



Ruuds kookboek



Maten & gewichten



Inhoud

Gebruikte afkortingen.	3
Maten & gewichten.	5

Gebruikte afkortingen.



Afkorting	Betekenis
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blk	Blok
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
dl	Deciliter
dln	Deel
drp	Druppel
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel
fls	Fles
g	Gram
Gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbl	Klein blik
kg	Kilogram
kl	Kleine
klnt	Klont
km	Kommetje
kp	Kopje
kr	Kropje
pk	Pak
pl	Plak
prt	Portie
ptj	Potje
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
spr	Sprietje
stf	Staafje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tl	Theelepel
tn	Teentje
vel	Volle eetlepel
vl	Vel



Afkorting	Betekenis
vlt	Vingerlengte
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)

Maten & gewichten.

	Liter	Milliliter	Kub. cm	Centiliter	Deciliter
1 liter =	1 l =	1000 ml =	1000 cc =	100 cl =	10 dl

Hoeveel is	Maat in ml/cc
1 druppel	0,05 ml
1 theelepel	5 ml
1 dessertlepel	10 ml
1 eetlepel	15 ml
1 waterglas	250 ml
1 wijnglas	125-135 ml
1 sherryglas	80 ml
1 likeurglas	25 ml
1 diep bord	250-350 ml
1 soepkop	250 ml

Hoeveel is	Andere aanduidingen
1 snuffe	hoeveelheid, die je tussen duim en wijsvinger kunt houden
1 mespuntje	is 3 tot 4 snuffes
1 theelepel	tussen de 3 en 15 gram
1 dessertlepel	8 gram
1 eetlepel	12 gram
1 koffielepel	4½ gram
1 sauslepel	25 gram
1 pollepel	125 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
1 koffiekopje	125 gram
1 grote koffiekop	225 gram
1 plastic bekertje	125 gram
1 soepkom	250 gram
1 dessertschaaltje	150 gram
1 klein waterglas	150 gram
1 groot waterglas	250 gram
1 wijnglas	125 gram
1 schuimwijnglas	100 gram
1 klein bierglas	250 gram
1 groot bierglas	330 gram

Grammen	1 tl.	1 el.	1 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	1½	5	75
Custerdpoeder	-	7	80
Erwtten/bonen	-	-	90
Gelatinepoeder	1	4	-
Geraspte kaas	5	15	100
Griesmeel	-	9	90
Havervlokken	3	6	-
Honing	4	12	-

Grammen	1 tl.	1 el.	1 kopje
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	-

Hoeveel weegt	gram
1 middelgrote aardappel	100
1 middelgrote appel	100
1 ei	60
1 eiwit	40
1 eigeel	20
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

Oude maten	Hoeveel is dit?
Duim	ca. 2,5 cm
El	ca. 68 cm
Palm	1 dm
Streep	1 mm
Roe	1a = 100m ²
Bunder	1 ha = 10000 m ²
Stere of Wisse	1m ²
Mud	1 hl
Schepel	1 dal
Anker	ca. 0,4 hl
Ton	1000 kg

US en UK maten	per land	Nederlandse maat
Gewichtsaanduiding	Amerika en Engeland	
1 oz. (=ounce)		= 28,35 g
1 lb. (=pound)	= 16 oz.	= 450 g

US en UK maten	per land	Nederlandse maat
Gewichtsaanduiding	Amerika en Engeland	
2,2 lb.	= 35 oz.	= 1 kg
Lengtematen	Amerika en Engeland	
1 inch	idem	= 2,5 cm
1 foot	idem	= 30,5 cm
1 mile	idem	= 1,6 km

US en UK maten	US fl oz	UK fl oz	UK ml	US ml
Inhoudsmaten				
1 teaspoon (tsp.)	1/6 fl oz		5 ml	5 ml
1 dessertspoon			10 ml	10 ml
1 tablespoon (TbIs.)	1/2 fl oz		15 ml	15 ml
1 fluid ounce			28,41 ml	29,57 ml
1 cup	8 fl oz		284 ml	236-240 ml
1 pint	16 fl oz	20 fl oz	568 ml	473 ml
1 quart	32 fl oz	40 fl oz	1137 ml	946 ml
1 gallon	128 fl oz	160 fl oz	4,546 ltr	3,785 ltr

1 cup US		Nederlandse maat
bloem, meel		= 125 g
boter	= 2 sticks= 8 TbIs.	= 227 g
cakemeel		= 110 g
griesmeel		= 170 g
maizena		= 110 g
cacao		= 120 g
suiker		= 220 g
poedersuiker		= 125 g
kokos geraspt		= 100 g
amandelen geraspt		= 150 g
rijst, risotto		= 200 g
rozijnen		= 200 g
siroop, honing		= 310 g
zout		= 300 g
1 teaspoon salt		= 5,7 g

Bron: o.a. Zelfmaakrecepten.nl



<https://ruudskookboek.jouwweb.nl>