



No dyn Tudor Lover

2 wyau canolig

220g o flawd plaen

mêl clir

100g o siwgr caster

hanner llwy de o sinamon

naill ai hadau sesame, caraway neu bapi

Rhowch yr wyau ynghyd â'r siwgr

Ychwanegwch y sinamon a'r blawd, ychydig ar y tro i wneud toes

Cnewch y toes

Gwneud rholiau hir denau, 1 centimetr o led a 10 centimetr o hyd

Clymu i mewn i gwnlin

Mwynhewch y cnotiau mewn dŵr berw am 1 neu 2 funud

Rhaid iddynt arnofio a pheidio â glynu wrth y sosban

Tynnu'r knotiau a'i ddraenio ar bapur cegin

Rhowch y knotiau ar hambwrdd pobi wedi'i lapio

Pobwch yn y marc nwy 4 am bymtheg munud neu hyd yn frown euraid

Llwy fêl dros y nythu tra bo'n boeth

Chwistrellwch gyda'r hadau