Peso dos Alimentos

Ingrediente	Xícara (250ml)	Colher sopa (15ml)	colher chá (5ml)
açúcar	200gr	4.2gr	-
farinha de trigo	125gr	8gr	-
sal	-	17.07gr	5.69gr
mel	340gr	21.25gr	-
manteiga	226gr	14.175gr	-
amido de milho	150gr	20gr	-
óleo	225gr	14gr	-

algumas medidas eu mesmo aferi, logo esta cheat sheet não terá selo do imetro

Temperatura

Celsius	Fahrenheit	Conceito
120 ~ 165	250 ~ 325	baixo, lento ou brando
175 ~ 190	350 ~ 375	médio, regular
200 ~ 220	395 ~ 425	alto, quente
245 ~ 260	475 ~ 500	forte, bem quente

Panela de pressão (tempo)

sopa de carne	45
carne ensopada, grão de bico, carne vermelha fresca	30
sopa de verduras, canja, feijão, lentilha, beterraba	20 ~ 25
frango ensopado, carne de porco	20
sopa de batatas	15
costela de porco, peixe de couro	10
batata, peixe de escamas	8

Tempo de forno

Carne de vaca	50 min por kg (ao ponto)
Carneiro	45 min por kg
Frango	40 min por kg
Pernil suíno	1 hr por kg
Suíno	90 min por kg

By **kinnison**
cheatography.com/kinnison/

Published 16th February, 2017.
Last updated 11th March, 2017.
Page 1 of 1.

Sponsored by **ApolloPad.com**
Everyone has a novel in them. Finish Yours!
https://apollopad.com