



Tabla de Conversiones

INGREDIENTE	1 TAZA	3/4 TAZA	1/2 TAZA	1/3 TAZA	1/4 TAZA	1/8 TAZA
Harina	140 g	105 g	70 g	47 g	35 g	18 g
Harina Integral	140 g	105 g	70 g	47g	35 g	18 g
Harina Avena	120 g	90 g	60 g	40 g	30 g	15 g
Harina Almendra	110 g	83 g	55 g	37 g	28 g	14 g
Harina de Coco	110 g	83 g	55 g	37 g	28 g	14 g
Harina de Arroz	155 g	117 g	78 g	52 g	39 g	20 g
Azúcar	200 g	150 g	100 g	67 g	50 g	25 g
Azúcar mascabado	200 g	150 g	100 g	67 g	50 g	25 g
Azúcar glas	120 g	90 g	60 g	40 g	30 g	15 g
Cacao	100 g	75 g	50 g	34 g	25 g	13 g
Fecula de Maiz	100 g	75 g	50 g	34 g	25 g	13 g
Chispas de chocolate	180 g	135 g	90 g	60 g	45 g	23 g
Nuez en trozos	100 g	75 g	50 g	34 g	25 g	13 g
Almendras	100 g	75 g	50 g	34 g	25 g	13 g
Avena en Hojuelas	100 g	75 g	50 g	34 g	25 g	13 g
Coco	80 g	60 g	40 g	27 g	20 g	10 g
Mantequilla	225 g	169 g	114 g	75 g	57 g	29 g
Leche o Agua	240 g	180 g	120 g	80 g	60 g	30 g
Miel	320 g	240 g	160 g	107 g	80 g	40 g
Aceite	200 g	150 g	100 g	67 g	50 g	25 g
Yogurt	230 g	172 g	115 g	77 g	58 g	29 g
Crema de Cacahuete	250 g	188 g	225 g	84 g	113 g	57 g