

Le repas à convertir

Objectif

Savoir convertir des mesures.

Les mesures de capacités et de masses

L'unité de mesure des **capacités** est le **litre (L)**.

hectolitre	décalitre	litre	décilitre	centilitre	millilitre
hL	daL	L	dL	cL	mL

L'unité de mesure des **masses** est le **gramme (g)**.

kilogramme	hectogramme	décagramme	gramme	décigramme	centigramme	milligramme
kg	hg	dag	g	dg	cg	mg
2	5	0	0			

Pour convertir une mesure d'une unité à une autre, on utilise les **tableaux de conversion**.

→ 2,5 kg = 25 hg = 250 dag = 2 500 g

❄ Lis les recettes et **convertis les quantités avant de commencer**.
Puis mets-toi aux fourneaux pour régaler tout le monde !



Entrée : **Soufflé au fromage**

Recette pour 4 personnes

6 000 cg de beurre – 60 000 mg de farine – 400 mL de lait – 0,0150 hg de gruyère râpé

🍴 Préchauffe le four à 180°. Mets le beurre à fondre dans la casserole sur feu moyen. Quand il est fondu, ajoute la farine. Remue pendant 1 minute puis ajoute le lait et fais épaissir quelques minutes au fouet. Hors du feu, ajoute les jaunes d'œufs et le fromage râpé. Incorpore délicatement les blancs montés en neige très ferme. Verse dans un moule à bords hauts et enfourne pour 40 minutes.



Plat : **Tarte à la tomate**

Recette pour 6 personnes

0,100 dag de comté ou gruyère – 2 dL de crème liquide épaisse – 1 pâte brisée – 4 tomates – 1 grosse cuillerée de moutarde

🍴 Préchauffe le four à 160°. Mets la pâte dans le plat. Étale la moutarde sur le fond. Coupe le fromage en fines lamelles puis pose-les sur la moutarde. Coupe les tomates en grosses tranches et dispose-les sur le fromage. Dans 1 saladier, casse les œufs et bat-les. Ajoute la crème fraîche, du sel et du poivre et dépose ce mélange sur la tarte. Enfourne pour 30 minutes.



Dessert : **Riz au lait**

Recette pour 4 personnes

0,0200 hg de riz rond – 750 mL de lait – 0,15 dL de sirop ou de coulis de fruits rouges – 1 pincée de sel – 2 cuillères à soupe de sucre en poudre

🍴 Mets le riz, le sel et le lait dans une casserole et porte à ébullition. Réduis le feu, couvre la casserole et laisse cuire 30 minutes en remuant de temps en temps pour éviter que cela n'accroche au fond. Ajoute le sucre. Ton riz au lait est prêt. Tu peux le déguster tiède ou froid en le mettant au réfrigérateur au moins 1 heure. N'oublie pas le sirop au dernier moment !