

Inhoudsmaten in ml - Hoeveelheden in cc - Andere Recepten Aanduidingen

Hoeveel is	maat in ml	Hoeveel is	maat in cc
¼ eetlepel	1,25	1 eetlepel	15
½ theelepel	2,5	1 dessertlepel	10
1 theelepel	5	1 theelepel	5
2 theelepels	10	1 waterglas	250
1 eetlepel	15	1 wijnglas	125 - 135
5 theelepels	25	1 sherryglas	80
2 eetlepels	30	1 likeurglas	25
3 eetlepels	45	1 diep bord	250 - 350
4 eetlepels	60	1 soepkop	250
5 eetlepels	75		
6 eetlepels	90		

Hoeveel is	Andere aanduidingen
1 snuffje	hoeveelheid die je tussen duim en wijsvinger kunt houden
1 mespuntje	is 3 tot 4 snuffjes
1 theelepel	tussen de 3 en 15 gram
1 eetlepel	tussen de 8 en 30 gram
1 borrelglas	2 eetlepels of 20 ml
1 wijnglas	100 tot 125 ml
1 kopje	in Engeland en Amerika zijn hier standaardmaten voor. In een kopje gaat ca. 125 tot 250 ml

Hoeveel weegt	in gram
1 middelgrote aardappel	100
1 middelgrote appel	100
1 groot ei	70
1 middelgroot ei	50
1 klontje boter	20
1 knoflookteentje	5
1 knol of raap	150
1 sjalotje	10
1 wortel	100
1 middelgrote tomaat	100
1 middelgrote ui	60
1 middelgrote wortel	100
1 raap	150
1 tomaat	100
1 wortel	100
1 aardappel	90
1 ui	70
1 teentje knoflook	5

Voedingsmiddel	één theelepel	één eetlepel	één kopje
Aardappelmeel	2	7	100
Bakpoeder	3	7	80
Basterdsuiker, bruin	2	8	125
Basterdsuiker, geel	2	7	105
Basterdsuiker, wit	1	6	95
Bloem	3	10	80
Boter/margarine	5	12	-
Cacaopoeder	1,5	5	75
Custardpoeder	-	7	80
Erwten/Bonen	-	-	90
Gelatinepoeder	1	4	-
Geraspte kaas	5	15	100
Griesmeel	-	9	90
Havervlokken	3	6	-
Honing	4	12	-
Jam	15	30	-
Koffie, gemalen	-	3	-
Kokosmeel	-	4	60
Krenten/rozijnen	-	10	120
Kwark	10	20	-
Maïzena	2	5	75
Melk	-	15	145
Olie	4	10	-
Paneermeel	4	10	120
Poedersuiker	3	10	100
Poedergelatine	-	1,5 (blaadje 2)	-
Rijst, rauw	-	15	120
Rijst, gaar	-	12	100
Room	4	10	-
Stroop	-	28	-
Suiker	1,5	10	115
Water	-	17	150
Zout	3	11	-
Zure room	8	20	-