

## Englischsprachige Rezepte: Mengenangaben und Einheiten

2006-11-20 21:21:05

Zahlreiche interessante Koch- und Backbücher gibt es nur in der englischsprachigen Originalausgabe. So z. B. Peter Reinhard's tolles Brotbackbuch [Crust &#038; Crumb](#), das [Icecream Maschine Book](#) von Rosemary Moon oder [Wrap it Up](#) von Amy Cotler, um nur einige zu nennen. Die hierzulande ungebräuchlichen Angaben zu Mengen und Temperaturen erschweren aber die Anwendung, wenn man nicht jeden Tag damit zu tun hat. Nachfolgend habe ich daher versucht, einige häufig anzutreffende Einheiten, Maßangaben und Begriffe in der englischsprachigen Koch- und Backliteratur mit ihrer deutschen Entsprechung zusammenzustellen. Die Liste wird sporadisch ergänzt und erweitert.

### Temperaturen: Grad Fahrenheit vs. Grad Celsius

Fahrenheit ist eine angloamerikanische Temperaturmaßskala; sie wird in Rezeptangaben abgekürzt als F oder °F.

Die Umrechnung in Grad Celsius (°C) wird wie folgt vorgenommen:

$(\text{Temperatur in Grad Fahrenheit} - 32) \times 5 / 9 = \text{Temperatur in Grad Celsius}$

gängige Temperaturen beim Kochen/Backen:

72 F = 22 °C (room temperature, Zimmertemperatur)

85 F = 30 °C (Ofen nur mit eingeschalteter Beleuchtung)

90 F = 32 °C (warm water, lauwarmes Wasser)

500 F = 260 °C

450 F = 230 °C

425 F = 220 °C

400 F = 200 °C

350 F = 180 °C

### Volumen-, Gewichts- und sonstige Mengenangaben

'c' steht für cup oder 'Tasse'. Als Volumenmaß für Flüssigkeiten fasst eine Tasse ca. 230 ml – das Volumen einer durchschnittlichen Haushalts-Kaffeetasse schwankt bei randhoher Füllung zwischen knapp 200 bis gut 250 ml. Dies entspricht 8 fl. oz (fluid ounce, siehe unten). Die Mengenangabe 'Tasse' wird aber auch für feste Stoffe verwendet. Häufig zu finden in englischsprachigen Backrezepten sind derartige Angaben für z. B. für Mehl; hierbei entspricht 1 c (eine Tasse) etwa 130 g Mehl. Die Gewichte für andere Zutaten variieren abhängig von deren Beschaffenheit. In meinen Risotto-Rezepten verwende ich gern diese Maßangabe; eine Tasse meint dabei ca. 100 g Risotto-Reis, das ist ausreichend für eine Person. Um das Abmessen zu vereinfachen, sind in vielen Rezepten auch zusätzliche Gewichts- oder Volumenangaben abgedruckt. Es gibt außerdem Maßbecher mit Cup-Einteilung.

'T, Tb oder Tbl.' (mit großem Anfangsbuchstaben, verwirrenderweise aber manchmal auch als komplett klein geschriebenes tbl.) steht für tablespoon, also Esslöffel (im Deutschen abgekürzt als EL). 1 T entspricht volumenmäßig ca. 1/2 fl. oz, d. h. knapp 15 ml.

Mit einem klein geschriebenen 't, ts oder tsb.' (auch hier zur allgemeinen Verwirrung manchmal als Tsb.

## Vogels Küche

Englischsprachige Rezepte: Mengenangaben und Einheiten

mit großem Anfangsbuchstaben zu finden) ist dagegen der teaspoon, also Teelöffel, gemeint (im Deutschen = TL). 1 t entspricht vom Volumen her 1/6 fl. oz., also gut 5 ml.

Seltener zu finden ist das Kürzel **'pk'** oder **'pkg'**, welches für package – Päckchen – steht. Typisch ist diese Angaben bei häufig zu findenden Standardabpackungen des Handels, z. B. bei Trockenhefe oder Backpulver. Manchmal sind derartige Angaben auch in der Form 1 envelope dry yeast (1 Umschlag = Päckchen Trockenhefe) zu finden.

**'lb'** steht für pound und bezeichnet als Gewichtsangabe das amerikanische/englische Pfund, welches ca. 0,45 kg entspricht.

Die Angabe **'oz'** ist eine Gewichtseinheit und steht für Unze. Dies entspricht 1/16 lb, d. h. rund 28 g. Als Volumeneinheit für Flüssigkeiten ist **'fl. oz'** (fluid ounce) häufiger anzutreffen. Eine fl.oz bedeutet ca. 29 ml (es bestehen leichte Differenzen zwischen dem englischen und dem amerikanischen Maßsystem, die jedoch in der Praxis kaum eine Rolle spielen, da für das Abwiegen entsprechender Mengen eine Laborwaage erforderlich wäre). 8 fl. oz ergeben also in etwa 1 c (eine Tasse) mit 230 ml Flüssigkeit.

## Maße

Manchmal werden in angloamerikanischen Rezepten auch Maße vorgegeben, z. B. wenn es darum geht, wie stark ein Teig auszurollen ist. Die hierfür häufig verwendete Einheit ist **'Inch'** (Abkürzung in. oder Angabe in der Form 0,5 "). Ein Inch (Zoll) entspricht 2,54 cm.

Ein Pizzateig z. B. wird auf ca. 1/8 inch ausgerollt, also etwa 3 Millimeter. Die Pizza sollte dabei einen Durchmesser von 10 bis 12 inches, also 25 bis 30 Zentimeter aufweisen.