

CEGIN WLEDIG
DYFFRYN
WYSG

VALE OF USK
COUNTRY
KITCHEN

VALE OF USK COUSCOUS SALAD

Ingredients

175 g couscous

½ stock cube dissolved in 350ml boiling water

Any of these: tomatoes, cucumber, red or yellow pepper, spring onions

Almonds, cashew nuts or pine kernels, toasted in the oven or frying pan (optional)

Dressing

Juice of ½ lemon

3 tablespoons rapeseed oil

Pinch of sugar

Salt and pepper

Fresh herbs, such as parsley, chives, mint or watercress

How to make it

1. First weigh out the couscous and put in a bowl
2. Pour boiling water into a jug with the stock cube and pour over couscous, stir and cover the bowl for 15 minutes until soft.
3. Prepare the vegetables: cut into small cubes
4. Wash and chop the herbs for the dressing. Mix up the dressing ingredients in to a jar and shake well.
5. When the couscous is ready, fluff up with a fork, then add the chopped vegetables and dressing. Stir in the nuts if using.

CEGIN WLEDIG
DYFFRYN
WYSG

VALE OF USK
COUNTRY
KITCHEN

SALAD COUSCOUS DYFFRYN WYSG

Cynhwysion

175g couscous

½ ciwb stoc wedi ei doddi mewn 350ml o ddŵr berwedig

Unrhyw un o'r rhain: tomatos, ciwcymbr, pupur melyn neu goch, nionod

Cnau almon, cashew neu pine kernels, wedi eu rhoio yn y ffwrn neu padell ffrio (opsiynol)

Dresin

Sudd o ½ lemwn

3 llwy fwrdd o olew had-rêp

Pinsiad o siwgr

Halen a phupur

Llysiau blas megis persli, cenhinen syfi, mint neu ferwr y dŵr

Sut i fynd ati

1. Pwyswch y couscous gyntaf a'i osod mewn powlen
2. Arllwyswch ddŵr berwedig mewn jwg gyda'r ciwb stoc a'i arllwys dros y couscous, ei droi a gorchuddio'r bowlen am 15 munud tan ei fod yn feddal.
3. Paratowch y llysiau; a'u torri'n giwbiau mân
4. Golchwch a thorri'r llysiau blas ar gyfer y dresin. Cymysgwch y cynhwysion dresin mewn jar a'u cymysgu'n dda.
5. Pan fydd y couscous yn barod, cymysgwch gyda fforc ac ychwanegwch y llysiau sydd wedi eu torri a'r dresin. Ychwanegwch y cnau os ydych yn dymuno.