

erhitzen	heiß machen, stark erwärmen
reiben	Käse, Gemüse, Gewürze und ähnliche Lebensmittel in sehr feine Streifen oder Stücke zerkleinern. Die Stücke sind sehr fein
hacken	zum Beispiel Fleisch, Fisch, Eier, Obst und Gemüse oder Kräuter in der Küche zerkleinern. (Die Lebensmittel werden dabei mit einem Messer, Hackmesser bzw. Hackebeitel oder einer Küchenmaschine je nach Rezept fein oder grob zerkleinert)
andünsten	Das ist eine fettarme Garmethode. Die Lebensmittel werden nur kurz in einer Pfanne oder einem Topf angeschwitzt, bis sie glasig werden oder eine minimal braune Farbe bekommen.
dünsten	in einem zugedeckten Gefäß mit wenig Fett oder Flüssigkeit garen; dämpfen
zufügen	eine weitere Zutat in das Gericht machen
würzen	eine Speise/ ein Gericht mit Gewürzen, Kräutern oder ähnlichem versehen, damit das Essen einen bestimmten Geschmack bekommen

raspeln	Lebensmittel in kleine Streifen zerkleinern, zum Beispiel mit einer Küchenreibe. Auf den groben Löchern der Reibe entstehen gröbere Streifen.
(um)rühren	vermischen von flüssigen oder teilweise auch festen, cremigen Zutaten mithilfe eines Küchenhelfers (zum Beispiel mit einem Löffel oder Schneebesen)
aufwärmen	(Speisen) wieder warm machen
einweichen	in Wasser oder Ähnliches legen, damit es weich wird.