

Ag Déanamh Pancóga

TREORCHA

Comhábhair:
uibheacha X2,
bainne 300ml,
plúr 100g,
seacláid, mil,
im, súicra,
liomáid.



1. Ar dtús, bris na uibheacha sa babhla. Dhoirt an bainne isteach freisin agus cuir isteach an plúr.
2. Measc iad le chéile sa babhla.
3. D'fhag an babhla la haghaidh 30 nóiméid.
4. Cuir an friochtán ar an sorn agus cuir ola ar a friochtán.
5. Cuir an meascán sa friochtán agus nuair a tá sé donn, chaith san aer é.
6. Nuair atá sé críochnaithe, cuir ar pláta é agus bain taitneamh as.

