



Küchen-Spickzettel:

Amerikanische Maße

Backtemperaturen

Temperatur in Fahrenheit (°F)	Temperatur in Grad Celsius	Temperatur in Fahrenheit (°F)	Temperatur in Grad Celsius
475 °F	250 °C	325 °F	160 °C
450 °F	230 °C	300 °F	150 °C
425 °F	220 °C	275 °F	135 °C
400 °F	200 °C	250 °F	120 °C
375 °F	190 °C	225 °F	110 °C
350 °F	175 °C	200 °F	95 °C

Flüssigkeiten

Cup	Fluid Ounce	ml	EL (Tbs(p))	TL (TSP)
3 C	24 oz	711 ml	64 tbsp	144 tsp
2 C	16 oz	474 ml	32 tbsp	96 tsp
1 C	8 oz	237 ml	16 tbsp	48 tsp
3/4 C	6 oz	177 ml	12 tbsp	36 tsp
2/3 C	5 1/3 oz	158 ml	10,6 tbsp	32 tsp
1/2 C	4 oz	118 ml	8 tbsp	24 tsp
1/3 C	2 2/3 oz	79 ml	15,3 tbsp	16 tsp
1/4 C	2 oz	59 ml	4 tbsp	12 tsp
1/8 C	1 oz	30 ml	2 tbsp	6 tsp
1/16 C	1/2 oz	15 ml	1 tbsp	3 tsp

1 tsp = 1 teaspoon = 1 TL = 1 Teelöffel
 1 tbs = 1 tablespoon = 1 EL = 1 Esslöffel

1 c = 1 cup = Relevant ist der Füllinhalt
 1 oz in Gramm = 1 ounce = knapp 30 Gramm

1 lb in Gramm = 1 pound = 450 Gramm





Trockene Zutaten

ZUTAT	1 CUP	3/4 CUP	2/3 CUP	1/2 CUP	1/3 CUP	1/4 CUP
Ahornsirup	315 g	240 g	210 g	160 g	100 g	80 g
Brauner Zucker	195 g	145 g	130 g	100 g	65 g	45 g
Butter	250 g	185 g	160 g	125 g	80 g	60 g
Erdnussbutter	250 g	170 g	160 g	125 g	80 g	60 g
Frischkäse	225 g	170 g	150 g	120 g	75 g	55 g
Haferflocken	80 g	60 g	59 g	40 g	30 g	20 g
Honig	340 g	255 g	225 g	170 g	115 g	85 g
Joghurt	245 g	185 g	160 g	125 g	80 g	60 g
Kakaopulver	120 g	90 g	80 g	60 g	40 g	30 g
Kokosöl	220 g	165 g	145 g	110 g	75 g	55 g
Nussmus	240 g	180 g	160 g	120 g	80 g	60 g
Mandeln (ganz)	145 g	110 g	95 g	70 g	50 g	35 g
Margarine	230 g	170 g	150 g	115 g	75 g	60 g
Mascarpone	225 g	170 g	150 g	110 g	75 g	55 g
Mehl	125 g	95 g	85 g	60 g	40 g	30 g
Nüsse/Mandeln (gehackt)	150 g	110 g	100 g	75 g	50 g	40 g
Nüsse/Mandeln (gemahlen)	120 g	90 g	80 g	60 g	40 g	30 g
Nutella	300 g	220 g	200 g	150 g	100 g	75 g
Öl	225 g	170 g	150 g	110 g	75 g	55 g
Puderzucker	115 g	85 g	75 g	55 g	40 g	30 g
Ricotta	250 g	190 g	170 g	125 g	85 g	60 g
Rosinen	200 g	150 g	130 g	100 g	65 g	50 g
Sour Cream	245 g	185 g	160 g	125 g	80 g	60 g
Stärke	120 g	90 g	80 g	60 g	40 g	30 g
Walnüsse (ganz)	120 g	90 g	80 g	60 g	40 g	30 g
Weißer Zucker	200 g	150 g	130 g	100 g	65 g	50g

