

GLOSSARIO DELLO CHEF



La terminologia utilizzata in cucina e nelle ricette

Raccolta dei termini che potranno aiutarvi nella comprensione e nella preparazione dei piatti.

GLOSSARIO DELLO CHEF

LA TERMINOLOGIA UTILIZZATA IN CUCINA E NELLE RICETTE

A VAPORE, COTTURA: sistema di cottura che permette di mantenere i valori nutrizionali degli alimenti, utilizzando pentole adatte.

ACCOSCIARE: legare con uno spago ali e cosce di un volatile, in modo da evitare che durante la cottura si deformino.

ACIDULARE: operazione necessaria per non far annerire frutta, ortaggi e verdure, immergendoli in un liquido composto da acqua e limone (o aceto).

ADDENSARE: cuocere a fuoco lento un sugo o una salsa, per renderle più dense.

AFFOGARE: metodo di cottura lento e delicato che prevede l'immersione del cibo in un liquido, mantenendone morbidezza e sapore.

AFFUMICARE: esporre a lungo gli alimenti al fumo, per aromatizzarli o conservarli.

ALL' ONDA: espressione utilizzata per indicare la mantecatura ideale di un risotto (ossia quando non è troppo liquido o troppo denso, bensì morbido).

AL DENTE, COTTURA: termine che definisce la perfetta cottura della pasta o del riso.

AMALGAMARE: mescolare due o più sostanze fino ad ottenere un composto omogeneo.

APPASSIRE: generalmente con questo termine si indica la cottura delle cipolle, ossia non dovranno rosolare, ma ammorbidirsi o come si usa dire nel gergo culinario, "sudare".

AROMATIZZARE: utilizzare erbe o spezie, prima o durante la cottura, per insaporire gli alimenti.

ARRABBIATA, PREPAZIONE ALL': pietanze cucinate con peperoncino (ad esempio le penne all'arrabbiata).

ARROSTIRE: cuocere a fuoco vivo e senza l'aggiunta di acqua, carni, pesci o altri alimenti.

ASPIC: preparazioni fredde in gelatina.

* * *

BAFFA: termine utilizzato per indicare le due parti del pesce, private di testa, coda e lische.

BAGNARE: aggiungere alle pietanze durante la cottura, acqua, brodo o altri fondi.

BAGNOMARIA: metodo di cottura lenta e graduale che consiste nell'inserire un recipiente più piccolo (contenente del cibo), all'interno di uno più grande contenente dell'acqua (la cottura può avvenire sia in forno, sia sul fornello).

BARDARE: metodo di cottura che consiste nell'avvolgere la carne con fette di lardo o di pancetta (fissate con spago da cucina), che sciogliendosi eviteranno l'eccessiva essiccazione della carne.

BATTUTO: condimento di base per alcune preparazioni della cucina italiana (ingredienti e nome possono variare da regione a regione). È composto da grasso di lardo o prosciutto, sedano, carota, aglio, prezzemolo o maggiorana, tritati insieme.

BIANCO DI COTTURA: liquido di cottura composto da acqua, farina e succo di limone, utilizzato per gli alimenti che in assenza di sostanze acidule, possono annerire (specialmente frattaglie e vegetali).

BIGOLO: germoglio presente all'interno dell'aglio.

BOLLIRE: lessare una pietanza in abbondante liquido.

BRASARE: metodo di cottura per carni o verdure, bagnati con acqua o vino.

BRUNOISE: diverse qualità di vegetali tagliati in dadi piccolissimi.

BURRO CHIARIFICATO: si ottiene sciogliendo il burro a bagnomaria (per evitare che soffrigga). Una volta raffreddato, assume l'aspetto e la consistenza di un olio chiaro e quindi è in grado di sopportare temperature molto più elevate del burro normale.

* * *

CACCIATORA, PREPARAZIONE ALLA: modo di cuocere le carni con cipolla, pomodoro, vino e spesso anche aceto.

CANAPÉ: crostino di pancarré ricoperto con burro o generi vari.

CARAMELLARE: ricoprire un alimento con lo zucchero.

CARTOCCIO (O PAPILLOTE): cottura al forno di carni, pesci o verdure, avvolti in carta da forno o di alluminio.

CHATEAUBRIAND: doppia fetta di filetto di manzo, tratta dalla parte centrale.

CHIARIFICARE: depurare gelatine o brodi, rendendoli limpidi.

CHINOIS: colino cinese a forma conica.

CHOUX: preparazione di pasta cotta al forno o fritta, ripiena di crema, salsa o carne (corrisponde all'italiano bignè).

CITRONETTE: condimento freddo adatto per insalate o verdure bollite, composto da olio, succo di limone, sale ed eventualmente erba cipollina tritata.

CIVET: cottura stufata, simile al salmì, utilizzata prevalentemente per la selvaggina.

CONCASSÈ: scottare rapidamente in acqua bollente un vegetale per privarlo facilmente della buccia e tritarlo in pezzi.

CONDIRE: insaporire i cibi con aromi, spezie, olio, sale o burro.

CONFETTURA: si ottiene tagliando a pezzi la frutta (esclusi gli agrumi, in questo caso si parla di marmellata), aggiungendo lo zucchero e cuocendo il composto.

CONSERVA: termine utilizzato per indicare un alimento lavorato per essere conservato (mantenendo integri sapore e freschezza).

CONSOMMÉ: brodo ristretto.

CORREGGERE: modificare il sapore di una pietanza aggiungendo delle sostanze (ad esempio il sale).

COTENNA: pelle di maiale ripulita.

COULIS: salsa densa di frutta o verdura, ma può essere anche di pesci o di crostacei.

COURT-BOUILLON: liquido, leggermente acidulo, aromatizzato con ortaggi, erbe aromatiche e spezie. Si utilizza per lessare i pesci.

CROGIOLARE: cuocere a fuoco lento in poco liquido.

* * *

DADOLATA: tagliare a dadini alimenti diversi.

DAR CORPO: aggiungere spezie o altre ingredienti, per dare più sapore a salse o sughi.

DECANTARE: travasare un liquido in un altro contenitore, avendo cura di non far cadere eventuali impurità che potrebbero essersi depositate sul fondo.

DEGLASSARE: sciogliere il fondo di cottura di un alimento con brodo, vino oppure un altro liquido.

DILISCARE: eliminare le lisce dal pesce.

DILASSARE: eliminare il sale dagli alimenti conservati in salamoia, tenendoli sotto un getto di acqua corrente.

DORARE: spennellare gli alimenti prima della cottura in forno, con il tuorlo d'uovo sbattuto, olio o burro.

DRESSARE: disporre gli alimenti da servire sul vassoio o sul piatto di portata.

* * *

EMULSIONARE: mescolare due o più sostanze fino a quando non assumono l'aspetto di una sostanza unica.

ENTRECÔTE: falda di manzo tratta dal costato.

ENTRÉE: in francese, indica il piatto di apertura di un pranzo o una cena.

ERBE FINI: insieme di erbe aromatiche tritate finemente (ad esempio: prezzemolo, basilico, cerfoglio, maggiorana e cipollina fresca).

ESTRATTO: concentrato di carne o di vegetali, utilizzato per insaporire salse e brodi.

ETAMINA: stoffa di cotone che si utilizza per filtrare brodi, creme ed altri liquidi.

* * *

FARCIA: composto di vari ingredienti legati generalmente con uova, che si utilizza per riempire determinati alimenti (ad esempio i ravioli).

FARCIRE: inserire un composto in un alimento.

FIAMMEGGIARE: passare alla fiamma i volatili già privati di piume e penne, per eliminare dalla pelle, eventuale peluria rimasta.

FIAMMIFERO: tagliare gli alimenti (patate, carote e verdure), in piccoli bastoncini simili a fiammiferi.

FLAMBARE: cospargere un alimento di liquore ed esporlo alla fiamma.

FLAN: sformato, che può essere dolce o salato.

FODERARE: rivestire un contenitore con pasta sfoglia, frolla, o semplicemente con carta forno.

FOIS GRAS: fegato d'oca o d'anatra fatto ingrassare tramite alimentazione forzata.

FONDO: composto liquido ottenuto attraverso la bollitura e che costituisce la preparazione base per alcune salse e minestre.

FONDO DI COTTURA: liquido rimasto sul fondo del recipiente, dopo la cottura di carni o altri alimenti, arrostiti o brasati.

FONTANA: disporre la farina su un tavolo o piano di lavoro, dandogli una forma circolare con un buco al centro.

FRICASSEA: termine generico utilizzato per descrivere una varietà di piatti stufati. In genere è fatto con pollame, ma sono possibili preparazioni con altre carni bianche. La carne viene tagliata a pezzetti e stufata, addensata con burro o panna e può includere verdure o altri ingredienti. La fricassea greca è composta da maiale, lattuga o erbe selvatiche (in questo caso la salsa viene addensata con dell'uovo sbattuto appena prima di essere servita).

FRIGGERE: cuocere alimenti in abbondante olio rendendoli croccanti.

FROLLARE: lasciar riposare per un tempo variabile (a seconda della quantità e del tipo), tranci di carne, animali interi o grossi pesci, in modo da ammorbidirne i tessuti e migliorarne il sapore.

FRULLARE: far diventare fluido, con l'ausilio di frullatore, un alimento solido.

FUMETTO: brodo ristretto, generalmente di pesce.

* * *

GHI (O GHEE): altro modo di chiamare il burro chiarificato (molto usato in India ed in generale, nei paesi asiatici).

GLASSARE: rendere gli alimenti lucidi. Per gli arrosti si utilizza il liquido del fondo di cottura, per le verdure si aggiunge lo zucchero in fase di cottura, mentre per i dolci si impiega uno strato di zucchero o cioccolato.

GRATINARE: far formare una crosta superficiale sugli alimenti, cospargendoli di formaggio, pangrattato o besciamella, una volta cotti in forno.

GRECA, COTTURA ALLA: metodo di cottura delle verdure. Si ottiene preparando un fondo di vino bianco, olio, pepe in grani, aromi e limone, nel quale vengono immerse le verdure facendole sobbollire lentamente.

GREMOLADA: condimento composto da un trito di aglio, prezzemolo e scorza di limone (utilizzato principalmente per ultimare la preparazione dell'ossobuco alla milanese).

GUARNIRE: completare un piatto con decorazioni appropriate.

GUARNIZIONE: decorazione di una pietanza con vari alimenti, per renderla più appetibile.

* * *

HORS-D'OEUVRE: antipasto.

* * *

IMBIONDIRE: rosolare a fuoco lento in una sostanza grassa (olio, burro, margarina), le verdure tritate, portandole appunto, ad un colore biondo.

IMBRIGLIARE: legare con uno spago o cucire delle parti di un pollo, per dargli la forma desiderata.

IMPANARE: immergere nell'uovo e nel pangrattato gli alimenti, prima di friggerli o cuocerli in forno.

IMPASTARE: mescolare vari alimenti fino ad ottenere un composto omogeneo.

IMPAZZIRE: perdita di consistenza e compattezza di una salsa o crema a base di uova.

IN UMIDO, COTTURA: sistema di cottura per carni, pesci o verdure, che avviene partendo dalla rosolatura dell'alimento in un grasso e proseguendo poi con l'aggiunta di poco liquido, nel quale l'alimento verrà fatto cuocere lentamente e a lungo.

INCIDERE: praticare piccoli tagli sugli alimenti per accelerarne la cottura.

INCORPORARE: unire ed amalgamare due o più composti.

INFUSIONE: immergere carni o pesci in un liquido composto da vino, erbe aromatiche e spezie.

* * *

JULIENNE: verdure o altro, tagliate a bastoncini molto sottili.

* * *

LARDELLARE: inserire piccoli pezzi di lardo o pancetta, nei tagli praticati sulla carne.

LAVORARE: sbattere, mescolare singoli alimenti per cambiarne la struttura (es: lavorare il burro a crema) oppure unire più elementi di una preparazione per amalgamarli in maniera omogenea.

LEGARE: amalgamare gli ingredienti.

LIEVITAZIONE: processo chimico grazie al quale un impasto si gonfia per effetto della fermentazione del lievito in esso contenuto.

LUCIDARE: spennellare un alimento con un ingrediente che la renda lucido e brillante (glassa, miele, burro fuso, sciroppo, gelatina).

* * *

MACERARE: conferire sapore ad un alimento mettendolo a bagno, ossia in un liquido e per un certo periodo di tempo.

MANTECARE: addensare una pietanza con il burro.

MARINARE: conservare, ammorbidire o insaporire gli alimenti (carni, pesci e verdure) lasciandoli riposare in un liquido ottenuto con vino, limone o aceto, olio, aromi e spezie.

MAZZETTO GUARNITO: traduzione del francese bouquet garni, ossia un mazzetto composto da vari aromi legati insieme (es. prezzemolo, basilico, timo e alloro).

MERINGARE: ricoprire o decorare una preparazione con della meringa.

MIREPOIX: miscuglio di legumi tagliati in piccolissimi dadi, eventualmente con lardo, prosciutto o pancetta.

MONDARE: eliminare da frutta e verdura le parti non commestibili.

MONTARE: aumentare il volume degli alimenti, rendendoli spumosi (albume, panna).

MUGNAIA, PREPARAZIONE ALLA: metodo di preparazione che prevede l'infarinatura di un pesce (non superiore ai 300 gr.), prima di passarlo nel burro per la cottura.

* * *

NAPPARE: distribuire sugli alimenti piccole quantità di salsa o sugo.

NETTARE: privare un alimento di ciò che non serve (pulire).

* * *

OLIARE: ungere con olio una teglia, una placca oppure un utensile, per evitare che l'alimento si attacchi.

OLIO EVO: semplice abbreviazione dell'olio Extra Vergine di Oliva.

* * *

PANARE ALL'INGLESE: passare gli alimenti nella farina, nell'uovo (sbattuto, salato ed addizionato con olio) ed in seguito nel pane grattugiato.

PARARE: eliminare le parti grasse della carne.

PARFAIT: tipo di semifreddo in cui compare sempre la panna montata.

PASTELLA: composto semiliquido in cui vengono immersi gli alimenti prima della frittura.

PASTELLARE: immergere gli alimenti nella pastella, prima della frittura.

PELARE A VIVO: togliere l'albedo (la parte bianca) dagli agrumi utilizzando un coltellino affilato.

PICCHETTARE (O STACCARE): insaporire le pietanze inserendo nei tagli praticati nella carne o nel pesce, spezie, verdure, erbe aromatiche o pezzetti di grasso.

PRALINARE: tostare nello zucchero nocciole, noci e mandorle.

PUNTO DI FUMO: temperatura oltre la quale i grassi bruciano, sviluppando odori sgradevoli e sostanze nocive per il fegato. Il punto di fumo è diverso per ogni tipo di grasso (dai 190°C per l'olio di oliva ai 130 °C per il burro).

PUNTO ROSA (O COTTURA ALLA ROSA): punto di cottura della crema inglese, ossia ad una temperatura di 80-85 °C, quando i tuorli iniziano a coagulare, facendo addensare la crema. In alcune ricette, l'espressione "punto rosa" è invece utilizzato per indicare il punto di cottura delle carni.

* * *

Q.B.: Quanto Basta. Nota usuale riportata nelle ricette che indicano una quantità imprecisa da personalizzare in modo consono ed appropriato.

QUENELLE: composto fine di morbida consistenza, formato con l'aiuto di due cucchiai/cucchiaini.

* * *

RIDURRE: far evaporare le salse.

RINVENIRE: immergere in acqua elementi essiccati.

ROSOLARE: cottura in padella di carni o verdure fino ad ottenere un aspetto dorato.

ROUX: burro miscelato con farina, usato per legare ed ispessire le salse.

* * *

SALMÌ: cottura in umido della selvaggina dopo averla marinata.

SALTARE: passare in padella i cibi a fuoco vivo, per terminarne la cottura e condirli contemporaneamente.

SBIANCHIRE (SBOLLENTARE O SCOTTARE): immergere frutta o verdure per poco tempo in acqua bollente, per facilitarne la spellatura.

SCALOPPARE: tagliare carne o pesce, ottenendo fette regolari.

SCAVINO: arnese utilizzato per scavare gli alimenti.

SCHIUMARE: eliminare le impurità che affiorano in superficie.

SFILETTARE: pulire il pesce separando i filetti dalle lisce.

SFORMARE: rovesciare uno stampo per estrarne la preparazione.

SFUMARE: far evaporare a forte calore e velocemente, il vino o un altro liquido aggiunto.

SGRASSARE: eliminare lo strato di grasso da un brodo o da una salsa, lasciando raffreddare.

SOBBOLLIRE: cuocere a fuoco moderato.

SOFFRIGGERE: cuocere un alimento in un composto grasso senza che questo arrivi alla temperatura di frittura.

SOUFFLÉ: preparazione cotta al forno dolce o salata e rigonfia per la crescita dei bianchi d'uovo montati a neve.

SPURGARE: immergere in acqua i frutti di mare per eliminarne le impurità, oppure far perdere acqua ad alcune verdure come ad esempio le melanzane cospargendole di sale.

STECCARE: introdurre nella carne cruda pezzi di lardo, spezie, aromi o verdure crude, con l'apposito attrezzo (ago per steccare).

STEMPERARE: sciogliere una sostanza in acqua, latte o brodo.

STRINARE: bruciare su fuoco vivo la peluria superflua di un animale.

STUFARE: cuocere gli alimenti a fuoco lento.

SUDARE: eliminare l'eccesso di umidità dagli alimenti, scaldandoli a fuoco lento.

* * *

TIRARE: termine che può indicare l'azione di stendere una sfoglia su un piano di lavoro oppure di far addensare una salsa.

TORNIRE: dare una particolare forma agli alimenti con l'ausilio di un coltellino.

TOSTARE: scaldare senza l'aggiunta di grassi o di liquidi, un ingrediente asciutto (pane, frutta secca, spezie, caffè) in modo tale che questo assuma un colore dorato ed una consistenza croccante. Al contrario, per la cottura del risotto, il riso viene tostato nella pentola leggermente unta e mescolato a fuoco vivo con un cucchiaino di legno per circa due minuti.

TRIFOLARE: cuocere in olio o burro con aggiunta finale di prezzemolo.

* * *

VINAIGRETTE: salsa fredda a base di olio, aceto, sale e pepe alla quale possono essere aggiunte anche erbe aromatiche tritate finemente.

VELARE: coprire la superficie di un alimento con uno strato di gelatina, crema o salsa, utilizzando un pennello.

VESTIRE: coprire completamente, avvolgere.

VESTITO: voce che indica lo spicchio d'aglio, bulbo o altro, con la sua pellicola.

VOL-AU-VENT: tartina di pasta sfoglia di forma cilindrica e vuota all'interno, che una volta cotta, viene farcita con intingoli diversi.

* * *

ZESTA: scorza di limone o di arancia tagliata sottilmente senza albedo (la parte bianca).