**biadh measgaichte eaconamas dachaigh**

Coiridh le Cearc

**Stuthan**

100g cearc

1 uinnean

½ ubhail

1 phìos creimh

15ml ola

5ml pùdar coiridh

2.5ml pùdar dinnsear

125ml uisge teth

2.5ml puree tomàto

10ml chutney

100g rus fada

 bòrd-gearraidh

 rùsgair lusan

 sgian lusan

 2 phana

mheadhanach

 spàin fhiodha

 sìoltachan

 truinnsear mòr

**Uidheaman**

**Dè dh’fheumas mi?**

**Dè nì mi?**

**1**. Geàrr a’ chearc na striopan.

**2.** Rùisg agus slisnich an t-uinnean. Rùisg agus pronn an creamh.

**3.** Teasaich an ola agus bruich a’ chearc gus am bi i ruadh.

**4.** Cuir ann an t-uinnean agus fraighig e ga chur mun cuairt an-dràsta agus a-rithist.

**5.** Cuir ann am pùdar coiridh agus an dinnsear agus fraighig airson mionaid.

**6.** Cuir ann an t-uisge teth agus am puree tomàto agus thoir chun a’ ghoil e.

Cùm ga chur mun cuairt.

**7.**  Rùisg agus slisnich an ubhal agus cuir i dhan phana.

**8.** Bruich gu socair airson 30 mionaid.

**9.**  Bruich an rus ann an uisge goileach le salann ann airson mu 20 mionaid.

**10.** Nuair a bhios an rud bruich, sìolaidh e ann an sìoltachan.

**11.**  Tog an rus agus an coiridh còmhla.