

Canllawiau Cogurdd Pen Barras

Dyddiad: Bore Iau, Hydref 15fed

Lleoliad: Neuadd Pen Barras

Beth sydd ei angen arnoch

Yr holl gynhwysion

Plat i osod y bwyd

Bwrdd torri

Unrhyw dybiau, offer fydd ei angen i greu'r salad.

Ffedog

Bag i ddal eich holl offer.

Llian sychu llestri

Cadach.

BYDD YR YSGOL YN DARPARU CYLLYLL - PEIDIWCH A DOD A
CHYLLYLL.



Alergeddau

- Ni allwch ddefnyddio CNAU yn eich ryseit.

Ar y diwrnod

- Bydd gofyn i'r cystadleuwyr baratoi salad sawrus i 1 person.
- Bydd angen i'r cystadleuwyr ddefnyddio o leiaf un o'r cynhwysion yma – tomato, moron, ciwcymbr, corbwmpen
- Gall fod yn syml gyda chynhwysion traddodiadol neu yn fwy dyfeisgar
- Dewch a phopeth yn syth i'r neuadd.
- Bydd 15 munud i osod eich cynhwysion yn barod.
- Bydd 45 munud i greu a gosod eich salad. Bydd angen tacluso a glanhau yn yr amser yma hefyd.
- Ni ddylid paratoi eich cynhwysion o flaen llaw.

Cogurdd Pen Barras Guidelines

Date: Thursday morning, October 15th

Venue: Pen Barras Hall

What you will need

- All the ingredients for your salad
- A plate to server the salad
- Cutting board
- Any equipment that you will need to create the salad.
- An apron
- A bag to hold all your equipment and food
- Dishcloth
- Cloth.
- THE SCHOOL WILL PROVIDE KNIVES - DO NOT BRING KNIVES TO SCHOOL

Allergies

- You cannot use NUTS in your recipe.

On the day

- The contestants will be asked to prepare a savory salad for 1 person.
- Competitors will need to use at least one of these ingredients - tomato, carrot, cucumber, courgette
- It can be simple with traditional ingredients or more inventive
- Bring everything straight to the hall.
- There will be 15 minutes to get your ingredients ready.
- There will be 45 minutes to create and arrange your salad. Tidying and cleaning will also be necessary at this time.
- Your ingredients should not be prepared in advance.



