

Das Kochlexikon von A bis D zum Sammeln

A point Exakt auf den Punkt garen, nicht roh, aber nicht ganz durchgebraten.

Abbrühen Das Kochgut wird mit kochendem Wasser übergossen.

Abfetten Die Suppe oder Sauce wird mit Hilfe eines Schöpfers vom Fett befreit.

Abkühlen Gekochtes oder Blanchiertes wird mit kaltem Wasser rasch abgekühlt.

Ablöschen Man gibt in angeröstetes oder angedünstetes Kochgut Flüssigkeit, um den Bratenrückstand zu lösen.

Abschäumen Schaum, der sich beim Kochen gebildet hat oder Eiweisschaum mit Schöpflöffel oder Teesieb abschöpfen.

Abschmecken Probieren – gilt für alle Speisen in der Küche. Das Kochgut mit Gewürzen, Kräutern etc. verbessern.

Abschmelzen Eine Speise mit flüssiger Butter oder Fett übergiessen.

Abschrecken Kurz mit kaltem Wasser übergiessen, um den Garprozess zu stoppen.

Al dente Teigwaren sollten aussen weich und innen gerade gar sein, Gemüse soll knackig und Reis leicht körnig sein.

Anbraten Fleisch in Öl oder Fett starker Hitze aussetzen, damit sich die Poren sofort schliessen und der Saft nicht austreten kann. Fleisch kann nur durch Anbraten braun werden.

Anrösten Zwiebel, Mehl, Griess oder Nüsse zur Geschmacksverstärkung anrösten.

Anschwitzen In nur wenig Fett das Kochgut erhitzen, ohne dass es Farbe nimmt. Es setzt Aromastoffe frei.

Aufguss Aufguss einer heissen Flüssigkeit (Brühe, Fond, Wasser etc.) über aromatische Zutaten, um sie mit deren Aroma zu sättigen. Am bekanntesten sind sicher Kaffee, Tee usw.

Aufschlagen Kochgut im Wasserbad unter Schlagen erhitzen. Saucen, Pürees unter Zugabe von Butter oder Rahm mit einem Schneebesen luftig schlagen.

Ausbeinen Das Fleisch von den Knochen lösen.

Ausnehmen Tieren die Innereien herauslösen.

Bardieren Zum Braten bestimmtes Geflügel oder Wild mit Speckscheiben belegen.



Béchamel-Sauce – Fett erhitzen, mit Mehl stauben, rösten, mit Milch aufgiessen, würzen, verkochen lassen.

Beizen Das Marinieren von Fleisch, um es im Geschmack zu beeinflussen oder vor Verderb zu schützen. Ideal sind Öl und Gewürze, etwas Essig oder Wein. Zitronensaft und Salz bei Fischen.

Blanchieren Rohe Zutaten, vor allem Gemüse, kurz in sprudelnd kochendes Wasser geben. Danach mit kaltem Wasser abschrecken.

Braune Mehlschwitze Einfach Fett erhitzen und Mehl dazugeben. Beides stark rösten, bis es hellbraun ist.

Bridieren Das Binden von Geflügel, Fleisch oder Wild.

Consommé Eine besonders reichhaltige Bouillon.

Croûtons In Würfel geschnittene und in Butter (plus Gewürze) gebratene Weissbrotstückchen – passen hervorragend in den Salat.

Dämpfen So nennt man das Garen im Wasserdampf bei zirka 100 Grad.

Dekantieren Eine Flüssigkeit wird durch sorgfältiges Umgiessen über den Rand des Gefässes von angesammeltem Bodensatz getrennt – bekannt vom Dekantieren des Weines.

Décortiquer Von der Rinde oder der Schale befreien, z.B. Hummer.

Deglacieren Ablöschen – Fond in der Bratpfanne auflösen.

Dressieren Das schöne Anrichten von Speisen – auch Dressieren von Fleischstücken.

Dressing Salatsauce oder Salatmarinade.

Duchesse Eine trockene Kartoffelmasse, die mit Eidotter gebunden wird. Meist mit dem Spritzsack auf Blech gesetzt.

Nicht verpassen: Die Fortsetzung des Kochlexikons finden Sie im nächsten ELITE Electro Magazin vom Februar 2009.

www.elektro-elite.ch



Das Kochlexikon von D bis J zum Sammeln

Dünsten Leichtes Garen in wenig Fett und etwas Saft.

Eierstich Die Zubereitung aus Dotter und Milch im Wasserbad (rund 80 Grad warm), bekannt als Suppeneinlage.

Einkochen Auch Reduzieren: Eine Flüssigkeit wird durch rasches Einkochen kräftiger gemacht.

Einschnitte Kleine Einschnitte ermöglichen ein schnelleres Durchbraten, speziell bei Fischen.

Essenz Die stark eingedickte Brühe von Fleisch oder Wild – auch Fond genannt. Konzentrat auch von Gemüse oder Früchten.

Farce Nennt man jede Art von Füllung, beispielsweise für Fisch, Geflügel etc.

Filetieren Auslösen und Entgräten von Fischen – oder bei Zitrusfrüchten Segmente aus den Trennhäutchen lösen.

Filtrieren Klären, durchsiehen; z.B. Orangensaft durch ein Sieb leeren, damit das Fruchtfleisch übrigbleibt.

Flambieren Abbrennen mit hochprozentigem Alkohol, z.B. Cognac, Bacardi, Himbeergeist, Kirschwasser etc. In einer Kelle entzünden und über die Speisen giessen. NIE direkt in das Flambiergeschirr giessen.

Foncer Eine Backform mit Teig oder eine Bratpfanne mit Gemüse belegen.

Fond Charakter- und geschmackgebender Grundstoff bei Saucen und Braten.

Garen Kochverfahren mit Hilfe von Wärme, z.B.: Dämpfen, Kochen, Dünsten, Braten etc. – gesund und einfach mit einem Dampfgarer.



Garnieren Eine Platte oder ein Gericht geschmackvoll herrichten, dekorieren.

Gelatine Ein geruch- und geschmackloser «Leim». Zum Binden und Glasieren von Süßspeisen oder Überziehen von Canapés.

Gelee Mit Zucker eingekochte Fruchtsäfte.

Gemüse eindämpfen Eindämpfen, bis gekochter Saft das Gemüse überglänzt.

Glacieren Überziehen von Speisen mit Fond, Gelee oder Glasur, um ihnen ein ansprechendes Aussehen zu geben und damit sie besser schmecken.

Gratinieren Überkrusten, überbacken.

Hitze überraschen Durch grosse Hitze überraschen, zum Beispiel in heisses Fett eintauchen.

Hobeln Scheibenweises Schneiden von Lebensmitteln.

Hors d'œuvres Französische Bezeichnung für Vorspeisen.

Jardinière Gärtnerin-Art, grobwürfelig geschnittenes Gemüse.

Julienne Feinnudelig geschnittenes Gemüse.

Jus Bratensaft, Natursaft, beispielsweise aus Früchten gewonnen.

Nicht vergessen: Die Fortsetzung des Kochlexikons finden Sie im nächsten ELITE Electro Magazin vom April 2009.

www.elektro-elite.ch



Das Kochlexikon von K bis Z zum Sammeln

Karamellisieren Zucker zu hellbrauner Farbe schmelzen.

Klären Abschäumen und Entfetten von kochender Flüssigkeit (mit dem Löffel von der Oberfläche abschöpfen).

Lardieren Fleisch wird in der Faserrichtung mit Speckstreifen gespickt.

Legieren Binden des Kochgutes durch Zugabe von Ei, Mehl oder Stärke – darf nicht mehr kochen.

Marinade Eine zum Marinieren dienende Flüssigkeit.

Marinieren Fleisch in Marinade einlegen, beizen. Für die Geschmackverstärkung oder Konservierung.

Mehlbutter Mit Mehl verknetete Butter.

Mijotieren Schmoren, kaum merkbar kochen lassen.

Montieren Aufarbeiten, zum Beispiel eine Sauce, oder das Eiweiss zu Schnee schlagen.

Nappieren Kochgut wird mit Sauce knapp überzogen, so dass die Sauce nicht auf den Teller rinnt.

Panieren Fleisch und andere Sachen durch Mehl oder Milch ziehen und dann in geriebenem Brot wenden, um sie zu backen oder zu braten (Paniermehl).

Parfait Halbgefrorenes aus Eiern, Zucker, Schlagrahm und Geschmacksbeigaben in Formen im Tiefkühler frieren.

Passieren Das Kochgut durch ein feines Sieb streichen.

Pastete In einen Teigmantel gewickeltes Kochgut.

Paysanne Feinblättrig und viereckig geschnittenes Gemüse.



Pochieren Unter dem Siedepunkt – ohne zu kochen – ziehen lassen. Fisch, Eier.

Pökeln Einsalzen. Rondieren Das Fleisch mit Sauce umkränzen.

Reduzieren Eine Flüssigkeit durch Einkochen auf ein gewisses Mass vermindern.

Sabayon Eine schmackhafte Weinschaumsauce.

Saucière Auch Saucenkanne genannt.

Sautieren Das Kochgut wird in der Pfanne schwingend gegart. Für zart geschnittene Fleischstücke und «à la Minute» Gerichte.

Schalotten Sind ein Lauchgewächs. Kleine, längliche, eiförmige, violette Zwiebeln.

Sorbet Zitronensaft mit Schaumwein, halbgefrorene Fruchtsäfte.

Soufflée Ein leichter Auflauf, beispielsweise mit Eischnee.

Sud Einkochte Flüssigkeit aus Lebensmitteln und Gewürzen.

Stürzen Aus einer Form nehmen, stürzen oder auch umdrehen.

Tartelette Dies sind kleine Törtchen.

Terrine Pastete ohne Teigmantel, meist in mit Speck oder Blattgemüse ausgelegter Form. Terrinen werden im Wasserbad gegart – gesund und einfacher mit einem Dampfgarer.

Tournieren Wenden, umdrehen oder auch abdrehen von Gemüsen, Kartoffeln etc.

Tranchieren In Scheiben schneiden.

Wasserbad Ein kleines Gefäss wird in ein grösseres, mit warmen oder heissem Wasser gefülltes Gefäss gelegt und so erwärmt.

Zeste Das Gelbe von Zitronen- oder Orangenschalen, sehr dünn abgeschält oder abgerieben.

Ziehen lassen Garziehen unter dem Siedepunkt.