**biadh le iasg eaconamas dachaigh**

Bonnaich Èisg

**Stuthan**

 bobhla mòr

 spàin mhòr

 spàin fhiodha

 greidlean

 2 fhorca

 2 thruinnsear mhòr

 pana fraighigidh

 bòrd-gearraidh

 sgian lusan

 pàipear-sìolaidh

 agus truinnsear

 truinnsear beag

 sliseag

50g rus bruich

150g iasg bruich

salann

piobar

1 spàin mhòr ketchup tomàto

1 ugh

ola

1 bhuntàta mòr

criomagan arain

1 spàin mhòr min-fhlùir

**Uidheaman**

**Dè dh’fheumas mi?**

**Dè nì mi?**

**1**.Cuir an rus agus an t-iasg ann am bobhla agus cuir ann salann agus piobar

gu do mhiann.

**2.** Le forca measgaich a-steach an ketchup tomàto.

**3.** Bris an t-ugh air truinnsear, cuir ann salann agus piobar agus buail e le forca.

**4.** Fliuch do làmhan agus dèan 4 bonnaich èisg.

**5.** Cuir crìoch a’ cumadh nam bonnach air bòrd-gearraidh le greidlean.

**6.** Cuir flùr air truinnsear beag.

**7.**  Cuir criomagan arain air truinnsear eile.

**8.**  Bog na bonnaich san fhlùr airson an còmhdachadh.

**9.**  Bog iad san ugh agus an uair sin bog iad sna criomagan arain agus dèan an aon

rud a-rithist.

**10.** Cuir ola dhan fhriochdan gus an tig i letheach suas nam bonnach èisg.

**11.**  Nuair a bhios an ola teth, fraighig na bonnaich èisg agus, nuair a bhios iad bruich, cuir air pàipear-sìolaidh iad.