



Küchensprache

In dieser Zusammenstellung sind häufig verwendete Fachwörter nur kurz erklärt. Wie diese Kochtechniken in der Praxis angewendet werden ist bei Bedarf in den Rezepten ausführlicher beschrieben.

Kochen

Nebst der allgemeinen Bedeutung, bezeichnet Kochen das Garen in sprudelndem Wasser, z.B. Pasta.

Sieden

Das Garen in Flüssigkeit bei Temperaturen knapp unter dem Siedepunkt (90° - 95°), z.B. Siedfleisch. Bei höherer Temperatur (Kochen) würden die Fleischzellen aufplatzen und einen Teil des Saftes verlieren: das Fleisch wird trocken.

Pochieren

Das Kochgut wird bei 80° (teilweise auch darunter) gegart. Eine schonende Zubereitung z.B. für Fisch. Gilt auch für Würste, die bei höherer Temperatur aufplatzen würden. Eier die ohne Schale im Wasser gegart werden und nicht zu stark ausfransen dürfen (pochierte Eier, verlorene Eier).

Blanchieren

Kurzes Eintauchen in siedendes bis kochendes Wasser. Z.B. für Blattgemüse, damit es für die Weiterverarbeitung weicher wird. Bei Fleisch stockt dabei Eiweiss an der Oberfläche und kann danach ab gespült werden, beim nachträglichen Sieden wird der Sud dadurch weniger trüb.

Dünsten

Garen mit keiner oder nur wenig zusätzlicher Flüssigkeit (z.B. Wasser, Brühe, Wein), oft mit Zugabe von Fetten oder Öl. Es lässt den Eigengeschmack des Kochgutes besser zur Geltung kommen.

Dämpfen

Das Kochgut hat dabei keinen Kontakt zur Flüssigkeit, sondern gart nur im aufsteigenden Dampf (Dampfsieb).

Sous vide

Garen in einem fest verschlossenen Kunststoffbeutel im Wasserbad bei Temperaturen deutlich unter 100° und langer Garzeit.

Schmoren

Das Fleisch, ein ganzer Braten oder Ragout, wird zuerst angebraten, danach mit reichlich Flüssigkeit in der Pfanne oder im Ofen gegart.

Glasieren

Bei im Ofen zubereiteten Fleisch und Geflügel wird die Oberfläche mit Fond, oft mit Zugabe von Zucker oder Honig, zum Teil mehrmals kurz vor Ende der Garzeit eingepinselt, das verleiht ihr Glanz und Knusprigkeit.

Vorgegartes Gemüse, vor allem Wurzelgemüse wird abschliessend in geschmolzener Butter mit etwas Zuckerzugabe geschwenkt.

Bei süßem Gebäck wird die Oberfläche mit einem Guss überzogen, dieser kann aus Wasser und Puderzucker, Schokolade, Fruchtsaft usw bestehen.

Confieren

Frz. confire: einlegen, einkochen. Ursprünglich bezeichnete man damit das Garen von Fleisch oder Geflügel in viel Fett oder Öl. Gut bedeckt davon, konnte es so für einige Zeit haltbar gemacht werden. Heutzutage bezeichnet es das schonende Garen von Fleisch oder Gemüse bei tiefen Temperaturen im Ölbad oder zumindest gut eingeölt.

Montieren

Vom französischen monter 'steigen'. Damit wird das Aufschlagen von Saucen, Suppen oder Pürees mit dem Schwingbesen bezeichnet. Beispiele:

Das Aufschlagen von Eiweiss zu Eischnee.

Das Aufschlagen von Eigelb mit Zugabe von flüssiger Butter (Sauce Hollandaise).

Das Einrühren mit dem Schwingbesen von kalten Butterstücken in Saucen, damit diese eine leichte Bindung und einen seidigen Glanz erhalten.

Beizen

Das längere Einlegen (bis zu mehreren Tagen) von Fleisch in einer sauren Flüssigkeit. Meist mit Wein, Essig und Gewürzen, aber ohne Salz. Die Säure macht das Fleisch mürber und verleiht ihm einen herben Geschmack. Vor allem bei Wildgerichten (Pfeffer) und Sauerbraten. Das Beizen verzögert den Verderb des Fleisches.

Marinieren

Gewürze werden mit Öl, je nachdem auch mit Essig, Zitronensaft oder anderen füssigen Zutaten vermischt. Das Kochgut, meist Fleisch oder Fisch, wird damit eingerieben, eingepinselt oder in die Marinade eingelegt um ihm zusätzliche Geschmacksnoten zu verleihen. Bei kurzen Marinierzeiten (ca. 2-4 Stunden) kann auch Salz zugegeben werden, es stärkt den Eigengeschmack des Fleisches, bei längeren Marinierzeiten würde es ihm Saft entziehen. Marinaden sollten vor dem Anbraten abgestreift werden, da sie dabei verbrennen. Marinaden sind auch eine gute Grundlage bei der Saucenzubereitung.

Emulgieren

Normalerweise kann sich Öl nicht wässrigen Flüssigkeiten verbinden, das Öl würde immer obenauf schwimmen. Durch sehr kräftiges Rühren oder Mixen bilden sich sehr feine Tröpfchen der beiden Elemente die sich trotzdem zu einer cremigen Sauce verbinden lassen, die sich aber oft nach einer gewissen Zeit wieder trennt. Mit Lecithin, das in Eidottern, auch in Hülsenfrüchten und tierischen Produkten vorkommt, kann die Emulsion stabilisiert werden. Die bekannteste Emulsion ist die Mayonnaise.

Arrosieren

Das Wort stammt aus dem Französischen und bedeutet bewässern oder benetzen. Dabei wird gebratenes Fleisch oder Fisch kurz vor dem Servieren mit dem ausgetretenen Saft, der sich in der Pfanne gesammelt hat, oft mit Zugabe von flüssiger oder gebräunter Butter mit einem Löffel in mehreren Durchgängen über das Gargut verteilt, damit es aromatischer wird.