

Oideas na mBonnóg

Seo é t-Oideas Astrálaigh traidisiúnta amháin gur tháinig ó béal go béal aniar ón tseanaimsir é.

Ábhar - *tabharfar an méid seo : 20 bonnóga*

- ♣ 16 unsa Plúr (éirí féin)
- ♣ giota beag Salainn
- ♣ 4 spúnóg mhilseoige Siúcra
- ♣ 4 spúnóg mhilseoige Im
- ♣ 8 unsa Bainne

na dTr eor acha

Cuir an t-ábhar tirim (plúr, salainn, siúcra) isteach babhla.

Cuimil an t-im leis na hábhair atá ann.

Doirt an bainne isteach an meascán agus ansin measc le chéile.

Lena meascán tríd is tríd ina measc ardaigh amach é as an bhabhla agus cuir é ar an bord (clúdaithe le plúr cheana féin) agus ansin

fuin, fuin, fuin ach caithfidh tú cleachtadh agat a bheidh an méid ceart fuin a dhéanamh.

Brúigh ar an taos go dtí an cuma air mar leircín.

Gearr amach na bonnóga agus aistrigh go tráidire na bÁCéireachta iad. Bí cinnte an tráidire a chuimil le gréisc an ime roimhe seo. Ina bhreis seo bain úsáid "midi" gloine, de réir traidisiún.

Péint barr na mbonnóg le bainne.

Agus isteach an t-oigheann (ag 230 °C cheana féin) leo.

Thart fá 18 bomaite (nó 15 nóiméid sa cás oigheann fan-forced) bheadh na bonnóga réidh.

Anois ... Bainigí sul t astu !