




















MEDIDAS PARA USAR EN LA COCINA

A veces cuando se va a cocinar con receta, se presentan problemas con las medidas. Por lo general en la casa no hay balanza pequeña para pesar los ingredientes de la receta. Tampoco suele haber tazas especiales para medir.

Por eso vamos a dar algunas medidas que pueden servir en esos casos.

-  una cucharadita son 60 gotas
-  una cucharada son 3 cucharaditas
-  1 taza son 16 cucharadas
-  1 litro son 4 tazas
-  1 cucharadita rasa de sal pesa 5 gramos
-  1 cucharada de agua pesa 15 gramos
-  1 cucharada rasa de café molido pesa 10 gramos
-  1 cucharada rasa de harina pesa 15 gramos
-  1 cucharada de leche pesa 15 gramos
-  1 cucharada rasa de arroz pesa 20 gramos
-  1 cucharada rasa de azúcar pesa 25 gramos
-  1 taza de mantequilla pesa 230 gramos
-  1 taza de cacao en polvo pesa 100 gramos
-  1 taza de carne cruda picada pesa 230 gramos
-  1 taza de harina tamizada pesa 115 gramos
-  1 taza de leche pesa 250 gramos
-  1 taza de arroz crudo pesa 225 gramos
-  1 taza de arroz cocinado pesa 115 gramos
-  1 taza de azúcar pesa 200 gramos

De 1 limón mediano se obtienen de 3 a 4 cucharaditas de jugo y media cucharadita de corteza rallada.

De 1 naranja mediana se obtiene media taza de jugo y 1 cucharada de corteza rallada.

De 4 papas medianas se obtienen 2 tazas y media de papas cortadas en cuadritos que pesan 450-gramos.