

# SUBSTITUTIONS D'INGRÉDIENT

Vous êtes sur le point de plonger dans la préparation d'une recette et vous réalisez soudainement qu'il vous manque un ou plusieurs ingrédients? Pas de panique! Dans plusieurs des cas, il est possible de remplacer un ingrédient par un autre. Voici un tableau qui sera pratique pour vous.

Je n'ai plu de...	Remplacez-le par...	Remarques
Toute herbe fraîche, finement coupée (1 cuillère à soupe)	1/8 cuillère à thé d'herbe en feuilles séchées ou 1/2 cuillère à thé d'herbe séchées moulue	Ceci représente une règle générale. Parfois, vous souhaitez en ajouter un peu plus ou un peu moins, selon vos préférences.
Ail frais (1 gousse)	1/8 cuillère à thé d'ail en poudre ou 1/4 cuillère à thé d'ail granulé	
Gingembre frais : 1 cuillère à soupe, râpé Morceau de 1 pouce, frais	Séche : 1/8 cuillère à thé de gingembre moulu  1 1/4 cuillère à thé d gingembre moulu	Celui-ci n'est pas si simple. Vous allez devoir expérimenter à votre goût.
Cassonade, tassée (1 tasse)	1 tasse de sucre granulé	
Oeuf (1 gros)	1 cuillère à soupe de graines de lin moulues + 3 cuillères à soupe d'eau	Cette combinaison ne fonctionnera pas dans les recettes où les oeufs sont utilisés pour procurer une structure (par exemple, meringues, soufflés, génoise).
Moutarde, préparée (1 cuillère à soupe)	1 cuillère à thé de moutarde séchée en poche	Ceci s'applique pour les mélanges cuits.
Crème sure (1 tasse)	1 tasse de yogourt nature	
Sauce tomate (1 tasse)	1/2 tasse de pâte de tomate + 1/2 tasse d'eau	