

## Tabelle für die ungefähre Umrechnung von Ess- und Teelöffeln in Gramm

	1 EL = G	1 TL = G		1 EL = G	1 TL = G
Anis ganz	14	5	Orangenschalen gemahlen	17	5
Anis gemahlen	20	4	Oregano getrocknet	2	1
Basilikum getrocknet	7	2	Paprika gemahlen	19	8
Bockshornklee ganz	20	7	Paprikaflocken getrocknet	12	4
Bockshornklee gemahlen	18	9	Paradieskörner ganz	11	4
Bohnenkraut gerebelt	7	2	Pfeffer schwarz ganz	16	5
Cayennepfeffer gemahlen	17	6	Pfeffer schwarz gemahlen	22	7
Chili ohne Saat geschrotet	11	5	Pfeffer weiss ganz	18	6
Dillspitzen getrocknet	6	3	Pfeffer weiss gemahlen	21	7
Estragon getrocknet	5	1	Piment ganz	8	3
Fenchel ganz	9	3	Piment gemahlen	20	7
Fenchel gemahlen	12	4	Piment d'Espelette gemahlen	17	6
Galgant gemahlen	17	10	Pimenton de la Vera gemahlen	25	6
Gewürznelken ganz	7	3	Rosa Beeren ganz	8	2
Gewürznelken gemahlen	19	7	Rosenblüten getrocknet	3	1
Hibiskusblüten getrocknet	22	8	Rosmarin getrocknet	11	3
Ingwer gemahlen	17	6	Salbei getrocknet	8	2
Johannisbrot gemahlen	17	5	Salz Steinsalz	17	7
Kardamom ganz	14	4	Schabziegerklee gemahlen	16	4
Kardamom gemahlen	14	4	Schwarzkümmel ganz	18	5
Knoblauch gemahlen	19	7	Sellerie gemahlen	18	8
Knoblauchgranulat	12	6	Senfsaat ganz	12	4
Kokosflocken geraspelt	9	3	Senfsaat gemahlen	20	5
Koriander ganz	9	6	Sternanis gemahlen	18	4
Koriander gemahlen	16	7	Sumach gemahlen	22	8
Kreuzkümmel ganz	17	6	Süßholz gemahlen	18	8
Kreuzkümmel gemahlen	15	4	Szechuanpfeffer ganz	7	2
Kubebenpfeffer ganz	12	3	Thymian getrocknet	7	4
Kubebenpfeffer gemahlen	16	5	Vanille gemahlen	14	6
Kümmel ganz	14	3	Vanille Zucker	28	15
Kurkuma gemahlen	17	10	Wacholder Beeren ganz	99	4
Lavendelblüten getrocknet	6	3	Wasabi gemahlen	11	4
Liebstockel getrocknet	5	2	Zimt gemahlen	19	9
Lorbeerblätter gemahlen	12	3	Zimtstange Stück (8cm)	7	
Macis gemahlen	12	6	Zitronengras getrocknet	4	1
Majoran getrocknet	4	1	Zitronengras gemahlen	14	5
Mönchspfeffer ganz	9	3	Zitronenschalen gemahlen	18	6
Muskat gemahlen	16	5	Zwiebelpulver	30	12
Orangenblüten getrocknet	4	1	Zwiebelgranulat	13	6