



Palavras e termos da Gastronomia

· Português, Espanhol e Inglês ·



REGRA3

Palavras e termos da Gastronomia

·Português, Espanhol e Inglês·

Somos a Regra 3, uma empresa que atua com soluções criativas para o setor de eventos e alimentos & bebidas! Pensando em diversas situações em que foi necessário realizar buscas de palavras e termos em inglês e espanhol para o uso do dia a dia, desenvolvemos o e-book Palavras e Termos da Gastronomia.

Um aliado para traduzir palavras, montar cardápios e plaquinhas de identificação. Desejamos que seja bastante útil para você e estaremos sempre à disposição.

Aproveite sem moderação / Disfruta sin moderación / Enjoy without moderation!!!

Abraços,
Equipe Regra 3

Palavras e termos da Gastronomia

· Português, Espanhol e Inglês ·

ÍNDICE

BEBIDAS.....	01
CARNES.....	02
COCÇÕES & MÉTODOS.....	06
COGUMELOS.....	07
DIVERSOS.....	08
DOCES.....	10
EMBUTIDOS.....	11
EQUIPAMENTOS.....	12
ESPECIARIAS & TEMPEROS.....	14
FRUTAS.....	17
GUARNIÇÕES.....	19
LEGUMES & VERDURAS.....	21
LOCAIS DE COMPRAS.....	23
MASSAS & FARINHAS.....	24
MOLHOS.....	26
PÃES.....	28
PESCADOS E FRUTOS DO MAR.....	29
PROFISSÕES.....	30
PROTEÍNAS (OVOS).....	31
QUEIJOS & LATICÍNIOS.....	32
TERMOS.....	33
TIPOS DE CORTES.....	35
TIPOS DE REFEIÇÕES.....	36
*EXEMPLOS (FRASES PRONTAS).....	37



BEBIDAS | BEBIDAS | BEVERAGE or DRINKS

PORTUGUÊS

Absinto
Água
Água com gás
Água de coco
Café
Café Coado
Café com leite
Café Expresso
Cappuccino
Cerveja
Chá
Champagne (França)
Chopp
Conhaque
Coquetel
Ponche
Refrigerante
Sidra
Suco
Vinho
Vinho espumante
Whisky Americano/Bourbon
Xerez

ESPAÑHOL

Ajenjo
Agua
Agua con gas
Agua de coco
Cafe
Café de filtro
Café con Leche
Cafe expreso
Cappuccino
Cerveza
Té
Champagne (França)
Cerveza de barril
El brandy
Cóctel
Ponche
Refresco
Sidra
Jugo
Vino
Vino espumante
Borbón
Jerez

INGLÊS

Absinthe
Water
Sparkling water
Coconut water
Coffee
Drip Coffee
Caffè Latte
Espresso
Cappuccino
Beer
Tea
Champagne (França)
Draft
Brandy
Cocktail
Punch
Soft drink
Cider
Juice
Wine
Sparkling wine
Bourbon
Sherry



CARNES | CARNE | MEAT

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Bovina	Bovina	Ox ou Bovine
Acém	Aguja	Chuck
Alcatra	Corazón de cuadril	Rump Steak ou Baby Beef
Carne moída	Carne de Vacuno Picada	Ground Beef
Carne Seca	Carne seca	Jerked beef ou Beef Jerky
Chuleta	Costeleta	Prime rib
Contra filé	Bife Angosto ou Bife de Chorizo	Striploin, Entrecôte ou New York Strip
Costela	Asado, asado de tira ou Bife Ancho	Rib ou Applewood
Coxão duro ou chã de fora	Quadrada ou Nalga de afora	Outside flat
Coxão mole ou chã de dentro	Nalga de dentro	Topside
Cupim	Giba	Hump
Fígado	Hígado	Liver
Filet mignon	Lomo	Tenderloin / Filet Mignon
Fraldinha	Vacio ou entraña fina	Flank steak ou Thin skirt
Lagarto	Peceto	Eyround
Língua	Lengua de vaca	Ox tongue
Maminha	Colita de cuadril	Rump Skirt ou Rump tail
Músculo	Tortuguita	Shank ou Shin
Paleta	Corazón de paleta	Shoulder clod
Patinho	Bola de lomo	Knuckle
Peito	Pecho	Brisket
Picanha	Cuadril ou tapa de cuadril	Rumpsteak
Ponta de agulha	Tapa de bife	Chuck ou Rib
Ponta de contra filé	Bife ancho	Rib eye ou Cube roll
Rabo	Rabo	Tail



CARNES | CARNE | MEAT

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Frango	Pollo	Chicken
Asa	Alitas de pollo ou Ala Entera	Chicken wing tip
Coração	Corazón	Chicken heart
Coxa	Muslitos de pollo	Chicken drumstick
Coxinha da asa	Drumette	Mid joint wing
Fígado	Hígado	Chicken liver
Moela	Mollejas	Gizzard
Peito	Pechuga de pollo	Chicken breast
Pescoço	Cuello	Chicken neck
Sobrecoxa	Medio muslo de pollo	Chicken thigh



CARNES | CARNE | MEAT

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Suína	Cerdo	Pork
Alcatra	Tapa de cuadril de cerdo	Pork rump
Bacon ou Toucinho	Beicon	Bacon
Barriga de porco	Panza de cerdo	Belly
Bisteca	Chuletón de cerdo	Loin Steak ou Rib chop
Copa Lombo	Solomillo de cerdo	Pork (center) loin
Costela	Costilla de cerdo	Pork Chop ou Spare rib
Coxão duro	Nalga de afora	Pork outside flat
Filé mignon	Solomillo de cerdo	Pork Tenderloin
Focinho	Hocico de cerdo	Pork snout
Fraldinha	Vacio de cerdo	Pork Flank steak
Joelho	Rodilla de cerdo	Pork's knuckle
Lombo	Lombo de cerdo	Pork Center Loin
Maminha	Falda de lomo de cerdo	Pork Rump Skirt
Osso buco	Hueso buco de cerdo	Pork Bocco
Paleta	Paleta de cerdo	Pork Shoulder
Panceta	Panceta de cerdo	Pancetta
Papada	Papada de cerdo	Pork cheek
Pernil	Pierna de cerdo ou Jamon	Leg/Ham
Picanha	Filete de cerdo	Pork Sirloin
Rabo	Rabo	Pork's tail



CARNES | CARNE | MEAT

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Exótica	Exótica	Exotic
Avestruz	Avestruz	Ostrich
Bezerro	Becerro	Calf
Cabrito	Chivo	Kid
Carré de cordeiro	Costillas de cordero	Lamb loin chop
Coelho	Conejo	Rabbit meat
Cordeiro	Cordero	Lamb
Coxa de pato	Muslo de pato	Duck thigh
Ganso	Ganso	Goose
Jacaré	Caimán	Alligator
Javali	Jabalí	Wild pig ou boar
Paleta de cordeiro	Paleta de cordero	Lamb leg
Peito de pato	Pechuga de pato	Duck breast
Perú	Pavo	Turkey
Rã	Rana	Frog



COCÇÕES I COCINAR I WAYS TO COOK

PORTUGUÊS

Assar carnes
Assar massa ou pão
Banho maria
Branquear
Churrasco
Cozinhar
Cozinhar no vapor
Cozinhar no micro-ondas
Descascar
Descongelar
Esquentar ou aquecer
Ferver
Fritar
Grelhar
Pincelar
Refogar
Untar

ESPAÑHOL

Carne asada
Hornear
Baño maria
Blanquear
Barbacoa
Cocinar
Al vapor
Cocinar en microondas
Pelar
Descongelar
Calentar
Hervir
Freír
Asar
Cepillar
Rebozar
Engrasar

INGLÊS

Roast
Bake
Water bath
Blanch
Barbecue ou BBQ
To cook
Steam
Microwave cooking
To hull
Defrost
To heat
Boil
Fry
To grill
To brush
To braise
To grease

Ponto De Carne

Ao ponto
Ao ponto para bem passada
Ao ponto para mal passada
Bem passada
Mal passada
Muito bem passada

Punto De Carne

En su punto
Medio hecho
Algo hecha
Bien hecha
Poco hecho ou jugoso
Muy hecha

Meat Point

Medium
Medium well
Medium rare
Well done
Halfdone ou rare
Overcooked



COGUMELOS | SETAS | MUSHROOMS

PORTUGUÊS

Eryngui
Funghi
Hiratake
Maitake
Morchella
Nameko
Paris ou champignon
Porcini
Portobelo
Shimeji
Shitake
Trufa

ESPAÑHOL

Seta eryngii
Funghi
Seta hiratake
Seta Maitake
Seta morchella
Seta nameko
Champiñon grande
Seta porcini
Champiñon Salvage
Seta shimeji
Seta shitake
Trufa

INGLÊS

Eryngii mushroom
Dehydrated mushrooms
Hiratake mushroom
Maitake mushroom
Morchella mushroom
Nameko mushroom
Paris mushroom
Porcini mushroom
Portobello mushroom
Shimeji mushroom
Shitake mushroom
Truffle





DIVERSOS | OTROS | SEVERAL

PORTUGUÊS

Antioxidante
Abridor de garrafa
Abridor de latas
Açucareiro
Adega
Afiador de facas
Aparelho de jantar
Bandeja
Bêbado
Bebedouro
Bule de café
Caneca
Cantina
Canudinho
Cardápio
Carrinho de apoio
Carvão vegetal
Cliente ou Freguês
Colocar à mesa
Conta (de restaurante)
Copo
Cozinhar
Cozinha
Croquete
Despensa
Embalagem
Enlatado
Faca

ESPAÑHOL

Antioxidante
Abrebotellas
Abrelatas
Azucarero
Bodega
Afilador de cuchillos
Juego de cena
Bandeja
Borracho
Bebedero
Cafetera
Taza
Cantina
Paja
El menú
Gueridon
Carbón
Cliente
Poner la mesa
Cuenta
Vaso
Cocinar
Cocina
Croqueta
Despensa
Embalaje
Enlatado
Cuchillo

INGLÊS

Antioxidant
Bottle opener
Can opener ou Tin opener
Sugar bowl
Cellar
Knife sharpener
Dinner set
Tray
Drunk
Drink fountain
Coffee pot
Mug
Canteen
Straw
Menu
Dinner-wagon
Charcoal
Customer
Set the table
Bill ou check
Cup ou Glass
Cookery
Kitchen
Croquete
Pantry ou Larder
Packaging
Tinned
Knife



DIVERSOS | OTROS | SEVERAL

PORTUGUÊS

Galheteiro
Garfo
Garrafa
Geladeira
Gorjeta
Guardanapo
Isqueiro
Jogo americano de mesa
Lixo
Louças
Maduro
Moringa ou Jarro
Osso
Palito de dente
Pano de prato
Pia de cozinha
Pitada de
Polpa
Porção
Raiz
Receita
Reservar (lugar)
Rolha de cortiça
Saleiro
Servir (a alguém)
Sobra (de alimento)
Talheres
Toalha de mesa
Torneira
Vegetariano
Xícara

ESPAÑHOL

Vinagrera
Tenedor
Botella
Refrigerador
Propina
Servilleta
Mechero
Manteles individuales
Basura
Platos
Maduro
Jarra
Hueso
Palillo de diente
Paño de cocina
Fregadero de la cocina
Pizca de
Pulpa
Porción
Raíz
Receta
Reservar
Corcho
Salero
Servir
Sobranse
Cuchillería
Mantel
Grifo
Vegetariano
Taza

INGLÊS

Cruet
Fork
Bottle
Fridge
Tip
Napkin
Lighter
Placemat
Garbage
Dishes
Ripe
Jug
Bone
Toothpick
Dish towel ou dishcloth
Kitchen sink
Pinch of
Pulp
Portion
Root
Recipe
To book
Cork stopper
Salt shaker
To serve
Leftover
Cutlery ou Silverware
Tablecloth
Faucet
Vegetarian
Cup



DOCES | DULCES | SWEETS

PORTUGUÊS

Açúcar de confeiteiro
 Arroz doce
 Barra de chocolate
 Barrinha de cereal
 Bolo
 Brigadeiro
 Brownie
 Caramelo
 Chantilly
 Chocolate Granulado
 Compota
 Doce de leite
 Frutas Cristalizadas
 Gelatina
 Geléia
 Goiabada
 Marmelada
 Mingau
 Paçoca
 Panqueca
 Pão de ló
 Picolé
 Pudim
 Pudim de leite
 Rocambole
 Sagú
 Sonho (de padaria)
 Sorvete
 Suspiro ou Merengue
 Torrone
 Trufas de chocolate

ESPAÑHOL

Azúcar Glas
 Arroz con leche
 Barra de chocolate
 Barra de Cereal
 Pastel
 Brigadeiro
 Brownie
 Caramelo
 Crema batida
 Chispas de chocolate
 Mermelada
 Dulce de leche
 Fruta Confitada
 Gelatina
 Mermelada
 Guayabada
 Mermelada
 Gachas
 Mantequilla de maní
 Panqueque
 Bizcochuelo
 Paleta
 Pudín
 Pudín de leche
 Trino ou rollo
 Perlas de tapioca
 Rosquilla
 Helado
 Merengue
 Turrón
 Trufas de chocolate

INGLÊS

Confectioner's sugar
 Rice pudding
 Chocolate bar
 Cereal Bar
 Cake
 Brigadeiro
 Brownie
 Caramel
 Chantilly
 Chocolate Sprinkles
 Confiture
 Milk Caramel
 Candied Fruit
 Gelatin ou Gelatine
 Jelly
 Guava Jelly
 Quince Jelly
 Porridge
 Peanut candy
 Pancake
 Sponge Cake
 Ice cream Bar
 Pudding
 Caramel pudding
 Swiss Roll
 Tapioca Pearls
 Doughnut
 Ice Cream
 Meringue
 Nougat
 Chocolate Truffles



EMBUTIDOS I EMBUTIDOS I PROCESSED MEAT

PORTUGUÊS

Chorizo
Copa (Salame)
Frios diversos
Lingüiça
Lingüiça Calabresa
Mortadela
Paio

Panceta
Pastrami
Presunto
Presunto di Parma
Salame
Salsicha

ESPAÑHOL

Morcilla
Salami coppa
Embutidos
Napolí
Salchicha de calabria
Bolonia ou mortadella
Salchicha ahumada
de cerdo espesa
Beicon
Pastrami
Jamón
Jamón de parma
Salami
Salchicha

INGLÊS

Black Pudding ou Blood Sausage
Coppa salami
Coldcuts
Italian sausage
Spicy pork sausage
Bologna
Thick pork smoked
sausage
Bacon
Pastrami
Ham
Parma Ham
Salami
Sausage



EQUIPAMENTOS | EQUIPO | EQUIPMENT

PORTUGUÊS

Amolador (de faca)
Assadeira
Assadeira para bolo redonda
Avental
Balança
Banho maria
Batedeira
Batedor de arame
Batedor de carne
Bicos de confeitar
Cassarola
Cesta para cozinhar no vapor
Chaleira
Cloche
Colher
Colher de chá
Colher de pau
Coqueteleira
Cortador de pizza
Descascador de legumes
Escorredor de macarrão
Escumadeira
Espátula
Espeto
Espremedor de batata
Espremedor de laranja
Espremedor elétrico
Faca
Filtro para café
Fogão

ESPAÑHOL

Afiladora
Bandeja para hornear
Molde redondo
Delantal
Balanza
Baño Maria
Mezclador
Batidor de alambre
Batidor de carne
Boquillas de pastelería
Cazuela
Cesta para cocinar al vapor
Hervidor
Cloche
Cuchara
Cuchara de té
Cuchara de madera
Coctelera
Cortador de pizza
Pelador de verduras
Colador
Espumadera ou desnatadora
Espátula
Brocheta
Exprimidor de papas
Exprimidor de naranja
Exprimidor
Cuchillo
Filtro de cafe
Cocina e Horno

INGLÊS

Sharpener
Baking sheet
Cake pan
Apron
Scales
Double boiler
Mixer
Whisk
Mallet
Decorating tips
Casserole ou Saucepan
Steaming basket
Kettle
Dish-cover
Spoon
Tablespoon ou TBSP
Wooden Spoon
Cocktail shaker
Pizza wheel
Peeler
Colander
Skimmer
Spatula
Skewer
Potato masher
Orange squeezer
Juicer
Knife
Coffee filter
Cooker



EQUIPAMENTOS | EQUIPO | EQUIPMENT

PORTUGUÊS

Forma
Forma de pão
Forma de pudim
Forma desmontável
Funil
Jarra
Máquina de lavar louça
Máquina de moer
Micro-ondas
Moedor de carne
Palitos de churrasco
Panela de pressão
Papel alumínio
Papel manteiga
Pegador de sorvete
Peneira
Pilão
Prato
Quebra Nozes
Ralador
Rolo de macarrão
Saca rolha
Salamandra (elétrica)
Sopeira
Tábua de corte
Termômetro
Tigelas

ESPAÑHOL

Forma
Forma de pan
Forma de budín
Forma plegable
Embudo
Tarro
Lavavajillas
Máquina de picar carne
Microondas
Picadora de carne
Palo de barbacoa
Olla de presión
Papel Aluminio
Papel pergaminho
Cucharada de helado
Tamiz
Mano de mortero
Plato
Cascanueces
Rallador
Rollo de pasta
Sacacorchos
Salamandra (cocina)
Sopera
Tabla de cortar
Termómetro de comida
Cuencos

INGLÊS

Mold
Loaf pan
Tube pan
Springform pan
Funnel
Jar
Dishwasher
Mincer
Microwave oven
Meat grinder
Bamboo skewers
Pressure cooker
Aluminium Foil
Parchment paper
Icecream Scoop
Sifter ou Sieve
Mortar and pestle
Plate
Nutcracker
Grater
Rolling pin
Corkscrew
Elétric Salamander
Soup Tureen
Cutting board
Food thermometer
Bowls



ESPECIARIAS | ESPECIAS | SPICE

PORTUGUÊS

Açafrão
Açúcar
Açúcar Cristal
Açúcar de confeiteiro
Açúcar mascavo
Alcaparra
Alecrim
Alho
Alho em pó
Amêndoas
Amendoim
Anís
Anís estrelado
Avelã
Azeite
Azeite extra virgem
Azeite trufado
Azeitona
Canela
Cardamomo
Castanha de Cajú
Castanha do Pará
Castanha Portuguesa
Cebola
Cebola em pó
Cebolinha
Ceboullet
Cheiro verde
Coentro
Coentro em grãos
Cominho
Cravo
Curry

ESPAÑHOL

Azafrán
Azúcar
Azúcar granulada
Azúcar Glas
Azúcar morena
Acaparra
Romero
Ajo
Ajo en polvo
Almendras
Maní
Anís
Anís estrelado
Avellana
Aceite
Aceite de oliva extra virgen
Aceite de trufas
Aceituna
Canela
Cardamomo
Castaña de Cajón
Nuez de Brasil
Castaño
Cebolla
Cebolla en polvo
Cebolleta
Ceboulett
Perejil y cebollino
Cilantro
Cilantro en granos
Comino
Clavo de especia
Curry

INGLÊS

Saffron
Sugar
Granulated sugar
Confectioner's sugar
Brown Sugar
Caper
Rosemary
Garlic
Garlic powder
Almond
Peanut
Anise
Star anise
Hazelnut
Olive Oil
Extra virgin olive oil
Truffled olive oil
Olive
Cinnamon
Cardamom
Cashew nut
Brazil nut
Chest nut
Onion
Onion powder
Chive
Ceboulett
Parley and chives
Coriander ou cilantro
Coriander in grains
Cumin
Clove
Curry



ESPECIARIAS | ESPECIAS | SPICE

PORTUGUÊS

Estragão
Extrato de tomate
Fava de baunilha
Folha de louro
Hortelã
Manjerição
Mel
Melaço
Melado de cana
Menta
Molho de ostra
Molho de peixe
Molho de soja
Molho Inglês
Mostarda
Mostarda ancienne
Noz moscada
Noz-Pecan
Óleo
Óleo de Canola
Óleo de dendê
Óleo de gergelim
Óleo de Girassol
Óleo de Milho
Óleo de Soja
Orégano
Papoula
Páprica doce
Páprica picante
Picles
Pimenta Calabresa
Pimenta da Jamaica
Pimenta do reino

ESPAÑHOL

Estragón
Pasta de tomate
Vainilla
Hoja de laurel
Menta
Albahaca
Miel
Melaza
Melaza de caña
Menta
Salsa de ostras
Salsa de pescado
Salsa de soya
Salsa inglesa
Mostaza
Mostaza a la antigua
Nuez moscada
Nueces de Pecán
Aceite
Aceite de canola
Aceite de palma
Aceite de sésamo
Aceite de girasol
Aceite de maíz
Aceite de soja
Orégano
Amapola
Pimentón dulce
Pimentón picante
Pepinillo
Pimienta calabresa
Pimienta de jamaica
Pimienta negro

INGLÊS

Tarragon
Tomato Paste
Vanilla bean
Bayleaf ou Laurel
Spearmint
Basil
Honey
Molasses
Cane syrup
Mint
Oyster sauce
Fish sauce
Soy sauce
Worcestershire sauce
Mustard
Mustard à l'ancienne
Nutmeg
Pecan nut
Oil
Canola oil
African Palm oil
Sesame oil
Sunflower oil
Corn oil
Soybean oil
Oregano
Poppy
Sweet paprika
Hot paprika
Pickle
Pepperoni pepper
Allspice
Black pepper



ESPECIARIAS | ESPECIAS | SPICE

PORTUGUÊS

Pimenta Malagueta
Pinhão
Pistache
Sal
Sal grosso
Salmoura
Salsinha
Sálvia
Semente de gergelim
Semente de mostarda
Tahine
Tinta de Lula
Tomilho
Uva passa
Uva passa branca
Vinagre
Vinagre balsamico
Xarope de Bordo
Zatar

ESPAÑHOL

Chilli
Piñón
Pistacho
Sal
Sal gruesa
Salmuera
Perejil
Salvia
Semillas de sésamo
Semilla de mostaza
Tahini
Tinta de calamar
Tomillo
Pasa
Sultanas
Vinagre
Vinagre balsamico
Jarabe de Arce
Zatar

INGLÊS

Chilli
Pine Nut
Pistachio Nut
Salt
Coarse Salt
Brine
Parsley
Sage
Sesame seed
Mustard seed
Tahini
Nero di Seppia
Thyme
Raisin
Gold raisin
Vinegar
Balsamic
Maple Syrup
Zatar



FRUTAS | FRUTAS | FRUITS

PORTUGUÊS

Abacate
 Abacaxi
 Açaí
 Acerola
 Amora
 Banana
 Banana Nanica
 Cajú
 Caqui
 Carambola
 Cereja
 Coco
 Cranberry ou Oxicoco
 Framboesa
 Fruta do Conde
 Goiaba
 Groselha
 Jabuticaba
 Jaca
 Kinkan (laranjinha)
 Kiwi
 Laranja
 Lichia
 Limão Siciliano
 Limão Tahiti
 Maçã
 Mamão
 Manga
 Maracujá
 Melancia
 Melão
 Mirtilo
 Morango

ESPAÑHOL

Avocado
 Piña
 Asaí
 Acerola
 Zarzamora
 Plátano
 Plátano Enano
 Anacardo
 Caqui
 Carambola
 Cereza
 Coco
 Arándano Rojo
 Frambuesa

 Guayaba
 Grosella Roja
 Jabuticaba
 Jaca
 Naranja china
 Kiwi
 Naranja
 Lichi
 Limon siciliano
 Limón tahiti
 Manzana
 Papaya
 Mango
 Maracuyá
 Sandía
 Melón
 Arándano negro
 Fresa

INGLÊS

Avocado
 Pineapple
 Assai Palm Fruit
 Barbados Cherry
 Blackberry
 Banana
 Dwarf Banana
 Cashew
 Persimmon
 Star fruit
 Cherry
 Coconut
 Cranberry
 Raspberry
 Sweetsop fruit
 Guava
 Red Currant
 Jabuticaba
 Jackfruit
 Kumquat
 Kiwi
 Orange
 Lichee ou Litchi ou Lychee
 Lemon
 Lime ou Key lime
 Apple
 Papaya
 Mango
 Passion fruit
 Watermelon
 Melon
 Blueberry
 Strawberry



FRUTAS | FRUTAS | FRUITS

PORTUGUÊS

Nectarina
Nêspera
Pera
Pêssego
Romã
Tâmara
Tangerina
Tomate
Tomate Cereja
Tomate Seco
Tomate sem pele
Uva

ESPAÑHOL

Nectarina
Níspero
Pera
Melocotón
Granada
Fecha
Mandarina
Tomate
Tomate Cherry
Tomate seco
Tomate pelado
Uva

INGLÊS

Nectarine
Medlar ou Loquat
Pear
Peach
Pomegranate
Date
Mandarin ou Tangerine
Tomato
Sweet Tomato
Dried tomato
Peeled tomato
Grape





GUARNIÇÃO | GUARNICIÓN | GARNISH

PORTUGUÊS

Arroz arbóreo
Arroz branco
Arroz caldoso
Arroz carnaroli
Arroz integral
Arroz negro
Arroz parboilizado
Arroz selvagem
Arroz vermelho
Batata dourada
Batata frita
Batata gratinada
Batata palha
Batata Rosti
Batata sauté
Cassoulet
Cevada
Couscous Marroquino
Farinha de mandioca
Farofa
Feijão carioca
Feijão de corda
Feijão fradinho
Feijão jalo
Frijoles preto
Frijoles tropeiro
Frijoles vermelho
Feijoada
Legumes salteados
Macarrão
Mandioca frita
Omelete

ESPAÑHOL

Arroz arbóreo
Arroz blanco
Arroz cremoso
Arroz carnaroli
Arroz integral
Arroz negro
Arroz Sancochado
Arroz silvestre
Arroz rojo
Patata dorada
Papa frita
Patata gratinada
Papas finas
Papa Rosti
Patata Salteada
Cassoulet
Cebada
Cuscús marroquí
Harina de yuca
Farofa
Frijoles de rio

Frijol escarchado
Habas de jalo
Frijol negro
Frijoles Tropeiro
Frijoles rojos
Feijoada
Verduras salteadas
La pasta
Yuca frita
Tortilla

INGLÊS

Arborio rice
Rice
Creamy rice
Carnaroli rice
Brown rice
Black rice
Parboiled Rice
Wild rice
Red rice
Golden potatoes
French fries
Potato gratin
Shoestring potato
Rosti potato
Sauteed potato
Cassoulet
Barley
Moroccan couscous
Cassava Flour
Toasted manioc flour
Beans
String beans
Black-eyed beans
Jalo beans
Black beans
Tropeiro beans
Red kidney beans
Feijoada
Sautéed vegetables
Pasta ou Macaroni
Fried Cassava
Omelet



GUARNIÇÃO | GUARNICIÓN | GARNISH

PORTUGUÊS

Polenta frita
Polenta mole
Purê de abóbora
Purê de banana
Purê de batata
Quinoa
Risoto
Sêmola
Sufflê de batata
Sufflê de queijo
Tapenade

ESPAÑHOL

Polenta frita
Polenta
Puré de calabaza
Puré de plátano
Puré de patata
Quinoa
Risotto
Sémola
Soufflé de papa
Soufflé de queso
Tapenade

INGLÊS

Fried polenta
Cornmeal cooked
Pumpkin puree
Banana puree
Mashed potatoes
Quinoa
Risotto
Semolina
Potato Souffle
Cheese souffle
Tapenade





LEGUMES | VERDURAS | VEGETABLES

PORTUGUÊS

Abóbora
Abóbora Moranga
Abobrinha
Acelga
Agrião
Alcachofra
Alface
Algas
Alho-poró
Almeirão
Aspargos
Batata
Batata doce
Berinjela
Beterraba
Brócolis
Brotos de feijão
Cará
Cenoura
Chicória
Chuchu
Coração de alcachofra
Couve
Couve de bruxelas
Couve flor
Couve manteiga
Endivia
Endro dill
Erva Cidreira
Ervilha
Ervilha torta
Escarola

ESPAÑHOL

Calabaza
Ayote ou Calabaza
Calabacín
Col ou Acelga
Berro
Alcachofa
Lechuga
Algas
Puerro
Achicoria
Espárragos
Patata
Papa dulce
Berenjena
Remolacha ou Colinabo
Brécol
Brotos de soja
Raíz de taro
Zanahoria
Achicoria
Chayote
Corazón de alcachofa
Col
Coles de Bruselas
Coliflor
Cola de mantequilla
Endivia
Endro Dill
Bálsamo de limón
Guisante
Tirabeque
Escarola

INGLÊS

Squash
Pumpkin
Zucchini
Chard
Cress
Artichoke
Lettuce
Algae
Leek
Chicory
Asparagus
Potato
Sweet potatoes
Eggplant
Beet ou Beetroot
Broccoli ou Rabe
Sprouts beans
Taro
Carrots
Chicory
Chayote ou Mirliton
Artichoke Heart
Collard
Brussel sprouts
Cauliflower
Kale butter
Endive
Dill
Balm
Pea
Snow pea
Escarole



LEGUMES I VERDURAS I VEGETABLES

PORTUGUÊS

Espinafre
Fava
Feijão
Feijão branco
Feijão preto
Gengibre
Grão de Bico
Jiló
Lentilha
Mandioca
Mandioquinha
Milho
Nabo
Nhame
Palmito
Pepino
Pimentão Amarelo
Pimentão Verde
Pimentão Vermelho
Quiabo
Rabanete
Repolho
Rúcula
Ruibarbo
Salada de folhas
Salsão ou Aipo
Soja
Vagem

ESPAÑHOL

Espinacas
Haba
Frijoles
Judía Navy
Frijol negro
Jengibre
Garbanzos
Jiló
Lenteja
Yuca
Mandioca
Maíz
Rábano
El ñame
Palmito
Pepino
Pimiento Amarillo
Pimiento verde
Pimiento Rojo
Okra
Rábano rojo
Repollo
Colhete
Ruibarbo
Ensalada de hojas
Apio
Judías de soja
Judía verde

INGLÊS

Spinach
Beans
Beans
Navy Beans
Black beans
Ginger
Chickpeas
Scarlet eggplan
Lentil
Manioc, Cassava ou Tapioca Root
Arracacha ou White carrot
Corn
Turnip
Yam
Heart of palm
Cucumber
Yellow bell pepper
Green bell pepper
Red bell pepper
Okra ou Gumbo
Radish
Cabbage
Arugula
Rhubarb
Field Greens
Celery ou Celeriac
Soy
String beans



LOCAIS DE COMPRAS: MERCADOS I LOS MERCADOS I SHOPPING

PORTUGUÊS

Supermercado
Açougue
Balcão de frios
Casa de chá
Charcuteria
Churrascaria
Feira livre
Lanchonete
Loja de conveniência
Mercado de não perecíveis
Mercearia
Padaria
Pizzaria
Pomar
Restaurante
Sacolão
Sorveteria

ESPAÑHOL

Supermercado
Carnicería
Contador de frios
Tienda de té
Charcutería
Asador
Feria libre
Cafetería
Tiendas de conveniencia
Tienda de comestibles
Tienda de comestibles
Panadería
Pizzería
Huerta
Restaurante
Mantón
Heladería

INGLÊS

Supermarket
Butchery ou Butcher's Shop
Deli counter
Tea Shop
Charcuterie
Steak house
Street market
Coffee shop
Drugstore
Grocery
Grocery
Bakery
Pizza Parlour
Orchard
Restarurant ou Eatery
Greengrocery
Ice Cream Parlour



MASSAS & FARINHAS | LA PASTA & HARINAS | PASTA & FLOUR

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Massas	La Pasta	Pasta
Agnolotti	Agnolotti	Agnolotti
Borboleta	Farfalle	Farfalle
Cabelo de anjo	Cabellos de ângel	Angel hair pasta
Caneloni	Cannelloni	Cannelloni
Capeletti	Capeletti	Cappelletti
Capellini	Capellini	Capellini
Conchiglioni	Conchiglioni	Conchiglioni
Espaguetti	Espaguetis	Spaghetti
Fagottini	Fagottini	Fagottini
Fettuccine	Fettuccine	Fettuccine
Lasanha	Lasaña	Lasagna
Letrinha	Alfabeto	Alphabets
Linguini	Linguine	Linguine
Massa folhada	Hojaldre	Puff Pastry ou Puff paste
Nhoque	Gnocchi	Gnocchi
Orichette	Orecchiette	Oricchiette
Pai nosso	Ditali	Anellini
Papardelle	Pappardelle	Pappardelle
Parafuso	Fusilli	Fusilli
Penne	Penne	Penne
Ravioli	Ravioli	Ravioli
Rigatoni	Rigatoni	Rigatoni
Risoni	Risoni	Risoni
Rondeli	Rondelli	Rondelli
Talharini	Taglierini	Tagliarini
Tortelone	Tortelone	Tortellini



MASSAS & FARINHAS | LA PASTA & HARINAS | PASTA & FLOUR

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Farinhas	Harinas	Flour
Araruta	Arrurruz	Arrowroot
Aveia	Avena	Oat
Farinha de milho	Harina de maíz	Cornmeal
Farinha de Rosca	Pan Rallado	Bread Crum
Fécula de batata	Almidón de patata	Flour potato
Fermento em pó	Levadura en polvo	Baking powder
Maisena	Fécula de maíz	Cornstarch
Polvilho	Almidón de tapioca	Tapioca Starch





MOLHOS | SALSA | SAUCE

PORTUGUÊS

4 queijos
Agridoce
Aioli
Barbecue
Belle Meunière
Beurre blanc
Beurre manié
Bolonhesa
Branco ou Bechamel
Caldo
Chimichurri
Chutney
Coulis
Demi Glace
Holandês
Jus Lié
Madeira
Maracujá
Marinara
Molho Alfredo
Molho béarnaise
Molho Branco
Molho Carbonara
Molho de frutasvermelhas
Molho de hortelã
Molho de iogurte
Molho de melão
Molho de salada
Molho de vinho tinto
Molho Parisiense
Molho Putanesca

ESPAÑHOL

Salsa cuatro quesos
Salsa agridulce
Aioli
Salsa barbacoa
Belle Meunière
Beurre blanc
Beurre manié
Salsa bologna
Salsa blanca
Caldo
Salsa chimichurri
Salsa de chutney
Salsa de coulis
Demi Glace
Salsa holandesa
Salsa Jus lie
Salsa madeira
Salsa de maracuyá
Salsa Marinara
Salsa Alfredo
Salsa béarnaise
Salsa besamel
Salsa carbonara
Salsa de frutas rojas
Salsa de menta
Salsa de yogur
Salsa de melaza
Aderezo de ensaladas
Salsa de vino tinto
Salsa parisina
Salsa Putanesca

INGLÊS

Four cheese sauce
Bittersweet sauce
Aioli
Barbecue sauce
Belle Meunière
Beurre blanc
Beurre manié
Bolognese sauce
White sauce ou Bechamel
Broth
Chimichurri
Chutney sauce
Coulis sauce
Demi Glace
Hollandaise sauce
Jus lié sauce
Madeira sauce
Passion fruit sauce
Marinara sauce
Alfredo sauce
Béarnais sauce
Béchamel sauce
Carbonara sauce
Red fruit sauce
Mint sauce
Yogurt sauce
Molasses sauce
Dressing
Red wine sauce
Parisian sauce
Putanesca sauce



MOLHOS | SALSA | SAUCE

PORTUGUÊS

Molho Tahini
Mostarda e mel
Pesto
Relish
Remoulade
Sugo
Tártaro
Teriyaki
Tomate
Velouté
Vinagrete

ESPAÑHOL

Salsa tahini
Salsa de mostaza y miel
Salsa pesto
La salsa
Remoulade
Salsa sugo
Salsa tártara
Salsa teriyaki
Salsa de tomate
Salsa de velouté
Salsa de vinagreta

INGLÊS

Tahini sauce
Honey mustard sauce
Pesto sauce
Relish
Remoulade
Tomato sauce
Tartar sauce
Teriyaki sauce
Tomato sauce
Velouté sauce
Vinaigrette sauce





PÃO | EL PAN | BREAD

PORTUGUÊS

Bagel
Baguete
Biscoito
Biscoito água e sal
Biscoito maisena
Broa de milho
Ciabatta
Crostiti
Croutons
Grissini
Pão
Pão de centeio
Pão de forma
Pão de hamburguer
Pão de hot dog
Pão de queijo
Pão francês
Pão integral
Pão italiano
Pão Sírio
Torrada

ESPAÑHOL

Rosquilla
Baguette
Galleta
Galleta de agua y sal
Galleta de Maicena
Pan de Maíz
Ciabatta
Crostiti
Picatostes ou Crutones
Palito de Pan
El pan
Pan de Centeno
Pan de molde
Pan de hamburguesa
Pan de hot dog
Pan de queso
Pan francés
Pan Integral
Pan italiano
Pan Sírio
Tostadas

INGLÊS

Bagel
Baghette
Biscuit
Cream cracker
Cornstarch cookie
Cornbread
Ciabatta
Crostiti
Croutons
Breadstick
Bread ou Loaf
Rye
Sandwich bread
Hamburguer bread
Hot dog bun
Cheese bread
French bread
Whole wheat bread
Italian bread
Pita bread
Bread toast



PESCADOS | PEZ | FISH

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Pescados	Pez	Fish
Anchova	Anchoa	Anchovy
Arenque	Arenque	Herring
Atum	Atún	Tuna fish
Bacalhau	Bacalao	Codfish
Badejo	Abadejo	Hake
Bonito	Bonito	Tunny Fish
Dourado	Pez dorado	Common Dolphin Fish
Garoupa	Mero	Cernia Fish
Linguado	Lenguado	Sole Fish
Merluza	Merluza	Argentine Hake Fish
Pintado	Pescado pintado	
Robalo	Lubina	Common Snook Fish
Saint Peter	Pez de San Pedro	Saint Peter fish
Salmão	Salmón	Salmon
Sardinha	Sardinas	Brazilian Sardinella Fish
Truta	Trucha	Trout
Frutos do Mar	Frutos del Mar	Seafood
Camarão	Camarón ou Gamba	Shrimp
Abalone	Abalone	Abalone
Caranguejo	Cangrejo	Crab
Caviar	Huevas de Lumpo Negras	Caviar
Caviar vermelho	Huevas de lumpo Rojas	Red Caviar
Lagosta	Langosta	Lobster
Lagostim	Langos no	Crayfish ou Crawfish
Lula	Calamar	Squid ou Calamary
Mexilhões	Mejillón	Mussels ou Clam
Ostras	Ostras	Oyster
Ouriço	Erizo	Urchin
Polvo	Pulpo	Octopus
Salmão Defumado	Arenque ahumado	Kipper
Siri	Cangrejo	Crab
Vieiras	Vieiras	Scallops
Vôngole	Almejas	Vongoli



PROFISSÕES | PROFISIONES | PROFESSIONS

PORTUGUÊS

Atendente
Açougueiro
Barman
Cozinheiro
Cumim
Enólogo
Fornecedor de comida
(para eventos)
Garçom
Garçonete
Padeiro
Peixeiro
Recepcionista
Sommelier

ESPAÑHOL

Asistente
Carnicero
El camarero de bar
Cocinero
Ayudante de camarero
Enólogo
Abastecedor

Camarero
La mesera
Panadero
Pescadero
Anfitriona
Sumiller

INGLÊS

Attendant
Butcher
Bartender
Cook
Assistant waiter
Oenologist
Caterer

Waiter
Waitress
Baker
Fishmonger
Hostess
Sommelier





PROTEÍNAS (OVOS) | PROTEÍNA (HUEVO) | PROTEIN (EGG)

PORTUGUÊS

Casca de ovo
Clara de ovo
Gemada
Omelete
Ovo
Ovo cozido
Ovo frito
Ovo pochê
Ovos mexidos

ESPAÑHOL

Cáscara de huevo
Clara de huevo
Ponche de huevo
Tortilla
Huevo
Huevo cocido
Huevo frito
Huevo escalfado
Huevos revueltos

INGLÊS

Egg Shell
Egg white
Eggnogg
Omelet
Egg
Hard boiled egg
Fried egg
Poached egg
Scrambled egg



QUEIJOS | QUESOS | CHEESE

PORTUGUÊS

Brie
Burrata
Cabra
Camembert
Cheddar
Edam
Emmental
Feta
Gorgonzola
Grana Padano
Gruyère
Maasdam
Mascarpone
Meia Cura
Mussarela
Parmegiano Regiano
Parmesão
Pecorino
Provolone
Ricotta
Roquefort

ESPAÑHOL

Brie
Burrata
Cabra
Camembert
Cheddar
Edam
Emmental
Feta
Gorgonzola
Grana Padano
Gruyère
Maasdam
Mascarpone
Medio curación
Mozzarella
Parmegiano Regiano
Parmesano
Pecorino
Provolone
Ricotta
Roquefort

INGLÊS

Brie
Burrata
Goat Cheese
Camembert
Cheddar
Edam
Emmental
Feta
Gorgonzola
Grana Padano
Gruyère
Maasdam
Mascarpone
Half cured cheese
Mozzarella
Parmegiano Regiano
Parmesan cheese
Pecorino
Provolone
Ricotta
Roquefort

Laticínios

Crema de leite fresco
Leite
Manteiga
Manteiga de amêndoas
Margarina

Productos Lácteos

Crema fresca
Leche
Mantequilla
Mantequilla de almendras
Margarina

Dairy Products

Buttermilk
Milk
Butter
Almond Butter
Margarine



TERMOS | TÉRMINOS | TERMS

PORTUGUÊS

À Milanesa
Abafar
Acompanhado de
Adoçar
Agridoce
Amarrar
Amassar
Ao creme de
(exceção para creme de queijo)
Ao molho de
Assado
Borrifar | Salpicar
Coalhar
Coar
Com
Com calda de
Com espuma de
Congelar
Cozido
Cristalizado
Crocante
Curado
Decantar
Defumar
Derramar
Derreter
Descascar
Descongelar
Destilar
Diluir

ESPAÑHOL

Empanizada

Acompañado por
Endulzar
Agridulce
Atar
Amasar
Con crema de
Con queso crema
Com salsa
Asado
Espolvorear
Cuajar
Colar
Con
Con jarabe
Con espuma de
Congelar
Cocido
Azucarado
Crujiente
Curado
Decantar
Humear
Derramar
Derretir ou Fundir
Pelar
Descongelar
Destilar
Diluir

INGLÊS

Breaded
To Muffle
With
To Sweeten
Bittersweet
To Tie
To Mash
With_____cream
With cream cheese
With_____sauce
Roast ou Baked (para bolos e pães)
To Sprinkle
To Curdle
To Strain
With
With syrup
With foam
To Deep Freeze
Cooked
Sugared
Crunchy
Cured
To Decant
To Fume ou To Smoke
To Pour
To Melt
To Peel
Defrost ou Unfreeze
To Distil
To Dilute



TERMOS | TÉRMINOS | TERMS

PORTUGUÊS

Empilhar
Encomendar
Engrossar
Ensopado
Enxaguar (para tirar o sabão)
Escaldar
Espalhar
Espremer
Estragar
Fatiar
Flambar
Frito
Glacear
Gratinado
Grelhado
Guarnecido
Juntar
Lascas de
Lavar
Levemente
Maturado, Curado
Mistura
(combinações de sabores)
Moldar
Murchar
Pedacos de
Pôr de molho

ESPAÑHOL

Apilar
Pedir
Espesar
Estofado
Enjuagar
Escalar
Difundir
Apretar ou exprimir
Estropear
Rebanar
Flambear
Frito
Glasear
Gratinado
A la parrilla
Guarnición
Emparejar
Escamas de ou Chips de
Lavar
Ligeramente
Madurado
Mezcla
Moldear
Marchitar
Piezas de ou trozos de
Remojar

INGLÊS

To Pile
To Order
To Thicken
Stew
To Rinse
To Scald
To Spread
To Squeeze
To Spoil
To Shave or To Slice
To flame
Fried
To Glaze
Gratin
Grilled ou Broiled
Garnish ou Trimmed
To pair
Chip ou Flakes of
To Wash
Lightly
Aged
Blend

To Mould
To wilt
Peaces of
To Seak



TIPOS DE CORTES | CORTE | CUTS

PORTUGUÊS

Adicionar
Cortado grosso
Cortar
Cortar em cubos
Cortar, Trinchar
Desossar
Fatiar
Lascas
Moer
Picar
Quebrar
Ralar

ESPAÑHOL

Agregar
Corte Grueso
Cortar
Cortar em cubos
Trinchar
Deshuesar
Rebanar
Astillas ou Escamas
Moler
Picar
Romper
Rallar

INGLÊS

Add
Coarsely chop
To chop
Dice
To carve
To bone
To slice
Chip
Ground
Mince
Crack
Grate



CHOPPED

DICED

MINCED



TIPOS DE REFEIÇÕES | TIPOS DE COMIDAS | KINDS OF MEALS

PORTUGUÊS	ESPAÑHOL	INGLÊS
Refeições	Comidas	Meals
Almoço	El almuerzo	Lunch
Brunch	Desayuno tardío	Brunch
Café da manhã	Desayuno	Breakfast
Canapé	Tapas	Finger food
Ceia	La cena	Supper
Jantar	La cena	Dinner
Lanche	Bocadillo	Snack
Tipos de Pratos	Tipos de Platos	Types of Dishes
Acompanhamento	Acompañamiento	Side dish
Aperitivo	Aperitivo	Appetizer
Degustação	Desgustación	Tasting
Prato principal	Plato principal	Main dish
Sobremesa	Postre	Dessert
Ações	Acción	Action
Beber	Beber	Drink
Comer	Comer	Eat
Engolir	Tragar	Swallow
Sentir fome	Hambriento/Hambrienta	Hungry



EXEMPLO | EJEMPLO | EXAMPLE

PORTUGUÊS

Arroz branco com filet mignon grelhado ao molho madeira com batata assada.

Macarrão ao molho branco com lascas de parmesão.

Spaghetti ao molho rústico de tomate e manjericão.

Risoto ao funghi com medalhão de filet mignon.

Carré de cordeiro com molho de hortelã.

Costelinha de porco ao molho barbecue.

Creme de abóbora com gengibre.

Couscous marroquino com cubos de legumes.

Salada de folhas verdes com tomate seco e mussarela de búfala.

Moqueca de camarão com arroz de coco e farofa de dendê.

Risoto de camarão, lula e polvo.

Arroz, bife e batata frita.

Saint peter ao molho de limão e legumes salteados.

Peito de pato ao molho de laranja.

ESPAÑHOL

Arroz blanco con filet mignon a la parrilla en salsa de madeira con papa al horno .

Pasta con salsa blanca con escamas de parmesano.

Espaguetis con salsa de tomate rústico y salsa de albahaca.

Risotto con funghi con medallón de filet mignon.

Rack de cordero con salsa de menta.

Costillas de cerdo con salsa de barbacoa.

Crema de calabaza con jengibre.

Cuscús Marroquí con cubitos de verduras.

Ensalada de hojas verdes con tomates secos y mozzarella de búfala.

Moqueca de camarones con arroz de coco y dende farofa .

Riso o de langostinos, calamares y pulpos.

Arroz, bistec y papas fritas.

Pez de San Pedro con salsa de limón y verduras salteadas.

Pechuga de pato con salsa de naranja.

INGLÊS

White rice with grilled filet mignon in madeira sauce with baked potato.

Pasta with white sauce with parmesan flakes.

Spaghetti with rustic tomato sauce and basil.

Risotto with funghi and filet mignon medallion.

Rack of lamb with mint sauce.

Pork Ribs in barbecue sauce.

Cream of pumpkin with ginger.

Moroccan couscous with cubes of vegetables.

Green leaves Salad with dried tomatoes and buffalo mozzarella.

Shrimp moqueca with coconut rice and dende crumbs.

Shrimp, squid and octopus risotto.

Rice, steak and french fries.

Saint peter fish with lemon sauce and sauteed vegetables.

Duck breast with orange sauce.

Edição I

Palavras e termos da Gastronomia

Português, Espanhol e Inglês

Se houver dúvidas, conte conosco!

contato@regra3.com.br

www.regra3.com.br

[@regra3](https://www.instagram.com/regra3)