

Tabelle zu den Garmethoden bei der Zubereitung von Speisen

Bei der Zubereitung von rohen Lebensmitteln wird (insbesondere in der französischen Küche) zwischen verschiedenen grundlegenden Garmethoden unterschieden:

Backen im Backofen	Dünsten Garen in Flüssigkeit mit oder ohne Zugabe von Fett	Grillen	Sautieren Kurzbraten
Blanchieren Überbrühen / kurzes Garen in kochendem Wasser	Frittieren	Poelieren hellbraun dünsten	Braisieren Schmoren
Braten	Glazieren Überglänzen, Überziehen oder Übergießen	Pochieren Garen / Garziehen lassen in heißem Wasser	Sieden
Dämpfen mit / in Wasserdampf	Gratinieren Überbacken	Rösten	