



Арахис

8 г

25 г

140 г

175 г

Миндаль

10 г

30 г

130 г

160 г

Фундук

10 г

30 г

130 г

170 г

*Орехи
толченые*

10 г

30 г

130 г

170 г



*Желатин
(порошок)*

5 г

15 г

-

-

Крахмал

10 г

30 г

150 г

180 г

Сода пищевая

13 г

28 г

-

-

Какао порошок

9 г

25 г

170 г

200 г

Кофе молотый

7 г

20 г

180 г

210 г



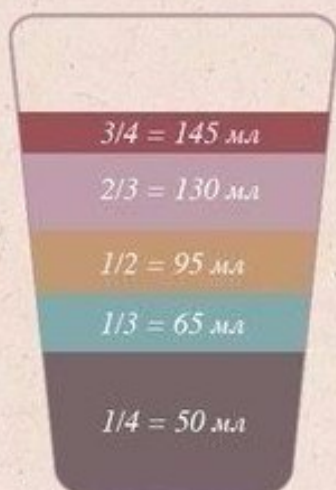
**Хозяйке
на заметку**

Сколько граммов поместится в ложку или стакан, зависит от плотности продуктов. Кроме того, на вес продукта влияет влажность. К примеру, сахар и соль в помещениях с повышенной влажностью становятся тяжелее.



Хозяйке
на заметку

Как правило, говоря «ложка», кулинары имеют в виду полную ложку «с горкой».



Стакан



Чашка

*Нужно помнить! В стакан и чашку редко наливают до краев. Иначе прольется.
Поэтому обычно в стакане около 240 мл, а в чашке примерно 190 мл.*



часть 2

кулинарный калькулятор

Про продукты и их количества



Вода

5 г

15 г

200 г

250 г

*Растительное
масло*

5 г

17 г

190 г

230 г

*Сливочное
топленое масло*

8 г

20 г

195 г

245 г

Уксус

5 г

15 г

200 г

250 г



<i>Манка</i>	<i>8 г</i>	<i>25 г</i>	<i>160 г</i>	<i>200 г</i>
<i>Гречка</i>	<i>7 г</i>	<i>25 г</i>	<i>165 г</i>	<i>210 г</i>
<i>Пшено</i>	<i>8 г</i>	<i>25 г</i>	<i>170 г</i>	<i>220 г</i>
<i>Рис</i>	<i>8 г</i>	<i>25 г</i>	<i>180 г</i>	<i>240 г</i>
<i>“Геркулес”</i>	<i>3 г</i>	<i>12 г</i>	<i>50 г</i>	<i>70 г</i>
<i>Перловка</i>	<i>8 г</i>	<i>25 г</i>	<i>180 г</i>	<i>230 г</i>



Хозяйке
на заметку

Сыпучие продукты нельзя утрамбовывать, трясти и рыхлить. Иначе вес не будет соответствовать объему.



<i>Майонез</i>	<i>10 з</i>	<i>25 з</i>	<i>210 з</i>	<i>250 з</i>
<i>Томатная паста</i>	<i>10 з</i>	<i>30 з</i>	<i>250 з</i>	<i>300 з</i>
<i>Горчица</i>	<i>4 з</i>	<i>20 з</i>	-	-
<i>Корица</i>	<i>8 з</i>	<i>20 з</i>	-	-
<i>Перец молотый</i>	<i>5 з</i>	<i>18 з</i>	-	-
<i>Перец горошком</i>	<i>5 з</i>	-	-	-
<i>Гвоздика молотая</i>	<i>3 з</i>	<i>20 з</i>	-	-



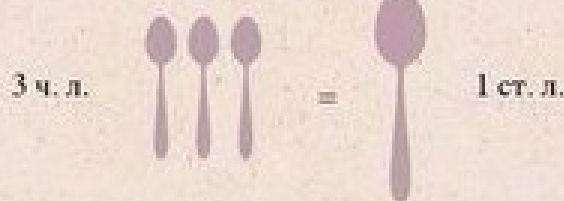
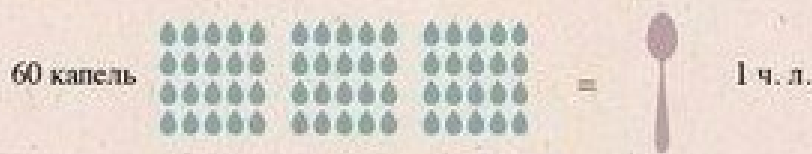
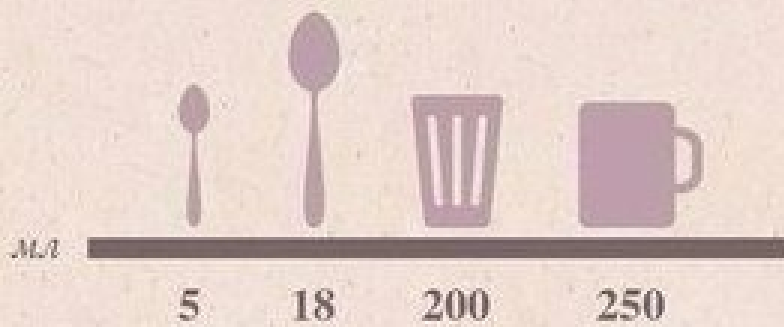
<i>Виноя</i>	<i>7 з</i>	<i>30 з</i>	<i>270 з</i>	<i>330 з</i>
<i>Земляника</i>	<i>5 з</i>	<i>25 з</i>	<i>140 з</i>	<i>170 з</i>
<i>Клубника</i>	<i>5 з</i>	<i>25 з</i>	<i>120 з</i>	<i>150 з</i>
<i>Малина</i>	<i>5 з</i>	<i>20 з</i>	<i>110 з</i>	<i>140 з</i>
<i>Черная смородина</i>	<i>7 з</i>	<i>30 з</i>	<i>130 з</i>	<i>180 з</i>



часть 1

кулинарный Калькулятор

*На кухне все мерится ложками,
чайками и стаканами.*



Тэги: [продуктов](#) , [полезные](#) , [советы](#) , [таблица](#) , [меры](#) , [веса](#)