



計量スプーン(さじ)には、どんな種類があるの

少しの量のものを計る計量スプーン

計量スプーン(さじ)は、少しの量のものを計るのに使う道具です。おもに、調味料や粉などを計るのに使います。料理の本に、小さじ1ぱいと書いてあるのは、5ミリリットルで、大さじ1ぱいとあるのは、15ミリリットルをさします。

計量スプーン(さじ)は、プラスチック製や、ステンレス製などがありますが、ステンレス製のものが熱に強く、また、長もちします。

スプーンより多くの量の食品を計るときには、計量カップを使います。標準となるのは1カップが200ミリリットルのものです。そのほかに40・50・70・120・240・500・1000・2000ミリリットルの、計量カップがあります。

スプーン(さじ)での塩や砂糖の計り方

- | | |
|---------|--------------------------------|
| 大さじ4分の1 | 1ぱい分をまず2分の1にし、これを、さらに2分の1にします。 |
| 大さじ3分の1 | 半分にしたものから、その3分の1を取り除きます。 |
| 大さじ2分の1 | 1ぱい分を計ってから、へらで半分を取り除きます。 |
| 大さじ1ぱい | さじで山もりにすくいとり、さじで軽くすりきります。 |

さじで、しょうゆや酒を計る方法

しょうゆや酒やサラダ油など、1ぱい分を計る場合は、液体が表面張力でもり上がるぐらいにします。また、大さじ2分の1は、見た目です3分の2ぐらい入れるようにします。大さじ3分の2は、さじが、ほぼ、いっぱいになっている状態です。

(監修・青木 国夫)

