



A SQUASH AND A SQUEEZE BREAD



MAKES: 8 rolls

PREP TIME: 60 minutes

ALLERGENS: cereals containing gluten

COOK TIME: 10-15 minutes

INGREDIENTS

200g (8 dessertspoons) strong plain **flour**

1 x 7g sachet easy-bake (microfine) **yeast**

$\frac{1}{2}$ teaspoon mixed herbs

200ml warm water

2 teaspoons oil

EQUIPMENT

mixing bowl, measuring jug, wooden spoon

medium sized 'tie handle' plastic bag,

teaspoon, flour dredger,

baking tray, spatula

METHOD

- 1** Place the flour, yeast and herbs in the mixing bowl. Gradually add the water* to form a soft, slightly sticky dough with a wooden spoon. *You may not need to add all of the water!
- 2** Open the plastic bag and add the oil. Rub the bag together so it gets an even coating of oil (this will stop the dough from sticking to it), then place the dough in the bag. Knead the dough in the bag for 4-5 minutes until it develops a soft, elastic and smooth texture.
- 3** Place the kneaded dough onto a lightly floured surface and divide into 8 pieces. With your hands roll each piece into a ball, your initials or shape of your choice and place onto a floured baking tray.
- 4** Leave to rise in a warm place for about 30 minutes until they have doubled in size. Heat the oven to 200⁰C/Gas 6.
- 5** Bake the rolls for 10-15 minutes until golden brown and sounding hollow when tapped underneath.



BARA BE NA BW



CYNHWYSION

200g (8 llwy pwdin) **blawd** plaen cryf

1 x 7g sachet **burum** pobi hawdd

$\frac{1}{2}$ llwy de o berlysiâu cymysg

200ml o ddŵr cynnes

2 llwy de olew

OFFER

powlen gymysgu, jwg fesur, llwy bren

bag plastig canolig,

llwy de, ysgeintiwr blawd,

hambwrdd pobi, sbatwla

GWNEUD: 8 rhol

AMSER PARATOI: 60 munud

ALLERGEDD: grawnfwydydd sy'n
cynnwys glwten

AMSER COGINIO: 10-15 munud

DULL

- 1** Rhowch y blawd, y burum a pherlysiâu cymysg yn y bowlen gymysgu. Ychwanegwch y ddŵr yn raddol a ffurfio toes meddal, ychydig yn ludiog â llwy bren. * Efallai na fydd angen i chi ychwanegu'r holl ddŵr!
- 2** Agorwch y bag plastig ac ychwanegwch yr olew. Rhwbiwch y bag gyda'i gilydd fel ei fod yn cael haen o olew (bydd hyn yn atal y toes rhag glynu ato), yna rhowch y toes yn y bag. Tylunwch y toes yn y bag am 4-5 munud nes ei fod yn datblygu gwead meddal, elastig a llyfn.
- 3** Rhowch y toes wedi'i dylunio ar arwynebedd wedi'i wasgaru yn ysgafn â blawd. Rhannwch yn 8 darn. Rholiwch bob darn gydach dwylo l siap pêl, llythyren eich enw neu siap o'ch dewis. Thowch ar hambwrdd pobi wedi'i wasgaru â blawd.
- 4** Gadwech iddynt godi am tun 30 munud mewn lle cynnes nes eu bod wedi dyblu mewn maint. Cynheswch y popty i wres 200°C/Gas 6.
- 5** Pobwch y rholiau am 10-15 munud nes eu bod yn frown euraidd ac yn swinio'n wag wrth eu tapio oddi tanynt.