



Orientation

Mesurer les ingrédients

Il peut être difficile de préparer les ingrédients si on ne connaît pas les techniques de mesure. Pour obtenir la mesure exacte, il faut d'abord choisir le bon outil de mesure selon le type d'ingrédient et la quantité requise. C'est une bonne idée de passer en revue les rudiments de la mesure des ingrédients avec les participants.

Ustensile	Tasses à mesurer de plastique pour ingrédients secs	Tasse à mesurer en verre pour liquides	Cuillère à mesurer
Usage	Ingrédients secs (farine, sucre, épices) Ingrédients mi-solides (margarine, fromage à la crème, houmous, etc.)	Ingrédients liquides (eau, lait, etc.)	Tous les types d'ingrédients, mais en petites quantités
Technique	Choisir la tasse à mesurer de la bonne grandeur. Remplir la tasse jusqu'à ce qu'elle soit comble. Ingrédients secs : égaliser avec le dos d'un couteau. Ingrédients mi-solides : les tasser à l'aide d'une cuillère, puis égaliser.	Placer la tasse sur une surface plate. Se pencher pour que les lignes graduées soient à la hauteur des yeux quand on verse. Verser le liquide jusqu'à ce qu'il atteigne la ligne graduée voulue.	Choisir la cuillère de la bonne grandeur. Ingrédients solides : remplir la cuillère, puis égaliser. Ingrédients liquides : verser la quantité requise dans la cuillère de la bonne grandeur.

Faisons la cuisine!