**greimean bìdh eaconamas dachaigh**

**Ceapairean Dathte**

**Stuthan**

































2 shlis aran slàn-ghràn

ìm a chuireas tu air aon shlis arain

(faodar 30g a roinn eadar ceathrar)

1-2 spàin bheag de chàise bog

\*pìos beag currain

1 shlis tomàto

duilleag leiteas uaine

\*Faodar biadh sam bith eile a chleachdadh

fhad ’s a bhios dearg, orains agus uaine agad.

**Uidheaman**

**Dè dh’fheumas mi?**

**TEÒTHACHD NA H-ÀMHAINN 2000C**

**Dè nì mi?**

**1**.Le sgian le lann cruinn, cuir ìm air aon shlis arain.

**2.** Faigh inneal cuairsgein agus dèan tuill san aran leis an ìm air.

(Coimhead dè cho mòr ’s a tha an t-inneal-cuairsgein agus bi cinnteach

gum faigh thu 9 tuill a dhèanamh san aran).

**3.** Cuir càise bog air an t-slis arain eile.

**4.** Geàrr slis tomàto le sgian fhiaclach agus an uair sin geàrr an t-slis na dà leth.

**5.** Bleith pìos beag currain.

**6.** Cuir na stuthan lìonaidh gu faiceallach air uachdar a’ chàise bhuig.

**7.** Cuir a-nis an t-slis le na tuill air uachdar nan stuthan lìonaidh le taobh an ime ri

taobh nan stuthan lìonaidh.

**8.** Cuir an ceapaire air bòrd-gearraidh agus geàrr e na thrì pìosan le sgian arain

ach am bi na dathan dearg, orains agus uaine agad.

**9.** Cuir gu grinn air truinnsear iad.

Tha na ceapairean seo math airson partaidh.

Cuach goblet

Cuairsgean core

Cuimean (Lus MhicCuimein) cumin

Inneal-cuairsgein corer

Measgachadh-bhlasan seasoning mix

Sgian fhiaclach serrated knife

Spàin-shìolaidh slotted spoon