
oren

Dull. Twymwch y popty i 180°C / Nwy Marc 4

- Rhowch y ffrwythau mewn hylif i socian am o leiaf 3 awr
- Ychwanegwch flawd a sbeis cymysg (ac almonau wedi'u malu os ydych yn eu defnyddio) at y ffrwythau
- Pobwch y cymysgedd mewn tun 2 pwys wedi'i leinio neu ei iro am 1 ½. Gorchuddiwch y gacen â ffoil am yr ½ awr olaf

Gair i gall!

Ar gyfer opsiwn Nadoligaidd,
defnyddiwch y gacen hon fel
sylfaen ar gyfer cacen
Nadolig a rhowch farsipán
ac eisin arni

