

Yr Asiantaeth Safonau Bwyd yn cyngori defnyddwyr y bydd rhai cynhyrchion dofednod mewn oergelloedd wedi'u rhewi a'u dadmer yn flaenorol er mwyn cynnal lefelau stoc y Nadolig hwn

Dylai'r cynhyrchion gael eu labelu'n glir fel rhai 'wedi'u dadmer' a dylent fod yn addas i'w rhewi gartref os yw'n dweud hynny ar y label. Bydd gwybodaeth ar gael ar wefannau manwerthwyr yn ogystal ag yn y siopau eu hunain.

Bydd y newid dros dro hwn yn berthnasol i rai cynhyrchion twrci, hwyaden, capon a g?ydd, a fydd ar werth rhwng 28 Tachwedd a 31 Rhagfyr. Nid yw'n berthnasol i gyw iâr.

Daw'r cyngor hwn, sy'n berthnasol i Gymru a Lloegr yn unig, ar ôl i [Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig \(Defra\)](#) a [Llywodraeth Cymru](#) gyhoeddi cyfres o fesurau i helpu i gefnogi'r diwydiant dofednod gyda'r heriau y maent yn eu hwynebu ar hyn o bryd oherwydd fflw adar.?

Meddai Narriman Looch, Pennaeth Clefydau a Gludir gan Fwyd yr ASB:

Fel dofednod eraill, bydd y cynhyrchion hyn sydd wedi'u dadmer yn berffaith ddiogel i chi a'ch teulu eu bwyta cyn belled â'ch bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ar y label ac yn dilyn arferion hylendid bwyd da.

Mae hyn yn wahanol i'n cyngor arferol o beidio ag ail-rewi cig amrwd wedi'i ddadmer gartref gan fod gan y diwydiant bwyd offer arbenigol i rewi'n gyflym iawn, ac yna dadmer y cynhyrchion hyn dan amodau a reolir yn llym. Mae rhewgelloedd yn y cartref yn llai effeithlon, felly gallai dadmer ac ail-rewi cig amrwd gartref ganiatáu i germau niweidiol dyfu.

Meddai Andrea Martinez-Inchausti, Dirprwy Gyfarwyddwr Bwyd Consortiwm Manwerthu Prydain (BRC):

"Mae manwerthwyr yn cymryd camau gweithredol i sicrhau bod eu cwsmeriaid yn gallu mwynhau twrci dros gyfnod yr ?yl. Drwy ladd adar ychydig yn gynt a'u rhewi, gellir dadmer y cynhyrchion hyn a'u gwerthu yn y cyfnod cyn y Nadolig heb boeni am effaith fflw adar ar gyflenwad."

Cyngor hylendid bwyd i ddefnyddwyr sy'n trin dofednod, gan gynnwys cynhyrchion twrci, hwyaden, caprwn a g?ydd Nadolig wedi'u hoeri ac sydd wedi'u rhewi'n flaenorol:

- Golchwch eich dwylo cyn ac ar ôl trin dofednod amrwd Peidiwch â golchi adar cyfan neu gynhyrchion cig dofednod
- Cofiwch wirio'r dyddiad 'defnyddio erbyn'
- Dilynwch y cyfarwyddiadau storio ar y label, a dylech ond rhewi'r dofednod wedi'i oeri gartref os yw'r label yn nodi ei fod yn ddiogel gwneud hynny

- Os yw'r aderyn wedi'i rewi, gwiriwch y label, oherwydd gall rhai adar llai gael eu coginio yn syth o'r rhewgell
- Efallai y bydd angen i chi ganiatáu amser ychwanegol i ddadmer aderyn mawr cyn ei goginio. Cofiwch gynllunio hyn ymlaen llaw, oherwydd gall twrci cyfan gymryd rhwng 3 a 5 diwrnod i ddadmer yn iawn.
- Dilynwch y cyfarwyddiadau coginio, a gwnewch yn siŵr fod y cig yn stemio'n boeth.

Cyngor ar ffliw adar i ddefnyddwyr:?

Mae dofednod a chynhyrchion dofednod wedi'u coginio'n drylwyr gan gynnwys eich twrci, hwyaden, caprwn neu ?ydd, yn ddiogel i'w bwyta. Mae ffliw adar yn peri risg diogelwch bwyd isel iawn i ddefnyddwyr y DU, ac mae cyngor yr ASB ar fwyta cynhyrchion dofednod yn aros yr un fath.

I gael mwy o awgrymiadau ar storio, dadmer, coginio a beth i'w wneud gydag unrhyw fwyd dros ben dros gyfnod y Nadolig, ewch i food.gov.uk