

## Taflen Wybodaeth Glasu / Information Sheet – Rhif 4 / No. 4 TYNNU A STORIO FFRWYTHAU / PICKING AND STORING

Os yw ffrwythau cartref i'w mwynhau ar eu gorau, mae angen eu bwyta pan maent yn hollol berffaith. Rhan allweddol o'r pleser hwn yw gwybod yr amser cywir i gynaeafu a sut i storio'r ffrwythau.

Mae gwahanol arwyddion i fod yn ymwybodol ohonynt sy'n ymwneud â gwahanol gamau o'r broses aeddfedu. Mae'n bwysig gallu dehongli'r arwyddion hyn yn gywir.

### 1. Bwrw ffrwythau

Os oes ffrwythau yn syrthio oddi ar goed, yna gellir tybio bod gweddill y ffrwythau'n barod i'w tynnu. Gall hyn fod yn gamarweiniol. Mae'n gyffredin i afalau, gellyg ac eirin fwrw ffrwythau bychain yn gynnar yn yr haf. Gelwir hyn yn 'Gwypm mis Mehefin'. Mewn gwirionedd, mae'r goeden yn cael gwared ar ffrwythau sydd dros ben er mwyn rhoi cyfle i'r gweddill aeddfedu'n gywir. Mae cwypm mis Mehefin yn fwy amlwg yn ystod tywydd sych pan fo'r goeden dan straen. Nid yw'r ffrwythau ar y goeden yn barod i'w cynaeafu.

### 2. Cwypm cynnar

Mae'n bosibl i afalau a gellyg ar adegau, syrthio oddi ar goed sawl wythnos cyn yr amser cywir i gynaeafu. Os cymerwch un o'r ffrwythau sydd wedi syrthio a'i dorri gyda chylllell, fe welwch ddirod ger y galon. Fel arfer mae'n edrych fel tyllau turio bychain. Mae'r cnawd o gwmpas yn frown yn lle gwyn hufennog. Mae hyn yn dangos fod lindys gwyfynod afalau wedi bod yn bwydo arnynt. Bydd coed yn aml yn cael gwared ar ffrwythau sydd wedi'u difrodi yn gynnar. Mae'n bosibl na fydd gweddill y ffrwythau ar y goeden yn barod i'w cynaeafu.

### 3. Cledru

Os daliwch ffrwyth yn ofalus yng nghwpan eich llaw a'i godi, efallai y bydd yn torri lle mae'r coesyn yn ymuno â'r gangen. Mae'r ffrwythau'n barod i'w tynnu. Peidiwch â chymryd bod y ffrwythau i gyd yn barod ar yr un diwrnod. Mae'n bosibl y bydd angen eu cynaeafu dros gyfnod o sawl diwrnod. Mae ffrwythau sydd wedi bod yng ngolau'r haul yn fwy tebygol o fod yn barod cyn y rhai oedd yn cuddio ar ochr gysgodol y goeden.

## Amserlen

Fel rheol, caiff eirin eu cynaeafu o fis Awst i ddechrau mis Medi. Gellir cynaeafu afalau a gellyg o ddechrau mis Awst tan ddiwedd mis Hydref. Mae'r dyddiad ar gyfer afalau a gellyg yn dibynnu ar y math. Mae hyn yn ffactor bwysig wrth geisio rhoi enw i fath anghyfarwydd. Dylid tynnu pob ffrwyth perllan sydd i'w bwyta gan ddyn cyn y rhew cyntaf.

## Storio ffrwythau perllan

Nid yw'r ffrwyth yn marw wrth gael ei dynnu. Mae'r celloedd yn dal i fod yn fyw a bydd y ffrwyth yn parhau i ddatblygu. Mae cyflymder y datblygiad parhaus hwn yn gysylltiedig â thymheredd yr awyr sydd o amgylch y ffrwyth. Os yw tymheredd yr awyr yn uwch, yna bydd y broses ddatblygu'n gyflymach. Mae rhai ffrwythau'n barod i'w bwyta ac ar eu gorau'r eiliad y cant eu tynnu oddi ar y goeden. Mae hyn yn arbennig o wir am eirin. Mae hefyd yn wir i afalau a gellyg sy'n cael eu cynaeafu yn gynnar yn y tymor, h.y. ar ddechrau mis Awst tan ddiwedd mis Medi.

Mae eirin yn dirywio'n gyflym ar ôl eu tynnu ac os na fyddant yn cael eu bwyta o fewn diwrnod neu ddau, gallwch eu cadw trwy rewi, potelu neu wneud jam.

## Taflen Wybodaeth Glasu / Information Sheet – Rhif 4 / No. 4 TYNNU A STORIO FFRWYTHAU / PICKING AND STORING

Gellir storio afalau a gellyg a gynaeafwyd yn gynnar trwy eu rhewi ar ffurf llenwadau i bastai, saws afal a phiwrî. Fel arfer, caiff gellyg eu cadw trwy eu potelu mewn syrrip. Gellir cadw afalau a gellyg fel hylif trwy wasgu'r ffrwyth a phasteureiddio'r sudd.

I storio afalau a gellyg fel ffrwyth cyfan yn llwyddiannus, rhaid glynu at rai canllawiau sylfaenol.

1. Cofiwch fod tymheredd yr awyr yn hanfodol wrth storio dros dymor hir. Y tymheredd storio delfrydol yw'r un fath ag oergell gartref, sef rhwng 1°C a 5°C. Gallwch wneud hyn yn hawdd trwy eu storio mewn ysgubor, tŷ allan neu garej. Ceisiwch dynnu'r ffrwythau ar adeg oeraf y dydd i'w cadw ar dymheredd isel.
2. Peidiwch â cheisio storio ffrwythau sydd wedi'u difrodi. Bydd yn pydru'n gyflym ac yn debygol o heintio ffrwythau iach sydd wedi'u storio gerllaw.
3. Os yn bosibl, dylech storio ffrwythau mewn tywyllwch. Mae hyn yn tueddu i arafu'r broses aeddfedu.
4. Sicrhewch fod y ffrwythau'n ddiogel rhag llygod. Mae llygod mawr a bach wrth eu bodd â bwyd dynol gan lygru llawer mwy na'r hyn y byddant yn ei fwyta.
5. Storiwch y ffrwythau mewn haenau unigol gydag ychydig o fwch rhwng pob un er mwyn osgoi pydru.
6. Peidiwch â lapio ffrwythau unigol mewn papur newydd neu bapur sidan. Bydd yn anodd mynd ati i archwilio'r ffrwyth.
7. Mae silffoedd pren ar slatiau, hambyrddau llyisiau y gellir eu stacio a hambyrddau wyau yn eitemau da ar gyfer storio afalau a gellyg.
8. Dylech gadw golwg am ffrwythau sy'n dirywio. Pan fydd afalau wedi pasio'u gorau, mae'n dal yn bosibl i'w bwyta, ond bydd ganddynt ansawdd gwlanog ac wedi colli tipyn o'u blas. Mae gellyg yn aml yn pydru o'r tu fewn. Torrwch un yn ei hanner i gael golwg. Byddant yn dirywio'n gyflym os ydynt wedi pasio'u gorau a bydd y cnawd yn troi'n wlyb. Dywedir eu bod yn 'gysglyd'.
9. Mwynhewch eich ffrwythau!