

# Llaeth a Llawer Mwy

## GWEITHDY BIOCEMEG

### Gwneud Menyn

Yn yr weithgaredd yma byddwch yn dysgu am y broses gwneud menyn ac yn gwneud menyn eich hun.

#### **Beth sydd ei angen**

Hufen chwipio ar dymheredd ystafell  
Jar plastic clir gyda caead sy'n dal dŵr  
Powlen fawr  
Gogr

#### **Beth i'w wneud**

- Llenwch hanner y jar gyda hufen chwipio
- Rhowch y caead ar y jar gan wneud yn siwr nad ydy'n gollwng
- Ysgwydwch y jar nes i chi wneud menyn (mae'r amser yn dibynnu ar faint o hufen sydd)
- Rhowch y gogr dros y fowlen
- Tolltwch gynnwys y jar i'r gogr i wahanu'r menyn o'r llaeth enwyn
- Golchwch y menyn mewn dŵr oer ychydig o weithiau i gael gwared ar y llaeth enwyn i gyd
- Mwynhewch!

#### **Beth sy'n digwydd?**

Rydym yn cael hufen pan mae llaeth braster llawn yn cael ei gynhesu yna ei oeri – wrth iddo oeri mae'r hufen yn codi i'r top. Mae llawer o wahanol fathau o hufen yn cael eu gwerthu yn y DU a'r gwahaniaeth rhyngddynt yw faint o fraster maent yn eu cynnwys. Er mwyn gwneud menyn, mae angen hufen gyda chyfran uchel o fraster (>30%) felly dylid defnyddio hufen chwipio neu hufen dwbl.

Mae hufen yn gymysgedd o fraster, dŵr a phrotein. Mae'r globylau braster mewn hufen wedi'u gwasgaru mewn dŵr. Trwy ysgwyd (neu gorddi) yr hufen, mae'r globylau braster yn cael eu gwasgu at ei gilydd gan greu clwmpiau mawr sy'n ffurfio hufen wedi'i chwipio yn gyntaf, yna menyn yn yn y pen draw. Mae'r dŵr sy'n gwahanu allan yn cynnwys y protein ac fe'i gelwir yn laeth enwyn.

Mae hi'n bosib cael hyd i amryw o wahanol fideos o gorddi menyn ar y rhyngwrdd ond mae'r ffilm hyfforddi yma gan British Pathe yn rhoi cipolwg gwych ar sut roedd menyn yn cael ei wneud yn yr 1940au: <https://www.youtube.com/watch?v=oaXjq9Qf4z8&t=410s>



**BIOCHEMICAL  
SOCIETY**

