

Tabella Conversione Unità di Misura Americane in Cucina

Maggiori informazioni sul sito: <http://www.thefoodellers.com>

Tabella Conversione Pesi

$\frac{1}{2}$ oz = 10 g
 $\frac{3}{4}$ oz = 20 g
1 oz = 25 g
 $1\frac{1}{2}$ oz = 40 g
2 oz = 50 g
 $2\frac{1}{2}$ oz = 60 g
3 oz = 75 g
4 oz = 110 g
 $4\frac{1}{2}$ oz = 125 g
5 oz = 150 g
6 oz = 175 g
7 oz = 200 g
8 oz = 225 g
9 oz = 250 g
10 oz = 275 g
12 oz = 350 g
1 lb = 450 g
1 lb 8 oz = 700 g
2 lb = 900 g
3 lb = 1.35 kg

Tabella conversione liquidi (generici)

1 cup = 240 ml
 $\frac{1}{2}$ cup = 120 ml
 $\frac{1}{3}$ cup = 80 ml
 $\frac{1}{4}$ cup = 60 ml = 4 tablespoons (tbsp)
1 tablespoon (tbsp) = 15 ml = 3 teaspoons (tsp)
1 teaspoon = 5 ml (tsp)

1 fluid ounce = 30 ml

1 US quart = 1 litro

Cup da misurare (per alimento)

1 cup farina = 150 grammi

1 cup zucchero granulato = 225 grammi

1 cup zucchero di canna = 175 grammi

1 cup uvetta = 200 grammi

1 cup riso basmati non cotto = 180 grammi

1 cup formaggio grattugiato = 110 grammi

1 cup burro/margarina = 2 stick = 225 grammi

1 cup latte = 240 ml

1 cup Yogurt = 250 grammi

1 cup gocce di cioccolato = 160 grammi

1 cup cacao = 120 grammi

1 cup miele = 300 grammi

1 cup polenta = 160 grammi

Conversione cucchiaini per alimenti specifici

1 cucchiaino bicarbonato = 1 grammo

1 cucchiaino lievito = 15 grammi

1 cucchiaino lievito = 5 grammi

1 cucchiaino cacao = 6 grammi

1 cucchiaino cioccolato = 10 grammi

1 cucchiaino miele = 20 grammi

1 cucchiaino miele = 7 grammi

1 cucchiaino zucchero a velo = 12 grammi

1 cucchiaino zucchero a velo = 6 grammi

1 cucchiaino zucchero di canna = 13 grammi

1 cucchiaino zucchero di canna = 4 grammi

1 cucchiaino zucchero = 13 grammi

1 cucchiaino zucchero = 4 grammi

1 cucchiaino olio = 14ml/12 grammi

1 cucchiaino olio = 5ml/4 grammi
1 cucchiaio acqua = 12 grammi
1 cucchiaino acqua = 6 grammi
1 cucchiaio farina 00 = 7,5 grammi
1 cucchiaino farina 00 = 2,5 grammi
1 cucchiaio riso = 12 grammi
1 cucchiaino riso = 4 grammi

Equivalenza tazza-cucchiaio-cucchiaino
--

1 tazza = 16 cucchiari = 48 cucchiaini
1/2 tazza = 8 cucchiari = 24 cucchiaini