

MEAT | Meco

English	Bulgarian
Beef	телешко месо
Pork	свинско месо
Chicken	пилешко месо
Lamb	агнешко месо
Turkey	пуешко месо
Duck	патешко месо
Veal	телешко месо (младо)
Venison	еленско месо
Ham	шунка
Bacon	бекон
Sausage	наденица / колбас
Minced meat (ground meat)	кайма
Steak	стек
Ribs	ребра
Liver	черен дроб
Kidney	бъбреци
Tongue	език
Tripe	шкембе
Salami	салам
Prosciutto	прошутто

DAIRY PRODUCTS | Млечни продукти

English	Bulgarian
Milk	мляко
Cheese	сирене / кашкавал
Butter	масло
Cream	сметана
Yogurt	кисело мляко
Ice cream	сладолед
Cottage cheese	извара
Sour cream	заквасена сметана
Whipped cream	бита сметана
Condensed milk	кондензирано мляко
Mozzarella	моцарела
Feta cheese	фета сирене
Parmesan	пармезан



FISH & SEAFOOD | Рибa и морски дарове

English	Bulgarian
Salmon	сьомга
Tuna	риба тон
Cod	треска
Sardines	сардини
Anchovies	аншоа
Mackerel	скумрия
Trout	пъстърва
Shrimp	скарйда

Prawns големи скарриди

Lobster омар

Crab рак

Mussels миди



Clams миди (вид)



Octopus октопод

Squid калмар

Herring херинга

Eel змиорка

Sea bass лаврак

Gilthead seabream ципура

VEGETABLES | Зеленчуци

English

Bulgarian

Carrot морков

Potato картоф

Broccoli броколи

Spinach спанак

Tomato	домат
Cucumber	краставица
Lettuce	маруля
Cabbage	зеле
Cauliflower	карфиол
Eggplant (aubergine)	патладжан
Peas	грах
Zucchini (courgette)	тиквичка
Onion	лук
Garlic	чесън
Bell pepper	сладка чушка
Beetroot	цвекло
Radish	репичка
Turnip	ряпа
Celery	целина
Leek	праз
Pumpkin	тиква
Corn	царевица
Mushroom	гъба
Artichoke	артишок
Asparagus	аспержи



FRUITS | Плодове

English

Bulgarian

Apple	ябълка
Banana	банан
Orange	портокал
Lemon	лимон
Peach	праскова
Pear	круша
Mango	манго
Grapes	грозде
Watermelon	диня
Melon	пъпеш
Pineapple	ананас
Strawberry	ягода
Blueberry	боровинка
Raspberry	малина
Kiwi	киви
Cherry	череша
Plum	слива
Apricot	кайсия
Avocado	авокадо
Pomegranate	нар
Fig	смокиня
Guava	гуава
Coconut	кокосов орех
Lime	лайм

Antonyms (Describing Food):

Cooked (сготвен) ⇌ Raw (суров)

Tender (крехък) ⇌ Tough (жилав)

Lean (постен) ⇌ Fatty (тлъст)

Fresh (прясно) ⇌ Sour (вкиснато)

Creamy (кремообразен) ⇌ Watery (воднист)

Chilled (охладен) ⇌ Warm (топъл)

Fresh (прясна) ⇌ Stale (остаряла)

Juicy (сочна) ⇌ Dry (суха)

Crunchy (хрупкав) ⇌ Mushy (кашкав)

Raw (суров) ⇌ Boiled (варен)

Ripe (узрял) ⇌ Unripe (неузрял)

Sweet (сладък) ⇌ Sour / Bitter (кисел / горчив)

GENERAL COOKING ACTIONS

English	Bulgarian
Cook	готвя
Boil	варя
Fry	пържа
Bake	пека
Roast	пека на фурна
Grill	пека на скара
Steam	готвя на пара
Simmer	къкря
Broil	пека под горен реотан

Barbecue	пека на барбекю
Heat	загрявам
Preheat	предварително загрявам
Warm up	стоплям
Defrost / Thaw	размразявам
Melt	разтопявам
Reheat	претоплям
Pressure cook	готвя под налягане
Toast	препичам
Microwave	топля в микровълнова



FOOD PREPARATION VERBS

English	Bulgarian
Chop	нарязвам на парчета
Slice	нарязвам на филийки
Dice	нарязвам на кубчета
Mince	смилам / накълцвам на ситно
Grate	настъргвам
Peel	беля
Core	почиствам от семки / сърцевина
Pit	изваждам костилка
Shell	обелвам (черупка, шушулка)
Trim	почиствам / подрязвам
Cut	режа

Carve	нарязвам месо
Shred	накъсвам / настъргвам на ивици
Cube	нарязвам на кубчета
Scoop	загребвам
Mash	намачквам
Crush	смачквам
Grind	меля
Sift / Sieve	пресявам
Whisk	разбивам с тел
Beat	разбивам
Stir	бъркам
Mix	смесвам
Combine	съединявам
Blend	пасирам / разбивам в блендер
Fold in	добавям внимателно (в тесто, смес)
Pour	изливам
Drain	отцеждам
Rinse	изплаквам
Soak	накисвам
Marinate	мариновам
Season	подправям
Sprinkle	поръсвам
Dust	посипвам
Spread	мажа / разстилам
Layer	нареждам на пластове

COOKING TIMING & CONTROL VERBS

English	Bulgarian
Measure	измервам
Weigh	тегля
Time	засичам време
Reduce (a sauce)	изварявам / редуцирам
Cover	покривам
Uncover	откривам
Turn over / Flip	обръщам
Set (e.g., let jelly set)	стягам се (желе, крем)
Cool	охлаждам
Chill	изстудявам
Freeze	замразявам
Burn	изгарям
Overcook	преварявам / препържвам
Undercook	недоприготвям

COMMON SEASONINGS & FLAVORINGS

English	Bulgarian
Salt	сол
Pepper	пипер
Black pepper	черен пипер
White pepper	бял пипер
Chili flakes	люспи от люта чушка
Cayenne pepper	кайенски пипер

Paprika	червен пипер
Sweet paprika	сладък червен пипер
Smoked paprika	пушен червен пипер
Cumin	кимшон
Turmeric	куркума
Curry powder	къри
Coriander	кориандър
Cardamom	кардамон
Nutmeg	индийско орехче
Cloves	карамфил
Cinnamon	канела
Ginger (ground/fresh)	джинджифил (смлян/пресен)

HERBS

English	Bulgarian
Parsley	магданоз
Dill	копър
Basil	босилек
Oregano	риган
Thyme	мащерка
Rosemary	розмарин
Sage	салвия
Tarragon	естрагон
Bay leaf	дафинов лист
Mint	мента

Chives	див лук
Cilantro	кориандър (листа)
Marjoram	майорана
Lovage	девисил
Savory	чубрица

LIQUID SEASONINGS / ACIDS

English	Bulgarian
Vinegar (white, balsamic, apple cider)	оцет (бял, балсамов, ябълков)
Lemon juice	лимонов сок
Lime juice	сок от лайм
Soy sauce	соев сос
Fish sauce	рибен сос
Worcestershire sauce	сос Уорчестър
Tabasco / hot sauce	Табаско / лют сос
Balsamic glaze	балсамова редукция
Olive oil	зехтин
Sesame oil	сусамово олио
Wine (red/white for cooking)	вино (червено/бяло за готвене)

AROMATICS

English	Bulgarian
Garlic	чесън
Onion	лук
Leeks	праз

Scallions (green onions)	зелен лук
Ginger	джинджифил
Horseradish	хрян

SWEETENERS & DEPTH ENHANCERS

English	Bulgarian
Honey	мед
Sugar (white/brown)	захар (бяла/кафява)
Maple syrup	кленов сироп
Tomato paste	доматено пюре
Bouillon cube (stock cube)	бульон на кубчета
Yeast	мая