

ここが
基本！！



調味料のはかり方

～料理上手への近道は正確な計量から～



醤油などの液体調味料は、盛り上がるくらいにいれる。

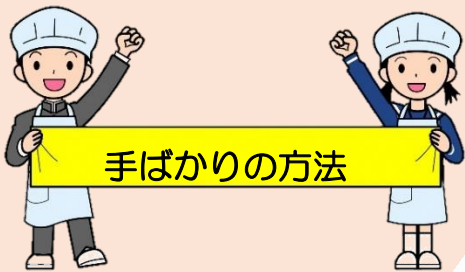


【大さじ 1/2 の場合】
スプーンの 2/3 あたりまで、調味料を入れる必要がある。



計量スプーンに山盛りに入れる。 スプーンの持ち手などで、すりきりにする。

【大さじ 1/2 の場合】
すりきりにしてから、スプーンの持ち手などを利用し、1/2 を払う。

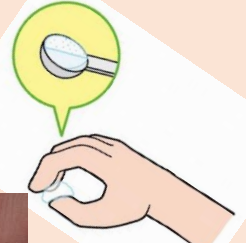


少々



2本の指でつまむ
(小さじ 1/4～1/5 程度)

ひとつまみ



3本の指でつまむ
(小さじ 1/2～1/3 程度)

