



Rheolau Coginio-ar y hyd

- * Golchwch eich dwylo cyn dechrau coginio, ar ôl cyffwrdd â'ch wyneb, ar ôl trafod cynhwysion amrwd neu ar ôl mynd l'r tŷ bach.
- * Clymwch walit hir yn ôl a gwisgwch ffedog.
- * Cadwch eich man coginion yn lân ac yn daclus.
- * Crynowch eich cynhwysion ac offer cyn dechrau coginio.
- * Crynowch yn siwr eich bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ar y cerdyn rysait/fideo.
- * Os ydych yn berson iau, gwnewch yn siwr fod oedolyn wrth law l'ch helpu bod amser.

Cook-along Rules

- * Wash your hands before you start cooking and after you have touched your face, handled raw ingredients or visited the toilet.
- * Always tie any long hair back and wear an apron.
- * Keep your cooking area clean and tidy.
- * Collect your ingredients and equipment before you start cooking.
- * Make sure that you follow the instructions on the recipe card/video.
- * If you are a younger person, please make sure an adult is there to help you at all times.