

ГАЙД

Кулинарный английский: 75+ глаголов для шеф- повара и любителя

Автор — СЕРГЕЙ РЫБНИКОВ

Полный словарь действий на кухне с примерами для уверенного понимания рецептов

Зачем вам этот гайд?

- Понимать точные инструкции в англоязычных рецептах и кулинарных книгах
- Свободно общаться с коллегами и шеф-поварами в международной среде
- Различать тонкие нюансы техник нарезки, обжарки и томления
- Перестать путать похожие термины и готовить блюда технически верно
- Уверенно смотреть кулинарные шоу и мастер-классы в оригинале

Как пользоваться этим гайдом

- Изучайте списки глаголов, разделенные по этапам приготовления.
- Обращайте внимание на блоки с типичными ошибками в переводе.
- Закрепляйте знания с помощью практических упражнений в конце.
- Проговаривайте слова вслух, имитируя процесс готовки.
- Используйте словари для прослушивания правильного произношения.

Температурные режимы и интенсивность (1–6)

#	English	Перевод	Объяснение / пример / перевод
1	Boil	Кипятить	Boil the water — Вскипятите воду
2	Simmer	Варить на медленном огне	Simmer for 10 minutes — Томите на медленном огне 10 минут
3	Poach	Варить без кипения	Poach the egg — Сварите яйцо пашот
4	Fry	Жарить	Fry the fish — Пожарьте рыбу
5	Sauté	Быстро обжаривать	Sauté the vegetables — Быстро обжарьте овощи
6	Sear	Обжаривать до корочки	Sear the steak — Обжарьте стейк до корочки

Структура стандартного рецепта

Ingredients (Ингредиенты)

- Measurements (tsp, tbsp) – Измерения (ч.л., ст.л.)
- Quantity (oz, lb, g) – Количество (унции, фунты, граммы)
- Preparation state (diced, peeled) – Состояние подготовки (нарезанный, очищенный)
- Optional items (optional) – Дополнительные ингредиенты (по желанию)

Instructions (Инструкции)

- Preheating (Preheat the oven) – Предварительный нагрев (Разогрейте духовку)
- Mixing (Combine ingredients) – Смешивание (Соедините ингредиенты)
- Cooking time (Bake for 20 min) – Время приготовления (Выпекайте 20 мин)
- Serving (Serve hot) – Подача (Подавайте горячим)