



GLAMORGAN SAUSAGE JACKETS

INGREDIENTS

2 clean, medium-sized baking potatoes

1 small leek – thinly sliced

1 teaspoon vegetable oil

40g Caerphilly **cheese** – grated

¼ teaspoon dried sage

¼ teaspoon dried parsley

¼ teaspoon Dijon **mustard**

ground black pepper

2 tablespoons fresh wholemeal **breadcrumbs**

EQUIPMENT

chopping board, saucepan, sharp knife,

vegetable knife, grater, teaspoon,

mixing bowl, fork, baking tray

SERVES: 2

PREP TIME: 20 minutes

COOK TIME: 10-15 minutes

ALLERGENS: cereals containing gluten,
milk, mustard

METHOD

- 1 Wash the potatoes and prick all over with a fork. Place in the microwave and cook on high for 9-10 minutes until the potatoes are soft. Remove from the microwave and cool slightly.
- 2 Preheat the oven to 190°C. Slice the leek and cook in the vegetable oil until soft but not brown.
- 3 Cut the potatoes in half and hollow each side out using a teaspoon. Place the cooked potato in a mixing bowl and mash thoroughly. Add the leek, 30g cheese, herbs, mustard and black pepper and mix well.
- 4 Spoon the potato mixture back into the potato skins pressing down well with a teaspoon. The sprinkle with the remaining cheese and 1 teaspoon of breadcrumbs (optional).
- 5 Put the potatoes on a baking tray and bake in the oven for 10-15 minutes until the potato is piping hot and the top is golden brown. Alternatively, place them under a medium heat grill and cook until the potato is piping hot the top is golden brown.



TATWS PÔB SELSIG GLAMORGAN

CYNHWYSION

2 datws pobi glân, canolig eu maint

1 genhinen fach - wedi'i sleisio'n denau

1 llwy de o olew llysiau

40g **Caws** Caerffili - wedi'i gratio

¼ llwy de saets sych

¼ llwy de persli sych

¼ llwy de **mwstard** Dijon

pupur du

2 lwy fwrdd o friwsion bara gwenith cyflawn ffres

OFFER

bwrdd torri, sosban, cylllell finiog,

gratiwr, llwy de, powlen gymysgu, fforc,

hambwrdd pobi

DIGON I: 2

AMSER PARATOI: 20 munud

ALLERGEDD: grawnfwydydd sy'n
cynnwys glwten, llaeth

AMSER COGINIO: 10–15 munud

DULL

- 1 Golchwch y tatws a'u pigo gyda fforc. Rhowch yn y microdon a choginiwch yn uchel am 9-10 munud nes bod y tatws yn feddal. Tynnwch o'r microdon ac oeri ychydig.
- 2 Cynheswch y popty i 190°C. Torrwch y gennhinen a'i choginio yn yr olew llysiau nes ei bod yn feddal ond nid yn frown.
- 3 Torrwch y tatws yn eu hanner a gwagiwch bob ochr allan drwy ddefnyddio llwy de. Rhowch y tatws wedi'u coginio mewn powlen gymysgu a'u stwmsio'n drylwyr. Ychwanegwch y cennin, caws (30g), perllysiau, mwstard a phupur du a'u cymysgu'n dda.
- 4 Rhowch y gymysgedd tatws yn ôl yn y croen tatws a phwyswch i lawr yn dda gyda llwy de. Rhannwch y caws sy'n weddill drostynt ac 1 llwy de o friwsion bara (dewisol).
- 5 Rhowch y tatws ar hambwrdd pobi a'u pobi yn y ffwrn am 10-15 munud nes bod y tatws yn chwilboeth ac yn frown euraidd. Neu, rhowch nhw o dan ril gwres canolig a'u coginio nes eu bod yn barod.