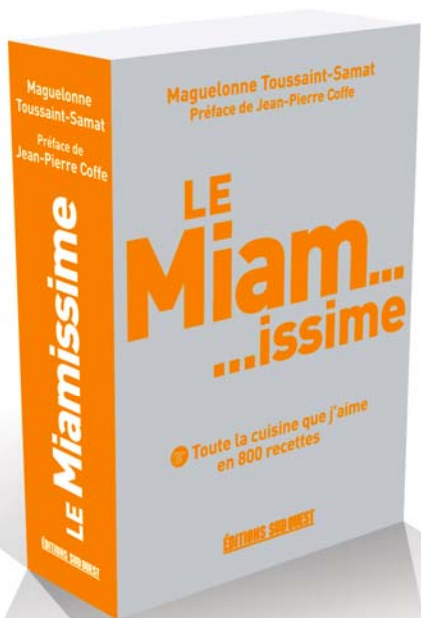


# Cuisinez sans balance avec Le Miamissime !

Contenances des  
récipients classiques  
pleins à ras bords



Ingrédients	1 verre à moutarde	1 cuillerée à soupe	1 cuillerée à café
Beurre	-	15 g	5 g
Cacao	120 g	6-7 g	2,5 g
Café en poudre	100 g	7-8 g	3 g
Chapelure	100 g	7-8 g	3 g
Coquillettes	160 g	-	-
Crème fraîche	200 g	15 g	5 g
Eau	200 g	15 g	-
Farine	100 g	7-8 g	3 g
Fécule	140 g	10 g	3,5 g
Gruyère râpé	60 g	5 g	-
Huile	210 g	11-12 g	6 g
Lentilles vertes	180 g	-	-
Pâtes à potage	170 g	15 g	-
Riz cru	200 g	15 g	5 g
Sel fin	200 g	15 g	5 g
Gros sel	-	18 g	6 g
Semoule et tapioca	200 g	15 g	5 g
Sucre cristallisé	220 g	16 g	6 g
Sucre en morceaux	140 g	10 g	3 g
Sucre en poudre	200 g	15 g	5 g
Sucre glace	140 g	10 g	3 g