

# Gasztronómiai lexikon

Gasztronómiai lexikon.....	1
A la Carte .....	3
Abálás .....	3
Adagolás .....	3
Al dente.....	3
Angolos bundázás .....	3
Angolos-ra (rare) sütés.....	3
Aszpik .....	3
Átforralás .....	3
Áttörés.....	3
Bain-marie.....	3
Vízfürdő .....	3
Bardírozás .....	3
Barna rántás .....	3
Batonra vágás.....	3
Bécsi bundázás.....	3
Beforralás.....	3
Blansírozás.....	4
Bouillon.....	4
Bő zsiradékban történő sütés .....	4
Bugyantás.....	4
Bundázás.....	4
Csőben sütés.....	4
Darabolás .....	4
Derítés .....	4
Dresszírozás .....	4
Ecetes pác.....	4
Előfőzés.....	5
Elősütés .....	5
Etamin .....	5
Fehér rántás.....	5
Félig főzés.....	5
Félig sütés .....	5
Fényezés.....	5
Filé .....	5
Flambírozás.....	5
Forrázás.....	5
Gasztronómia .....	5
Gőzölés .....	6
Gratinírozás.....	6
Gyors sűrités .....	6
Habverés .....	6
Hidegre főzés .....	6
Infrasütés.....	6
Ízesített pác .....	6

Juliennere vágás .....	6
Kevés zsiradékban történő sütés .....	6
Kigőzölés .....	6
Klopfolás.....	7
Lazítás .....	7
Legírozás.....	7
Lisztes vaj .....	7
Lisztszórás.....	7
Marinád .....	7
Megfuttatás .....	7
Mikrohullámú sütés .....	7
Montírozás .....	7
Natúr bundázás.....	7
Nedves pác .....	7
Nyitott szeletelés.....	7
Olaszos bundázás .....	8
Orly bundázás .....	8
Pácolás .....	8
Papillote .....	8
Parírozás.....	8
Párizsi bundázás.....	8
Párolás.....	8
Passzírozás .....	8
Pirítás .....	8
Posírozás .....	8
Rántás.....	8
Smizírozás.....	8
Sörtésztában való sütés .....	9
Spékelés .....	9
Staubolás.....	9
Sûrités .....	9
Sütés.....	9
Száraz rántás .....	9
Szûrés.....	9
Tálalás.....	9
Tisztítás.....	9
Túlnyomásos főzés.....	9
Válogatás.....	9
Világos rántás.....	9
Villeroi bundázás .....	9
Zárt légterû sütés.....	10
Zsírtalanítás.....	10

**A la Carte:**

Étlap szerint, étlapról választva

**Abálás:**

Folyamatos, forráspont alatti 95°C-on történő hőkezelést, főzést jelent. (abáljuk pl. a szalonnát, a hurkaféléket)

**Adagolás:**

Az elkészített ételt a kívánt fogyasztási egységekre osztjuk. Pl. az egyben sült húsokat szeleteljük. Az adagolás célja az egységes és egyenletes elosztás.

**Al dente:**

"ami jó a fognak" - a nem puhára, haraphatóra főzött tészta jelzője Állományjavítás,

**Feljavítás:**

Különböző mártások, krémlevesek állományát és ízét tehetjük ezzel az eljárással finomabbá, krémesebbé, jobbá. Legírozás, montírozás, tejfölözés, alaplével történő javítás.

**Angolos bundázás:**

A bundázás egyik ismert formája. Azt jelenti, hogy a húst, a halat vagy egyéb sütni kívánt alapanyagot előbb olvasztott vajba mártjuk, majd zsemlemorzsaába forgatjuk és kisütjük.

**Angolos-ra (rare) sütés:**

Az egészen angolos pecsenyének csak a külső pereme sül át, a hús közepe felé haladva egyre nyersebb, a hús közepe pedig teljesen nyers, véres.

**Aszpik:**

A hidegkonyha egyik legfontosabb alapanyaga. Készíthető csontokból, bőrökből, zselatinból is.

**Átforralás** (Isd. még kiforralás):

A liszttel sűrített ételek sűrítés utáni forralása a nemkívánatos liszt íz elkerülése érdekében.

**Áttörés** (Isd. még passzírozás):

Az áttörés célja a durvább rostozatú anyagok emészthetőbbé, élvezhetőbbé tétele. Ma már igen jó módszer a turmixolás, de néhány anyagot még így is át kell törni (pl. paradicsom, aprómagú gyümölcsök).

Egyes anyagokat még forrón kell áttörni, mert ha kihűlnek, "megszappanasodnak" (pl. főtt burgonya, gesztenye).

**Bain-marie:**

**Vízfürdő.** Az elkészült ételek melegen tartására szolgáló készülék.

**Bardírozás:**

Kisebb húsok, vadszárnyasok szalonnalapokkal történő sütés előtti burkolása.

**Barna rántás:**

A barna rántáshoz a lisztet barnára pirítjuk. A forró zsiradékban először egy kevés cukrot pirítunk, ezután tesszük csak hozzá a lisztet, és készre pirítjuk. Ilyen rántás készül pl. a vadas mártáshoz, a lencsefőzelékhez.

**Batonra vágás:**

Darabolási forma, négyzetes hasáb, 0,5-1 cm vastag és 3-4 cm hosszú.

**Bécsi bundázás:**

A bundázás leggyakoribb módja. Lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzsaába forgatjuk a húst.

**Beforralás:**

Azt az eljárást nevezzük így, amikor a levest, mártást vagy egyéb ételt addig forralunk, amíg el nem éri a kívánt sűrűséget. Így készülnek a fűszerpárlatok is. A beforralást fedő alatt, mérsékelt és egyenletes tűzön végezzük.

**Blansírozás** (lsd. még előfőzés):

Azt a műveletet nevezzük blansírozásnak (más néven előfőzés), amikor egy nyersanyag nemkívánatos szagát, ízét, héját el akarjuk távolítani.

Ilyenkor felfőzzük, az első főzőlevét leöntjük és jól megmosva másik vízben folytatjuk a főzést.

**Bouillon:**

Általában húslé vagy húskivonat, erőleves, de lehet zöldségből, halból, vadból vagy alapanyagból főzött lé is.

**Bő zsiradékban történő sütés:**

Bundázott ételek, burgonyafélék, egyes tészták készülnek ezzel az eljárással. A sütéshez bő zsiradékot használunk, vagyis a zsiradék bőven ellepi a sütendő anyagokat, a hőmérséklet a kevés zsiradékban történő sütéshez képest alacsonyabb hőmérsékletű.

**Buggyantás:**

Így készül a buggyantott tojás. A gyengén sózott, ecetes vizet felforraljuk, és ebbe ütjük bele az egész tojást. Csak addig hagyjuk a tűzön, amíg fel nem buggyan. Ekkor levesszük a tűzről, és addig hagyjuk a lében, amíg lágytojás-szerű nem lesz.

**Bundázás:**

Az a művelet, amikor valamilyen anyagot - húst, halat - lisztbe, felvert tojásba, majd zsemlemorzsaiba meghempergetünk, vagy egyéb masszával vonunk be sütés előtt. Célja, hogy ízletesebbé és változatosabbá tegye ételünket.

**Csőben sütés** (lsd. még gratinírozás):

A "csőben sütést", más néven gratinírozást sütőben - vagy grillsütőben - végezzük. Pírítást jelent, mert a különböző csőben sült ételeket először meg kell főzni, esetleg a megfelelő mártással bevonni, így csak rövid ideig kell sütni, azaz csak a felső rétegüket kell megpirítani. Az ily módon sült ételek elkészítését a tálalás idejére időzítjük, különben összeesik, kiszárad.

**Darabolás:**

A nyersanyagok megfelelő méretűre való alakítása, melynek célja: a hőkezelési idő csökkentése, a felhasznált különböző nyersanyagok egységesítése, az adagolás megkönnyítése. Darabolási formák: finom, apró, szelet, julienne, baton, kocka, cikk, karika, félkarika, félfő, stb.

**Derítés:**

Ez egy olyan tisztítási eljárás, melynek segítségével a levekben, levesekben (erő- és húsleves) lebegő apró, leszűrhetetlen anyagokat is eltávolíthatjuk, így a lé kristálytisztává, válik. Folyamata: A húst kivesszük, 1-2 tojásfehérjéből kevés vízzel laza habot verünk, a tisztítandó léből egy keveset hozzáadunk, majd állandó kevergetés közben visszaöntjük a tisztítandó léhez, majd levesszük a tűzről, és 8-10 percig állni hagyjuk, majd átszűrjük.

**Dresszírozás:**

Formaadás. Dresszírozzuk például a nyers zöldséget, egészben sütés előtt a szárnyasokat, vagy tálalás előtt a desszerteket.

**Ecetes pác:**

Ecetes páclevet (marinád) készítünk a heringfélékhez vagy a marinírozott pontyhoz. Ehhez a hagymát karikára vágjuk, felöntjük vízzel, ecettel, sóval, kevés törött borssal és néhány csepp étolajjal.

**Előfőzés** (lsd. még blansírozás):

Előfőzésnek nevezzük azt a műveletet, amikor egy anyag erős ízét vagy szagát el akarjuk venni. Ilyenkor felfőzzük, az első főzőlevet leöntjük róla, majd jól megmosva másik vízben főzzük tovább.

**Elősütés** (lsd. még megfuttatás):

Mind a párolásra szánt, mind a felszeletelt húsokat párolás előtt kevés forró zsiradékban megforgatva elősütjük (megfuttatjuk), mert a forró zsiradék a hús külső felületén levő rostokat összehúzza, így képződik egy húsos pörzsréteg, és ez megakadályozza a húsnedvek kioldódását. A húsok elősütés nélkül ízetlenek, rágósak és kevésbé élvezhetőek.

**Etamin:**

Szűrőruha

**Fehér rántás:**

A fehér rántást egyáltalán nem pirítjuk meg, hanem a felhevített zsiradékba beletesszük a lisztet, és csak átforrósítjuk, hogy ne maradjon nyers. Ilyen rántást készíthetünk pl. a tejmártáshoz is.

**Félig főzés** (lsd. még posírozás):

Nyersanyagok rövid ideig tartó, csak részleges, vagy félig főzését jelenti.

**Félig sütés:**

A húst előbb kevés forró zsiradékban minden oldalán átsütjük, majd középmeleg, egyenletes hőmérsékletű sütőbe tesszük, és lassan sütjük tovább. A hús külső része jól átsül, csak a közepe táján marad vékony nyers húsréteg.

**Fényezés:**

Hideg ételeket, szendvicseket lehűtött aszpikkal szoktunk bevonni, így egyrészt szép fényes felületűek lesznek, másrészt megóvjuk az ételt a kiszáradástól, az elszíneződéstől. Meleg ételeket peccsenyezsírral, olvasztott vajjal öntünk le, hogy a tálalásnál szép fényesek legyenek.

**File:**

A gerincről kétoldalt teljesen lefejtett hús, vagy teljesen csontozott, tisztított, szeletelésre előkészített hús.

**Flambírozás:**

Kétféle módon flambírozhatunk: Egyik mód: a nyersanyagot átsütjük, átforrósítjuk és leöntjük valamilyen alkohol tartalmú itallal, majd meggyújtjuk. Miután a lángok kialudtak, folytathatjuk az étel párolását.

A másik mód: a teljesen kész ételt öntjük le valamilyen szesszel, meggyújtjuk, és lángolva tálaljuk fel.

**Forrázás:**

Forrázásnak nevezzük azt a műveletet, amikor valamely nyersanyagot forrásban lévő vízbe tesszük, néhány pillanatig benne hagyjuk, majd leszűrjük. Ezt az eljárást alkalmazzuk pl. a csípős paprika erejének tompítására, vagy a paradicsom héjának lehúzására.

**Főzés:**

Olyan hőkezelési folyamat, melynek során a - megfelelően előkészített - nyersanyagot vízben vagy más folyadékban addig forraljuk, amíg rostjai meg nem puhultak.

Megkülönböztetünk gyors és lassú, egyenletes főzést.

**Gasztronómia:**

Görög szó. Jelentése: ínyencség, az ételek és italok szakértő ismerete, kifinomult élvezése, az étkezés művészete. További jelentése szakácsművészet, ínyencmesterség,

tágabb értelemben pedig a terítés, a felszolgálás művészete, az étkezés kultúrája, de magában foglal mindent, ami az étkezéssel kapcsolatos.

**Gőzölés** (gőzben főzés):

Ebben az esetben a nyersanyagok egy gőzzel telített térben főnek, a folyadékkal nem érintkeznek. Ez lehet akár egy fazék is, melybe a vízszint fölé egy lukacsos lemezt, rácsot helyezünk, és erre tesszük a párolandó anyagokat, de lehet egy modern gőzpároló készülék is.

**Gratinírozás** (Isd. még csőben sütés):

A "csőben sütést", más néven gratinírozást sütőben - vagy grillsütőben - végezzük. Pirítást jelent, mert a különböző csőben sült ételeket először meg kell főzni, esetleg a megfelelő mártással bevonni, így csak rövid ideig kell sütni, azaz csak a felső rétegüket kell megpirítani. Az ily módon sült ételek elkészítését a tálalás idejére időzítsük, különben összeesik, kiszárad.

**Gyors sűrítés:**

Ha valamilyen mártás vagy krémleves a vártnál hígabbra sikerül, liszttel begyúrt vajjal sűrítjük, amelyet a forrásba lévő ételbe morzsoljunk, állandó, gyors kevergetés mellett. Habarás:

Csak forró vagy forrásban lévő ételt habarjunk be. A habarás lényegesen könnyebben emészthető, egészségesebb. A lisztet vízzel tejföl sűrűségűre keverünk, hozzáadjuk a tejfölt (tejszín, tej), majd vékony sugárban, kevergetve, szűrőn keresztül beleöntjük a forró ételbe.

**Habverés:**

Többnyire a tojásfehérjét és a tejszínt szokás habbá felverni.

Tojásfehérjét csak tiszta edényben és tiszta habverővel verhetünk keményre. Mielőtt a tojás hab teljesen felverődik, tegyünk bele kevés cukrot, ezáltal jobb tartása lesz. Mind a tojásfehérje, mind a tejszín gyorsabban és keményebbre verődik fel, ha előtte jól lehűtjük.

**Hidegre főzés:**

Ha "hidegre" főzünk valamilyen anyagot, akkor az elkészülte előtt néhány perccel levesszük a tűzről. Így mire az étel a saját levében kihűl, addigra teljesen megpuhul.

**Infrasütés:**

A sütés direkt formája, melyben a modern technika a forró levegőt elektromos fűtőszálakkal helyettesíti. A sülő anyag felületét éri az egyenletes, magas hőszugárzás, így pirult "kéregrészek" jönnek létre, amelyek ízletesebbé teszik az ételt.

**Ízesített pác:**

Ízesített páclevet készítünk egyes salátákhoz. Tárkonylevelet, metélőhagymát, zöldpetrezselymet finomra, egy kevés ecetes uborkát pedig apró kockákra vágunk, olajjal, hígított ecettel elkeverjük, sózzuk, borsozzuk.

**Juliennere vágás:**

Darabolási forma, gyufaszálszerű vékony metéltet jelent.

**Kevés zsiradékban történő sütés:**

A sütést minimális, de forró zsiradékban kezdjük, hogy a hús felületén a rostok és a fehérjék a hő hatására védőréteget képezzenek. A hússzeleteket beletesszük a forró zsírba, egyik, majd másik oldalát is szép pirosra, ropogósra sütjük.

**Kiforralás** (Isd. még átforralás):

A liszttel sűrített ételek sűrítés utáni forralása a nemkívánatos liszt íz elkerülése érdekében.

**Kigőzölés:**

Pudingok, felfújtak készülnek ezzel a módszerrel, vagyis a pudingformát vízzel telt edénybe helyezük, és azt zárt térben, (sütőben) hevítjük.

#### **Klopfolás:**

Szeletelt húsok rostjainak lazítása ún. húsverő kalapács segítségével.

A szeletelt hús ezáltal könnyebben sül, porhanyósabb és formásabb lesz.

#### **Lazítás:**

A melegkonyhai technológiákban gyakran szerepel lazítás, melynek a célja a készítendő étel, hús, felfújt, püré, krém könnyebb szerkezetűvé, levegősebbé tétele. Leggyakrabban alkalmazott módja a kikeverés, habbá verés.

#### **Legírozás:**

Krémevesek, mártások, tejszínnel, tojássárgájával való dúsítása.

Lezsírozás (lsd. még zsírtalanítás, parírozás):

Főzés közben az ételek felszínére feljött felesleges zsiradékot leszedjük. Ha a szűréshez szűrőruhát használunk, akkor előbb hideg vízzel nedvesítsük meg és jól csavarjuk ki.

#### **Lisztos vaj:**

A lisztet a vajjal összegyúrjuk, és állandó keverés mellett tesszük az ételbe.

Magyarországon utósűritésre használják, a francia konyhában azonban normál sűritési mód.

#### **Lisztoszórás** (lsd. még staubolás):

A lisztoszórás szintén az ételek sűritésére szolgál. Amikor az étel teljesen elfőtte a levét, akkor az ételt a főzőkanállal félretoljuk, és az edény alján maradt zsiradékba lisztet szórunk. Kissé megpirítjuk, majd felengedjük vízzel, tejjel, zöldség- vagy csontlével.

#### **Marinád** (lsd. még ecetes páclé):

Ecetes páclevet (marinád) készítünk a heringfélékhez vagy a marinírozott pontyhoz.

Ehhez a hagymát karikára vágjuk, felöntjük vízzel, ecettel, sóval, kevés törött borssal és néhány csepp étolajjal.

#### **Megfuttatás** (lsd. még elősütés):

Mind a párolásra szánt, mind a felszeletelt húsokat párolás előtt kevés forró zsiradékban megforgatva elősütjük (megfuttatjuk), mert a forró zsiradék a hús külső felületén levő rostokat összehúzza, így képződik egy húsos pörzsréteg, és ez megakadályozza a húsnedvek kioldódását. A húsok elősütés nélkül ízetlenek, rágósak és kevésbé élvezhetőek.

#### **Mikrohullámú sütés:**

Elektromágneses erőterbe helyezett anyagok a bennük lévő szabad vírzecskék nagysebességű rezgése során keletkezett súrlódás által melegszenek fel.

#### **Montírozás:**

Az ételek vajjal történő feljavítása, állományjavítása. Habverővel mindaddig keverjük az ételt, amíg a vajdarabkák teljesen el nem olvadnak. Ezzel növeljük az étel tápértékét, azonkívül bársonyosan sima lesz.

#### **Natúr bundázás:**

A hússzeleteket csak lisztbe forgatjuk, majd nagyon kevés, forró zsiradékban kisütjük.

#### **Nedves pác:**

Nedves pácot készítünk pl. vadhúsokhoz. A páclét szeletekre vágott hagymával, zöldséggel, sóval, borssal, babérlevéllel ízesítve felforraljuk, lehűtjük, majd a húrsa öntjük.

#### **Nyitott szeletelés:**

Ha egy kisebb, de vastagabb szelet húsból nagyobb szeletet szeretnénk készíteni, akkor fektessük a húst a vágódeszkára, majd azzal párhuzamosan vágjuk be középen annyira, hogy a két szelet ne váljon szét egymástól. Majd a két szelete hajtsuk szét, így az eredeténél kétszer nagyobb hússzeletet kapunk.

**Olaszos bundázás:**

A bécsi bundázással megegyező bundázási mód, az eltérés pusztán annyi, hogy a zsemlemorzsaiba parmesan sajtot keverünk el.

**Orly bundázás:**

Az orly bundázáshoz sörtésztát keverünk, mely lisztből, tojásból és sörből áll. A hússzeleteket először lisztbe, majd a sörtésztába mártjuk és végül forró, bő zsiradékban sütjük ki.

**Pácolás:**

A pácolás célja a tartósítás és az ízjavítás. Megkülönböztetünk nedves és száraz pácoakat. Ízletesebbé, hosszabb ideig eltarthatóvá, porhanyósabbá teszi a húsféléket, esetleg zöldségeket.

**Papillote:**

Papírhüvely, amit szárnyasok csontjára húzunk, díszítésként, illetve kézzel történő megfogáshoz.

**Parírozás** (Isd. még zsírtalanítás, lezsírozás):

Főzés közben az ételek felszínére feljött felesleges zsiradékot leszedjük. Ha a szűréshez szűrőruhát használunk, akkor előbb hideg vízzel nedvesítsük meg és jól csavarjuk ki.

**Párizsi bundázás:**

A hússzeleteket csak lisztbe és felvert tojásba mártjuk, melyet közvetlenül csak a sütés előtt végezzünk.

**Párolás:**

A párolást mindig rövid lében vagy mártásban végezzük, fedő alatt, erős gőzképződéssel. Ezáltal az étel megőrzi sajátos ízét, tápnedveit.

**Passzírozás** (Isd. még áttörés):

Az áttörés célja a durvább rostozatú anyagok emészhetőbbé, élvezhetőbbé tétele. Ma már igen jó módszer a turmixolás, de néhány anyagot még akkor is át kell törni (pl. paradicsom, aprómagú gyümölcsök). Egyes anyagokat még forrón kell áttörni, mert ha kihűlnek, "megszappanasodnak" (pl. gesztenye).

**Pirítás:**

Az a művelet, amikor a felaprított anyagot nyers, félig főtt vagy párolt állapotban, kevés zsiradékba, erős tűzön, kevergetés vagy forgatás mellett sütünk. Végezhetjük zsírban, olajban vagy vajban.

**Poszírozás** (Isd. még félig főzés):

Nyersanyagok rövid ideig tartó, csak részleges, vagy félig főzését jelenti.

**Rántás:**

A lisztet a zsiradékhoz adjuk, a sűrítendő étel jellege szerint megpirítjuk. A forró rántást először hideg vízzel eresztjük fel, és keverjük simára. Az előre elkészített és már kihűlt rántást pedig meleg - de nem forró - vízzel keverjük fel. A rántást víz helyett felengedhetjük tejjel, húslével és borral is. Megkülönböztetünk fehér, világos, barna, olajos és vajjas, valamint száraz rántást is.

**Smizírozás:**

Hideg aszpikos készítmények díszítését szolgálja, úgy, hogy a forma belső felét egyenletesen vékonyan bevonjuk aszpikkal, megfelelő módon dekoráljuk, majd



beletöltjük a töltelék anyagot. Dermesztés után a formából kiborítva a díszítés a forma külső felén látható.

#### **Sörtésztában való sütés:**

A bundázás egyik ismert formája. A húst vagy a halat sörrel elkevert, palacsinta sűrűségű tésztába mártjuk bele sütés előtt.

#### **Spékelés:**

Húsok szalonna csíkokkal való tűzdelése.

#### **Staubolás** (Isd. még lisztszórás):

A lisztszórás szintén az ételek sűrítésére szolgál. Amikor az étel teljesen elfőtte a levét, akkor az ételt a főzőkanállal félretoljuk, és az edény alján maradt zsiradékba lisztet szórunk. Kissé megpirítjuk, majd felengedjük vízzel, tejjel, zöldség- vagy csontlével.

#### **Sűrítés:**

Ételeinket többféle módon sűríthetjük: rántással, habarással, lisztszórással, az étel saját anyagának áttörésével, tojássárgájával.

#### **Sütés:**

Az ételek magas hőmérsékleten (180°C vagy e fölötti) történő hőkezelése, zsiradékok felhasználásával. A sütési eljárásokat alapvetően a felhasznált zsiradék mennyisége, a sütés hőmérséklete, illetve a hőközlő berendezés fajtája szerint csoportosíthatjuk.

#### **Száraz pác:**

Száraz pác készítésekor a húst törött borssal, mustárral kenjük meg, majd rozsdamentes vagy üveg edénybe helyezük, és olajjal öntjük le úgy, hogy az a húsokat teljesen ellepje.

#### **Száraz rántás:**

Egyes, főleg diétás ételeknél ezt a fajta rántást készítjük. A lisztet minden zsiradék nélkül gyakori keverés mellett megpirítjuk, és hideg vízzel elkeverve besűrítjük az ételt.

#### **Szűrés:**

Szilárd és folyékony halmazállapotú részek, különválasztására szolgál.

A célja többes lehet: vagy a folyadékot szeretnénk felhasználni a szilárd részek nélkül, vagy a szilárd alkotórészeket használjuk a folyadék nélkül, avagy mindkettőre szükségünk van, de külön-külön.

#### **Tálalás:**

Az elkészült ételeket adagolás után fogyasztásra kínáljuk. A tálaláskor az ételt a megfelelő fajtájú, formájú és hőmérsékletű tálalóeszközre helyezük majd a szükséges és ízléses díszítéssel dekoráljuk.

#### **Tisztítás:**

A válogatott nyersanyagokról száraz, nedves, vagy mechanikai úton eltávolítjuk az ételkészítéshez szükségtelen részeket, szennyeződéseket.

#### **Túlnyomásos főzés:**

Magas (100°C fölötti) hőmérsékleten túlnyomásos gőzben történő főzés, amely nehezen puhuló anyagoknál javasolt. Pl. füstölt hús, száraz hüvelyesek.

#### **Válogatás:**

Kiválogatjuk az adott étel elkészítéséhez legmegfelelőbb nyersanyagot, illetve kiválogatjuk az ételkészítésre alkalmatlan nyersanyagokat, szennyeződéseket, szennyezett anyagokat.

#### **Világos rántás:**

A lisztet a zsiradékban - állandó kevergetés közben - gyengén megpirítjuk, hogy egy kis pörzsanyag képződjék. Az ilyen rántás halványsárga színű. Ezt használjuk a legtöbb zöldfőzelékhez, zöldségleveshez.

#### **Villeroi bundázás:**

Talán az egyik legbonyolultabb és legmunkaigényesebb bundázás a villeroi, de biztosak lehetünk benne, hogy évente legalább egyszer érdemes meghozni ezt az áldozatot, hiszen ha elkészítjük nem mindennapi élvezetben lesz részünk. A hússzelteket először natur bundázással elősütjük, majd megforgatjuk apróra vágott sonkával, tojássárgájával dúsított besamell mártásban, utána bécsi módon bundázzuk, és végül bő, forró zsiradékban készre sütjük.

**Zárt légterű sütés:**

A hagyományosan sütőnek nevezett készülékben, zárt térben történő hőkezelés, melynek során a nyersanyag a levegő közvetítésével éri meg a szükséges hőmérsékletet.

**Zsírtalanítás** (ld. még lezsírozás):

Főzés közben az ételek felszínére feljött felesleges zsiradékot leszedjük. Ha a szűréshez szűrőruhát használunk, akkor előbb hideg vízzel nedvesítsük meg és jól csavarjuk ki.