

Glossary of Cooking Verbs

料理用語

This glossary is not an exhaustive list but represents the verbs that I use in everyday cooking.
この用語集は網羅的なリストではありませんが、私が日常的に料理で使用する用語を表しています。

<p>1. absorb (e.g., liquid): To soak up or take in liquid. 吸収する (e.g., 液体): 液体を吸い取ること。</p>		<p>2. add (to): To include or put in an ingredient. 加える: 材料を加えること。</p>	
<p>3. adjust (e.g., the amount): To change or modify the quantity. 調節する (e.g., 量): 量を変更または修正すること。</p>		<p>4. arrange (e.g., on top): To place items in a specific order or position. 並べる (e.g., 上に): 特定の順序や位置に物を置くこと。</p>	
<p>5. avoid (e.g., using or doing): To keep from using or doing something. 避ける (e.g., 使用することや行うこと): 何かを使用したり行ったりしないこと。</p>		<p>6. bake (e.g., in an oven): To cook food in an oven using dry heat. 焼く (e.g., オープンで): 乾燥した熱でオープンで料理すること。</p>	
<p>7. beat (e.g., eggs): To mix vigorously to combine ingredients and incorporate air. かき混ぜる (e.g., 卵): 材料を混ぜて空気を取り込むこと。</p>		<p>8. blend (e.g., put together several ingredients): To mix thoroughly until smooth. 混ぜ合わせる (e.g., 複数の材料を合わせる): 完全に滑らかになるまで混ぜること。</p>	

<p>9. boil: To cook in liquid at its boiling point. 沸騰させる: 液体を沸騰点まで加熱すること。</p>		<p>10. bone (e.g., remove bone): To remove bones from meat or fish. 骨を取る (e.g., 骨を取り除く): 肉や魚から骨を取り除くこと。</p>	
<p>11. braise (e.g., cook with liquid on stovetop): To cook slowly in a small amount of liquid in a covered pot. 蒸し煮する (e.g., コンロの上で液体で調理する): 蓋をして少量の液体でゆっくり調理すること。</p>		<p>12. break (e.g., eggs): To crack open or separate. 割る (e.g., 卵): 割るか分けること。</p>	
<p>13. bring to a (simmer, boil): To heat until it reaches the desired temperature. 煮る、沸騰させる: 望む温度まで加熱すること。</p>		<p>14. broil (e.g., cook under heat): To cook food directly under high heat. 焼く (e.g., 直火で調理する): 直火の高熱で調理すること。</p>	
<p>15. brown (e.g., meat): To cook until the surface turns brown. 焦がす (e.g., 肉): 表面が茶色になるまで調理すること。</p>		<p>16. brush (e.g., with a liquid): To lightly coat with a liquid using a brush. 塗る (e.g., 液体を): ブラシを使って軽く塗ること。</p>	

<p>17. butter (i.e., a pan or bowl): To coat with butter. バターを塗る (e.g., パンやボウルに): バターを塗ること。</p>		<p>18. carve (e.g., meat): To cut into slices or pieces. 切り分ける (e.g., 肉): スライスや部分に切ること。</p>	
<p>19. check (e.g., verify time): To confirm or verify. 確認する (e.g., 時間を確認する): 確認すること。</p>		<p>20. chill: To cool in the refrigerator. 冷やす: 冷蔵庫で冷やすこと。</p>	
<p>21. chop: To cut into small pieces. 刻む: 小さく切ること。</p>		<p>22. clean: To make free from dirt or impurities. きれいにする: 汚れや不純物を取り除くこと。</p>	
<p>23. clear (i.e., the side of the bowl): To remove residue from the sides. 除去する (e.g., ボウルの側面): 残りを取り除くこと。</p>		<p>24. coat (e.g., with flour or oil): To cover with a thin layer. まぶす (e.g., 小麦粉や油で): 薄く覆うこと</p>	

25. **combine (with, together)**: To mix or blend two or more ingredients.
混ぜ合わせる: 材料を混ぜ合わせる事。



27. **cook**: To prepare food by heating.
料理する: 加熱して料理すること。



29. **cool**: To let food reach a lower temperature.
冷ます: 食べ物を低い温度にすること。



31. **crack (eggs)**: To break open the shell.
割る (卵): 殻を割ること。



26. **continue (to)**: To keep doing the specified action.
続ける: 特定の行動を続ける事。



28. **cook through**: To cook until the center is done.
完全に火を通す: 中心まで火を通す事。











30. **cover (with)**: To place something over the top.
覆う (e.g., 何かで覆う): 上に何かかぶせる事。









32. **cream (together)**: To mix ingredients until smooth and creamy.
クリーム状にする (一緒に): 滑らかでクリーミーになるまで混ぜること。




<p>33. crumble (e.g., break up into small pieces): To break into small, crumbly pieces. 崩す (e.g., 小さな破片にする): 小さく崩れるようにすること。</p>		<p>34. crush (e.g., garlic): To press or break into smaller pieces. 潰す (e.g., にんにく): 押しつぶして小さくすること。</p>	
<p>35. cut: To divide using a knife. 切る: 包丁で分けること。</p>		<p>36. cut ___ in (e.g. cut the butter into the flour): To mix solid fat into dry ingredients until crumbly. 切り込む (e.g. バターを小麦粉に切り込む): 固体の脂肪を乾燥した材料に混ぜること。</p>	
<p>37. defrost: To thaw frozen food. 解凍する: 冷凍食品を解かすこと。</p>		<p>38. devein (shrimp): To remove the vein from shrimp. 背わたを取る (エビ): エビの背わたを取り除くこと。</p>	
<p>39. dissolve: To mix a solid into a liquid until fully incorporated. 溶かす: 固体を液体に完全に混ぜること。</p>		<p>40. distribute: To spread out evenly. 分配する: 均等に広げること。</p>	

<p>41. divide: To separate into parts. 分ける: 部分に分けること。</p>		<p>42. drain: To remove liquid from a solid. 水切りする: 液体を取り除くこと。</p>	
<p>43. drizzle: To pour a thin stream over food. 垂らす: 少しずつ注ぐこと。</p>		<p>44. dust (with flour): To lightly sprinkle with a dry ingredient. 振りかける (小麦粉で): 軽く乾いた材料を振りかけること。</p>	
<p>45. escape [e.g. steam]: To release or let out. 逃がす (e.g., 蒸気): 逃がすこと。</p>		<p>46. evaporate: To turn liquid into vapor. 蒸発する: 液体が蒸気になること。</p>	
<p>47. fill (e.g., the pan with water): To add until full. 満たす (e.g., フライパンに水を満たす): 満たすまで加えること。</p>		<p>48. firm up (e.g., by chilling): To make solid or more stable. 固める (e.g., 冷やして): 固体にすること。</p>	

<p>49. flatten (e.g., dough): To make flat. 平らにする (e.g., 生地): 平らにすること。</p>		<p>50. flip: To turn over. 裏返す: 裏返すこと。</p>	
<p>51. fluff: To make light and airy. ふわふわにする: 軽くて空気を含むようにすること。</p>		<p>52. flute (e.g. pie crust): To create decorative edges. 飾り縁を作る (e.g., パイ生地): 装飾的な縁を作ること。</p>	
<p>53. fold: To gently mix by turning over and over. 折りたたむ: 優しく混ぜること。</p>		<p>54. freeze: To make solid by cooling to below freezing. 凍らせる: 冷やして固体にすること。</p>	
<p>55. frost: To apply icing. アイシングする: アイシングを塗ること。</p>		<p>56. fry: To cook in hot fat or oil. 揚げる: 熱い脂や油で調理すること。</p>	

<p>57. garnish: To decorate with small items. 飾る: 小さな物で飾ること。</p>		<p>58. gather (into ball): To collect and form into a ball. 集める (ボール状に): 集めてボール状にすること。</p>	
<p>59. grate: To shred into small pieces using a grater. おろす: おろし金で小さくすること。</p>		<p>60. grill: To cook on a grill over direct heat. 焼く (グリルで): グリルで直火で調理すること。</p>	
<p>61. grind: To reduce to small particles using a grinder. 挽く: グライNDERで小さな粒にすること。</p>		<p>62. grind: To crush or pulverize. 挽く: 押しつぶすこと。</p>	
<p>63. heat: To make warm or hot. 加熱する: 熱すること。</p>		<p>64. heat (through): To warm all the way through. 十分に加熱する: 全体を熱すること。</p>	

<p>65. incorporate (i.e., ingredients): To combine into one mixture. 取り込む (i.e., 材料): 混ぜ合わせること。</p>		<p>66. increase: To make larger or more. 増やす: 大きくすること。</p>	
<p>67. insert: To put into. 挿入する: 中に入れること。</p>		<p>68. insert (e.g., knife or thermometer): To put into for testing or checking. 挿入する (e.g., ナイフや温度計): チェックや確認のために材料の中に入れること。</p>	
<p>69. jiggle: To shake slightly. 揺らす: 軽く揺さぶること。</p>		<p>70. knead: To work dough with hands. こねる: 手で生地をこねること。</p>	
<p>71. ladle: To scoop or serve with a ladle. ひしゃくで取る: ひしゃくで取り出すこと。</p>		<p>72. layer: To arrange in layers. 層にする: 層に並べること。</p>	

73. leave ___ in/on skillet/pan/stove/oven: To keep in place.
そのままにする (フライパン/鍋/ストーブ/オーブンに): その場に置いておくこと。



75. line (e.g., line with parchment paper): To cover the surface with a material.
敷く (e.g., オープンシートで敷く): 表面を何かで覆うこと。



77. mash: To crush until smooth.
潰す: 滑らかになるまで押しつぶすこと。



79. open: To uncover or unseal.
開ける: 覆いや封を取ること。



74. lift up: To raise or move upwards.
持ち上げる: 上に持ち上げること。



76. make sure / ensure: To verify or confirm.
確かめる / 確認する: 確認や検証すること。











78. moisten: To add moisture.
湿らせる: 湿り気を加えること。



80. overbeat: To mix too much.
混ぜすぎる: 過度に混ぜること。










<p>81. overmix: To mix too much. かき混ぜすぎる: 過度に混ぜること。</p>		<p>82. pat (e.g., gently hit or tap): To lightly touch or tap. 軽く叩く (e.g., 軽く叩くまたは押す): 軽く叩いたり押ししたりすること。</p>	
<p>83. peel: To remove the outer layer. 皮をむく: 外側の皮を取り除くこと。</p>		<p>84. pinch (e.g., dough): To squeeze together with fingers. つまむ (e.g., 生地): 指でつまむこと。</p>	
<p>85. pit (olives, cherries): To remove the stone or seed. 種を取る (オリーブ、チェリー): 種を取り除くこと。</p>		<p>86. place (in, on, under): To put in a specific location. 置く (中に、上に、下に): 特定の場所に置くこと。</p>	
<p>87. poach (e.g., eggs, fish): To cook gently in simmering liquid. ポーチする (e.g., 卵、魚): 液体で優しく煮ること。</p>		<p>88. poke / prick (e.g. make small holes): To make small holes. 突く (e.g. 小さな穴を開け): 小さな穴を作ること。</p>	

<p>89. pound (vigorously): To hit or crush. 叩く (激しく): 叩くこと。</p>		<p>90. pour (in, on, over): To transfer liquid. 注ぐ (中に、上に、上から): 液体を流し込むこと。</p>	
<p>91. preheat: To heat beforehand. 予熱する: 使用前に暖めること。</p>		<p>92. press: To apply pressure. 押す: 押し込むこと。</p>	
<p>93. press (lightly): To apply gentle pressure. 軽く押す: 軽く押すこと。</p>		<p>94. prevent: To stop something from happening. 防ぐ: 何かが起こらないようにすること。</p>	
<p>95. process (e.g., food processor): To prepare using a food processor. 処理する (e.g., フードプロセッサーで): フードプロセッサーで材料を処理すること。</p>		<p>96. pulse (e.g., food processor): To use short bursts in a food processor. パルスする (e.g., フードプロセッサーで): フードプロセッサーを短い間隔で動作させること。</p>	

<p>97. puree: To blend until smooth. ピューレにする: 滑らかにすること。</p>		<p>98. reduce (e.g., decrease volume): To cook until liquid decreases. 減らす (e.g., 量を減らす): 量を減らすこと。</p>	
<p>99. refrigerate: To cool in the refrigerator. 冷蔵する: 冷蔵庫で冷やすこと。</p>		<p>100. remove: To take away. 取り除く: 取り除くこと。</p>	
<p>101. remove (from) (e.g., oven): To take out from a place. 取り除く (から) (e.g., オープンから取り除く): 取り除くこと。</p>		<p>102. repeat: To do again. 繰り返す: 同じことを何回か行うこと。</p>	
<p>103. reassemble: To put back together. 再組み立てする: 再び組み立てること。</p>		<p>104. return ___ to ___: To place back in original location. ___を___に戻す: 元の場所に戻すこと。</p>	

<p>105. rise (dough): To allow dough to increase in size. 膨らむ (生地): 発酵して膨らむこと。</p>		<p>106. roast: To cook with dry heat in an oven. ローストする: 高温の乾いた熱で調理すること。</p>	
<p>107. roll (up, on, in, over): To shape into a roll. 巻く (上に、上で、上に、上に): くるくる巻くこと。</p>		<p>108. roll out: To flatten with a rolling pin. 伸ばす: 薄く広げること。</p>	
<p>109. rotate: To turn around. 回転させる: 方向を変えること。</p>		<p>110. round ___ out [i.e. finish / complete]: To complete or finish. 仕上げる (e.g., 完成させる): 完成させること。</p>	
<p>111. sauté: To cook quickly in a small amount of fat. ソテーする: 少量の油で素早く炒めること。</p>		<p>112. scald (e.g., milk): To heat until just below boiling. スカルドする (e.g., 牛乳): 表面が泡立つまで加熱すること。</p>	

<p>113. scatter (onto): To spread out randomly. 散らす (e.g., 上に): 均等に散らすこと。</p>		<p>114. score (e.g., slits on top of pie crust): To make shallow cuts. 刻む (e.g., パイ生地に切れ目を入れる): 表面に浅い切れ目を入れること。</p>	
<p>115. scrape: To manipulate dough and to clean surfaces on which dough has been worked. こそげる: 生地をこそぎ取ること。生地が処理された表面をきれいにすること</p>		<p>116. scrape down (i.e., the sides of a bowl): To clear the sides. こそげ落とす (i.e., ボウルの側面): こそぎ取ること。</p>	
<p>117. seal: To close tightly. 密閉する: しっかりと閉じること。</p>		<p>118. sear (e.g., meat): To brown the surface with high heat. 焼き固める (e.g., 肉): 表面を高温で素早く焼くこと。</p>	
<p>119 season with / season ___ with: To add flavoring. ___で味付けする: 調味料を加えること。</p>		<p>120. separate (eggs): To divide yolks from whites. 分ける (卵): 黄身と白身を分けること。</p>	

<p>121. serve: To present food for eating. 提供する: 食事を提供すること。</p>		<p>122. set ___ aside / set aside: To put aside temporarily. 取っておく: 後のために取っておくこと。</p>	
<p>123. set over (medium heat): To place on heat source. 中火で加熱する: 中火で加熱すること。</p>		<p>124. shake: To move back and forth. 振る: 軽く振ること。</p>	
<p>125. shape (e.g., mold dough): To form into a shape. 形作る (e.g., 生地を形成する): 特定の形にすること。</p>		<p>126. shape (into): To form into a specific shape. 形作る (特定の形にする): 特定の形にすること。</p>	
<p>127. shred: To tear or cut into thin strips. 細かく裂く: 薄く切るか裂くこと。</p>		<p>128. shuck (corn): To remove the outer husk. シャック(とうもろこし): 外皮を取り除くこと。</p>	

<p>129. sift (e.g., flour, sugar): To pass through a sieve. ふるう (e.g., 小麦粉、砂糖): ふるいにかけること。</p>		<p>130. simmer: To cook gently just below boiling. 弱火で煮る: 沸騰直前で優しく煮ること。</p>	
<p>131. slice: To cut into thin pieces. スライスする: 薄く切ること。</p>		<p>132. smooch (e.g. dough): To press or crush into a soft mass. 押しつぶす (e.g. 生地): 柔らかくなるまで押しつぶすこと。</p>	
<p>133. smooth: To make surface even. 滑らかにする: 表面を均一にすること。</p>		<p>134. soften: To make soft. 柔らかくする: 柔らかくすること。</p>	
<p>135. spoon: To use a spoon to transfer. スプーンで取る: スプーンを使って移すこと。</p>		<p>136. spray (with oil baking spray): To apply a mist of oil. スプレーする (油のベーキングスプレーを使う): 油の霧を吹きかけること。</p>	

<p>137. spread (on, with, over, between): To apply evenly. 広げる (上に、で、上に、間に): 均等に塗ること。</p>		<p>138. sprinkle: To scatter small amounts. 振りかける: 少量を散らすこと。</p>	
<p>139. squeeze (out): To press out liquid. 絞り出す: 液体を押し出すこと。</p>		<p>140. steam: To cook with steam. 蒸す: 蒸気で調理すること。</p>	
<p>141. stir (in, into, slowly, frequently, briskly, vigorously): To mix with a circular motion. かき混ぜる (中に、に、ゆっくり、頻繁に、速く、激しく): 円を描くように混ぜること。</p>		<p>142. stir-fry: To fry (meat, fish, or vegetables) rapidly over a high heat while stirring briskly. 炒める: 肉、魚、または野菜を強火で素早く炒め、強にかき混ぜる。</p>	
<p>143. store: To keep for future use. 保存する: 後で使うために保管すること。</p>		<p>144. strain (e.g., liquid): To separate solids from liquids. 濾す (e.g., 液体): 固体を液体から分離すること。</p>	

<p>145. swirl: To move in a circular pattern. 渦巻くようにする: 円を描くように動かすこと。</p>		<p>146. taste: To sample for flavor. 味見する: 味を確認すること。</p>	
<p>147. tent (e.g., pie crust with foil): To cover loosely. テントのように覆う (e.g., パイの皮をアルミホイルで覆う): ゆるく覆うこと。</p>		<p>148. thicken: To make thicker. 濃くする: 濃くすること。</p>	
<p>149. toast: To brown by exposure to heat. トーストする: 熱で茶色になるまで焼くこと。</p>		<p>150. top (e.g., garnish): To place on top. 上に乗せる (e.g., ガーニッシュ): 上に置くこと。</p>	
<p>151. top (with): To cover with. 上に乗せる: 覆うこと。</p>		<p>152. toss: To mix lightly. 和える: 軽く混ぜること。</p>	

153. **transfer**: To move from one place to another.

移す: 別の場所に移動すること。



154. **trim (e.g., pastry)**: To remove excess.

切り落とす (e.g., パストリー): 余分な部分を取り除くこと。



155. **turn**: To move or rotate.

回す: 動かすこと。



156. **turn ___ onto counter**: To move food onto the counter.

カウンターに移す: カウンターに食べ物を移動すること。



157. **turn over**: To flip.

ひっくり返す: 裏返すこと。



158. **warm**: To heat slightly.

温める: 少し加熱すること。



159. **wash**: To clean with water.

洗う: 水で洗うこと。



160. **whip**: To beat quickly to incorporate air.

泡立てる: 速く泡立てて空気を取り込むこと。



161. whirl (e.g., using food processor): To mix quickly.

回す (e.g., フードプロセッサーを使って): 素早く混ぜること。



162. whisk (vigorously): To beat rapidly using a whisk.

強く泡立てる: 泡立て器を使って速く泡立てること。



163. work in batches: To divide into smaller groups for processing.

少量ずつ処理する: 小さなグループに分けて処理すること。



164. wrap: To cover or enclose

包む: 覆ったり包んだりすること。

