Narzędzia i odmierzanie składników. Tabela

Ile to łyżka? A ile to łyżeczka? Jeśli zależy nam na tym, aby zawsze osiągać w kuchni doskonałe rezultaty, musi my precyzyjnie odmierzać składniki. Na ogół robimy to szklankami i zwykłymi łyżkami czy łyżeczkami, ale można również posługiwać się specjalnymi miarkami do płynów i produktów sypkich. Oto praktyczne porady, jak możemy poradzić sobie z właściwym odmierzaniem składników.

Miarka do płynów to zazwyczaj szklany lub plastikowy dzbanek z rączką, o pojemności 1, 2, 4 lub 8 szklanek. Używamy go do odmierzania mleka, miodu, melasy, syropu kukurydzianego, wody i oleju.

Miarka do składników sypkich wykonana jest z metalu lub plastiku i wyposażona w rączkę. Odmierzany produkt powinien sięgać do jej krawędzi. Miarki o pojemności 1/4, 1/3, 1/2 i 1 szklanki sprzedawane są na ogół w kompletach. Do niektórych zestawów dołączane są także miarki o pojemności 1/8 oraz 2/3 szklanki. Miarek do produktów sypkich używamy do odmierzania głównie mąki, kaszy, cukru i cukru pudru, jednak można nimi odmierzać także masło, margarynę, śmietanę, jogurt i musy owocowe. Choć nie są to sypkie produkty, mają gęstą konsystencję. Należy wyrównać ich wierzch dnem innej miarki, aby pomiar był jak najbardziej dokładny.

Standardowe zestawy łyżek służą do odmierzania składników zarówno płynnych, jak i sypkich. Zazwyczaj w ich skład wchodzą łyżki o pojemności 1/4 łyżeczki, a także 1/2 łyżeczki, 1 łyżeczki i 1 łyżki. Do niektórych zestawów dołączone są także dodatkowe miarki, o pojemności 1/8 łyżeczki.

ŁYŻKI I ŁYŻECZKI PRZELICZNIKI:

szczypta	mniej niż 1/8 łyżeczki
1–1 1/2 łyżeczki	1/2 łyżki
3 łyżeczki	1 łyżka; 15 ml
4 i 1/2 łyżeczki	1 i 1/2 łyżki
2 łyżki	1/8 szklanki, 30 ml
4 łyżki	1/4 szklanki; 60 ml
8 łyżek	1/2 szklanki; 120 ml
12 łyżek	3/4 szklanki; 180 ml
16 łyżek	1 szklanka; 240 ml

SZKLANKI PRZELICZNIKI:

1/8 szklanki	2 łyżki; 30 ml
1/4 szklanki	4 łyżki; 60 ml
1/3 szklanki	5 i 1/3 łyżki
1/2 szklanki	8 łyżek; 120 ml
2/3 szklanki	10 i 2/3 łyżki
3/4 szklanki	12 łyżek; 180 ml
7/8 szklanki	3/4 szklanki i 2 łyżki
1 szklanka	16 łyżek; 240 ml
2 szklanki	1/2 litra
4 szklanki	1 litr

Porada

Nigdy nie należy odmierzać składników nad ciastem, ponieważ może się do niego dostać to, co się wysypie lub wyleje.

PRAWIDŁOWE METODY ODMIERZANIA:

Odmierzanie płynów:

Stawiamy miarkę na płaskiej powierzchni. Patrzymy na podziałkę w taki sposób, żeby znajdowała się na poziomie wzroku. Nie unosimy miarki na wysokość oczu.
Przed wlaniem do miarki lepkich płynów, takich jak melasa, syrop kukurydziany lub miód, należy spryskać jej wnętrze olejem w spreju. Ułatwi nam to wylanie płynu i umycie miarki.

Odmierzanie śmietany i jogurtu

Nakładamy na łyżkę śmietanę, jogurt, a także kefir i maślankę do suchej miarki, a następnie starannie wyrównujemy wierzch metalową łopatką lub płaską stroną noża, równo z krawędzią miarki.

Odmierzanie sypkich produktów

Produkty sypkie, takie jak mąka, cukier lub kasza kukurydziana, nakładamy łyżką do suchej miarki trzymanej nad dużym pojemnikiem lub pergaminem. Nakładamy więcej produktu, a następnie wyrównujemy wierzch metalową łopatką, równo z krawędzią miarki.

Odmierzanie innych suchych produktów

Inne suche produkty, takie jak żurawiny, rodzynki lub kawałki czekolady nakładamy łyżką do miarki. W razie potrzeby wyrównujemy wierzch łopatką lub płaską stroną noża.

Odmierzanie brązowego cukru

Brązowy cukier należy wsypać do suchej miarki i ugnieść palcami lub grzbietem łyżki, a następnie wyrównać wierzch, równo z krawędzią miarki. Ponieważ jest stosunkowo wilgotny, wyjęty z miarki powinien zachować jej kształt.

Używanie łyżek do odmierzania

Sypkie składniki, takie jak mąka i cukier, nabieramy łyżką do miarki trzymanej nad pojemnikiem, a potem wyrównujemy ich

wierzch, równo z krawędzią miarki. Margarynę i masło nakładamy na łyżkę do odmierzania i wyrównujemy wierzch łopatką. Płyny wlewamy na łyżkę nad miską.

Odmierzanie margaryny

Margarynę do pieczenia nakładamy do łyżki i wyrównujemy jej wierzch łopatką. Niektóre margaryny są sprzedawane w kostkach, więc można je odmierzać jak masło, to znaczy kroić je na części od odpowiedniej wielkości.

Odmierzanie masła

Kostka masła waży zazwyczaj 200 g. Możemy ją przekroić nożem na pół lub pokroić na ćwiartki.