



Recette de coques avec meringue à l'italienne (sirop de sucre)

Poids de vos blancs d'œufs	Poudre d'amande	Sucre glace	Sucre semoule pour le sirop de sucre	Eau (sirop de sucre)
30 gr	86 gr	86 gr	86 gr	21
35 gr	100 gr	100 gr	100 gr	25
40 gr	114 gr	114 gr	114 gr	29
45 gr	128 gr	128 gr	128 gr	32
50 gr	143 gr	143 gr	143 gr	36
55 gr	157 gr	157 gr	157 gr	39
60 gr	171 gr	171 gr	171 gr	43
65 gr	185 gr	185 gr	185 gr	46
70 gr	200 gr	200 gr	200 gr	50
75 gr	214 gr	214 gr	214 gr	53
80 gr	228 gr	228 gr	228 gr	57
85 gr	242 gr	242 gr	242 gr	61
90 gr	257 gr	257 gr	257 gr	64
95 gr	271 gr	271 gr	271 gr	68
100 gr	285 gr	285 gr	285 gr	71
105 gr	299 gr	299 gr	299 gr	75
110 gr	314 gr	314 gr	314 gr	78
115 gr	328 gr	328 gr	328 gr	82
120 gr	342 gr	342 gr	342 gr	86
125 gr	356 gr	356 gr	356 gr	89
130 gr	371 gr	371 gr	371 gr	93
135 gr	385 gr	385 gr	385 gr	96

Poids de vos blancs d'œufs	Poudre d'amande	Sucre glace	Sucre semoule pour le sirop de sucre	Eau (sirop de sucre)
140 gr	399 gr	399 gr	399 gr	100
145 gr	413 gr	413 gr	413 gr	103
150 gr	428 gr	428 gr	428 gr	107
155 gr	442 gr	442 gr	442 gr	110
160 gr	456 gr	456 gr	456 gr	114
165 gr	470 gr	470 gr	470 gr	118
170 gr	485 gr	485 gr	485 gr	121
175 gr	499 gr	499 gr	499 gr	125
180 gr	513 gr	513 gr	513 gr	128
185 gr	527 gr	527 gr	527 gr	132
190 gr	542 gr	542 gr	542 gr	135
195 gr	556 gr	556 gr	556 gr	139
200 gr	570 gr	570 gr	570 gr	143
205 gr	584 gr	584 gr	584 gr	146
210 gr	599 gr	599 gr	599 gr	150
215 gr	613 gr	613 gr	613 gr	153
220 gr	627 gr	627 gr	627 gr	157
225 gr	641 gr	641 gr	641 gr	160
230 gr	656 gr	656 gr	656 gr	164
235 gr	670 gr	670 gr	670 gr	167
240 gr	684 gr	684 gr	684 gr	171
245 gr	698 gr	698 gr	698 gr	175

Mode d'emploi

Pesez vos blancs d'œuf. puis, trouvez les proportions de sucre et de poudre d'amande nécessaires

Attention : le poids indiqué dans la colonne "poids des blancs" correspond à l'une des deux portions de blancs. Par exemple, si vous avez 2 fois 50gr de blancs d'oeufs, regardez la ligne "50gr" et non pas la ligne 100gr

