

Omrekenen maateenheden

Veel recepten waarin baksoda wordt gebruikt, zijn afkomstig uit Amerika of Engeland, zij gebruiken een ander maatstelsel. De hoeveelheden en temperaturen die in dit boek staan vermeld, zijn allemaal weergegeven in het Nederlandse maatstelsel, maar wil je recepten van internet gebruiken, dan moet je zelf de maateenheden omrekenen. Daarvoor bied ik je wat handige tabellen. Hierbij houd ik de gewichtsmaten en inhoudsmaten apart. Wanneer je bijvoorbeeld cups zou omzetten naar grammen, dan zet je een inhoudsmaat om naar een gewichtsmaat, wat altijd problemen geeft. Baksoda is veel lichter dan bijvoorbeeld azijn of olie en dan komen er fouten in de omrekening. Een andere optie dan het gebruik van de tabellen is om een set met maatschepjes te kopen, waarop een aanduiding in cups staat vermeld. Deze komen goed van pas wanneer je veel gebruik maakt van recepten uit Amerika of Engeland.

Ik heb verschillende bronnen geraadpleegd voor de recepten, maar mocht een verhouding toch niet helemaal goed uitpakken, pas het dan gerust wat aan.

VLOEISTOF	
U.S.A.	METRISCH
⅛ tsp	0,6 milliliter
¼ tsp	1,25 milliliter
½ tsp	2,5 milliliter
1 tsp	5 milliliter
½ tbs / tbsp	10 milliliter
1 tbs / tbsp	20 milliliter
2 tbs / tbsp	40 milliliter
⅛ cup	30 milliliter
¼ cup	60 milliliter
⅓ cup	75 milliliter
½ cup	120 milliliter
¾ cup	180 milliliter
1 cup	240 milliliter
1¼ cup	300 milliliter
1½ cup	325 milliliter
1⅓ cup	350 milliliter
1¾ cup	400 milliliter
2 cups / 1 pint	475 milliliter
3 cups	720 milliliter
4 cups / 1 quart	945 milliliter

GEWICHT	
U.S.A.	METRISCH
½ oz (ounce)	14 gram
1 oz	28 gram
1½ oz	43 gram
2 oz	57 gram
2½ oz	71 gram
4 oz	113 gram
5 oz	142 gram
6 oz	170 gram
7 oz	200 gram
8 oz / ½ lb	227 gram
9 oz	255 gram
10 oz	284 gram
11 oz	312 gram
12 oz	340 gram
13 oz	368 gram
14 oz	400 gram
15 oz	425 gram
16 oz / 1 lb	454 gram

Een Nederlandse eetlepel is 15 ml / een Amerikaanse eetlepel is 20 ml.

tsp = teaspoon / theelepel

tbs / tbsp = tablespoon / eetlepel

lb = pound

MINERALA®

WWW.MINERALA.NL | WWW.BAKINGSODA.NL



ALGEMENE CONVERSIE FORMULES

van ounces naar grammen	ounces x 28,35 = gram
van grammen naar ounces	gram x 0,035 = ounces
pounds naar grammen	pounds x 435,5 = gram
pounds naar kilogram	pounds x 0,45 = kilogram
cups naar liters	cups x 0,24 = liter
Fahrenheit naar Celsius	$(^{\circ}\text{F} - 32) \times 5 / 9 = ^{\circ}\text{C}$
Celsius naar Fahrenheit	$(^{\circ}\text{C} \times 9) / 5 + 32 = ^{\circ}\text{F}$

OVENTEMPERATUUR

FAHRENHEIT	GASSTAND	CELSIUS
250 °F	½	120 °C
275 °F	1	140 °C
300 °F	2	150 °C
325 °F	3	165 °C
350 °F	4	180 °C
375 °F	5	190 °C
400 °F	6	200 °C
425 °F	7	220 °C
450 °F	8	230 °C
475 °F	9	240 °C
500 °F	10	260 °C
550 °F	smoorheet / broil	290 °C

LENGTE

U.S.A.	METRISCH
½ inch	1,25 centimeter
1 inch	2,5 centimeter
6 inches	15 centimeter
8 inches	20 centimeter
10 inches	25 centimeter

Deze pagina's komen uit het Handboek Baking Soda van Ida Verstraten
Op deze pagina's rust copyright. Het boek is verkrijgbaar op
www.bakingsoda.nl, via de reguliere boekhandel en op bol.com

MINERALA®

WWW.MINERALA.NL | WWW.BAKINGSODA.NL

