



## DOSAGES ET MESURES

Pour vous dépanner si vous n'avez pas de balance ni de verre mesureur sous la main Sachez que :

### CONTENANCES en liquides

- 1 cuillerée à café contient	6 à 6 cm <sup>3</sup> ,
-1 cuillerée à dessert	9 à 10 cm <sup>3</sup> ,
-1 cuillerée à soupe	12 à 15 cm <sup>3</sup> .
- 1 tasse à café	10 cl ou 100 grs de liquide
- 1 tasse à thé	15 cl ou 150 grs
- 1 bol traditionnel	25 cl ou 250 grs
- 1 grand bol	50 cl

- Une cuillerée à soupe rase contient ainsi

20g de riz, gros sel, sirop, beurre ou margarine,  
15g de semoule, sucre, tapioca, café moulu, fécule, eau,  
10g de farine, ou de gruyère râpé.

- Un grand verre à eau contient 20 centilitres et une tasse à café 10 CL.

un pot de yaourt	125 grs de liquide 125 grs de sucre 125 grs de riz
------------------	--

cuillère à soupe rase	12 grs d'eau 20 grs de sirop 12 grs de farine 20 grs de riz 15 grs de sucre en poudre 12 grs de semoule 16 grs de sel 10 grs de gruyère râpé 16 grs de tapioca 15 grs de beurre
-----------------------	--

Une grande assiette à soupe fait environ 1/4 de litre donc avec 1 litre de potage vous servez 4 personnes ... Prévoyez plus large pour les soupes favorites de vos commensaux

et puis vous connaissez ma formule :

**ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A**