

# Bara Naan

Amser paratoi: 30 munud Amser coginio: 10 munud



## Cynhwysion

200g / 7 owns o flawd plaen  
1 pecyn o furum  
1 ewin garleg, wedi'i falu'n fân  
½ llwy de o bowdr codi  
1 llwy fwrdd o olew llysiau  
3 llwy fwrdd o iogwrt plaen  
2 llwy fwrdd o lefrith

### Dewisol

Pinsiad o hadau nionod duon (hadau Nigella)

Ysgeintiad o ddail coriander wedi'u rhwygo i ychwanegu at y blas



**Dull.** Twymwch y popty i 140oc / Marc Nwy 1

- Cymysgwch y blawd, y burum, yr hadau nionyn (dewisol) y garleg a'r powdr codi. Ychwanegwch yr olew, yr iogwrt a'r llefrith a throi'r cymysgedd
- Rhowch ddŵr ar eich migymau a thylinwch y toes nes ei fod yn feddal ac elastig – dylai hyn gymryd tua 10 munud
- Rhowch y toes mewn powlen gymysgu a'i orchuddio â glynlen. Gadewch iddo orffwys (codi) am 10 -15 munud mewn lle cynnes
- Rhannwch y toes yn bedair pelen a'u rhoi ar arwyneb neu fwrdd wedi'i ysgeintio â blawd. Rholiwch bob pelen yn siâp hirgrwn hir tua ½ cm o drwch
- Gosodwch nhw ar dun pobi wedi'i iro. Rhowch nhw yng nghanol y popty am 10 -15 munud. Byddan nhw'n barod pan fyddan nhw wedi codi ychydig ac wedi troi'n frown golau
- Gweinwch gyda chyw iâr rhuddem neu gyri cyw iâr a ffrwythau yn yr adran prif brydau



### Gair o gyngor!

Peidiwch â'u gwneud yn rhy denau neu fe fyddan nhw fel creision!!