

TERMES DE CUISINE

Al dente : cuire les pâtes jusqu'à ce qu'elles soient tendres, mais encore fermes. Ceci aide les pâtes à conserver leur forme lorsqu'elles sont placées dans la sauce pour pâtes.

Assaisonner : aromatiser les aliments en utilisant des herbes, des épices, des condiments, du sel ou du poivre dans le but d'en améliorer le goût.

Badigeonner : appliquer une couche de quelque chose sur un aliment, tels une marinade, une sauce, du beurre fondu ou de l'huile.

Badigeonner : appliquer une couche de quelque chose sur un aliment, tels une marinade, une sauce, du beurre fondu ou de l'huile.

Battre : bien mélanger les ingrédients avec un batteur électrique, un fouet ou une fourchette. Cette méthode permet également l'infiltration d'air dans le mélange, ce qui le rend léger et moelleux.

Battre en crème : mélanger des ingrédients afin d'obtenir une pâte lisse et légère. Ceci se fait en général avec du sucre et du beurre au début de la préparation d'une recette de gâteau ou de biscuit. Les batteurs électriques fonctionnent très bien pour cette méthode.

Blanchir : cuire un aliment dans de l'eau bouillante pour une courte durée. Dès que le légume ou le fruit sort de l'eau bouillante, il faut le mettre dans de l'eau froide pour en arrêter la cuisson. Le blanchiment est généralement utilisé pour les légumes et les fruits que l'on souhaite congeler et ainsi aider à conserver la saveur, la couleur et la texture intactes pendant la congélation.

Bouillir : chauffer un liquide (généralement de l'eau) jusqu'à ce que de multiples bulles apparaissent à la surface. Ceci se fait généralement dans une casserole sur la cuisinière. L'eau peut également être bouillie dans une bouilloire.

Brouiller : cuire des œufs que l'on fouette dans une poêle à frire. Pendant la cuisson, les œufs sont mélangés jusqu'à ce qu'ils forment plusieurs petits morceaux d'œuf cuit.

Brunir : cuire rapidement à feu vif, ce qui fait brunir l'extérieur de l'aliment tandis que l'intérieur demeure juteux. Cette méthode procure aux aliments une couleur appétissante et une saveur riche.

Couper en dés : couper des aliments (par exemple, de l'oignon) en petits cubes avec un couteau.

Cuire à la vapeur : cuire un aliment en utilisant la chaleur de la vapeur. Les aliments que l'on cuit à la vapeur sont habituellement placés dans un panier ou une grille au-dessus de l'eau bouillante dans une casserole couverte.

Cuire au four : cuire des aliments au four. Les aliments que l'on cuit au four comprennent le pain, les muffins, les biscuits ou les gâteaux.

Déglacer : ajouter du liquide dans une poêle chaude après y avoir cuit des aliments, ce qui permet aux morceaux caramélisés qui demeurent collés au fond de se libérer et d'ajouter de la saveur au liquide.

Émincer : couper des aliments (par exemple, de l'ail) en très, très petits morceaux.

Graisser : mettre une petite quantité d'huile ou de gras, comme du beurre, à l'intérieur ou sur la surface d'un plat, dans le but d'éviter que les aliments n'y adhèrent pendant la cuisson.

Hacher : couper un aliment en petits morceaux qui n'ont pas besoin d'être de la même taille.

Mélanger : mélanger deux ou plusieurs ingrédients jusqu'à ce qu'ils soient combinés en un seul mélange. Cette action s'effectue à la main, avec un mélangeur ou à l'aide d'un batteur électrique.

Mijoter : cuire des aliments en chauffant un liquide jusqu'à ce qu'il bouillonne doucement. Ceci se produit généralement en chauffant le liquide sur feu moyen-élevé, puis en diminuant le feu une fois que celui-ci commence à bouillonner.



Public Health
Santé publique
SUDBURY & DISTRICTS



Bureau de Santé
du District de Thunder Bay

North Bay Perry Sound District
Health Unit
Bureau de santé
du district de North Bay-Perry Sound



TERMES DE CUISINE

Peler : enlever la peau d'un fruit ou d'un légume (par exemple, une pomme de terre).

Pétrir : presser, plier et retourner la pâte. Pour pétrir, repliez la pâte vers vous, appuyez dessus avec les talons des deux mains, lui donner un quart de tour et recommencer.

Plier : mélanger les ingrédients très doucement. Cela se fait souvent lorsqu'un ingrédient a été fouetté, afin qu'il ne perde pas le gonflement créé par l'air qui y est contenu.

Préchauffer : chauffer l'outil de cuisson avant de commencer à cuisiner, préchauffer le four ou une poêle à frire. Le préchauffage garantit que les aliments commencent à cuire immédiatement et qu'ils cuisent correctement, à la bonne température. Ceci est particulièrement important lors de la cuisson au four.

Presser : extraire le liquide d'un fruit ou d'un légume (par exemple, un agrume). Pour extraire le jus, il s'agit de couper les citrons et les limes en moitiés ou en quartiers, puis d'en presser le jus au-dessus d'un bol.

Râper : réduire un gros morceau d'un aliment (par exemple, du fromage) en minuscules lambeaux en le frottant contre une surface métallique rugueuse appelée râpe. Un autre mot pour râper est déchiqueter.

Réduire en purée : broyer ou écraser les aliments jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. Ceci s'effectue le plus souvent en utilisant un robot culinaire ou un mélangeur.

Remuer : déplacer une cuillère, une spatule ou un autre ustensile en faisant un mouvement circulaire afin de mélanger des ingrédients ou un liquide.

Retirer la peau : enlever la peau avant ou après la cuisson. Les aliments dont on retire la peau comprennent la volaille et le poisson.

Rôtir : faire cuire des aliments au four dans une casserole ou un plat non couvert. Cette façon de cuisiner brunit l'extérieur des aliments et ajoute de la saveur.

Sauter : cuire des aliments rapidement en utilisant une petite quantité d'un corps gras dans une poêle à des températures moyennes-élevées. L'oignon, l'ail et d'autres légumes comme les poivrons, le brocoli et les champignons font partie des aliments que l'on fait sauter.

Tamiser : passer un ingrédient sec (comme la farine ou le sucre) à travers un tamis dans le but d'éliminer les grumeaux et d'y ajouter de l'air.

Tasser : presser dans une tasse à mesurer. Ceci est fréquemment utilisé pour décrire la mesure de la cassonade afin qu'elle soit tassée au fond, ce qui permet d'en mettre plus dans la tasse à mesurer.

Trancher : couper une partie d'un aliment avec un couteau dans la partie la plus large, par exemple, trancher du pain ou trancher une pomme.