

Statul în casă te-a făcut să fii nevoit să gătești mult mai mult? Dacă te afli printre oamenii care se plâng că sunt lipsiți de talent în bucătărie, să știi că există o veste bună: și tu poți învăța să faci mâncăruri delicioase!

Iată câteva sfaturi care te vor ajuta să prepari în scurt timp mâncăruri cu care să-ți impresionezi apropiații

1. Scapă de ideea că nu oricine poate să gândească

Cel mai mare obstacol în bucătărie poate fi chiar mentalitatea ta. Foarte multe persoane nu reușesc să treacă de bariera pe care și-o pun singuri când zic că ei nu sunt capabili să gătească. În realitate, gătitul nu e atât de greu precum pare și poate fi învățat de oricine. Într-adevăr, unor oameni le vor ieși rețetele din prima sau vor putea să facă preparate mai complicate, dar asta nu ar trebui să te oprească. Totul ține de voință.

2. Implică-te, cere sfaturi și documentează-te

Cel mai ușor mod de a învăța este prin a-i observa și ajuta pe alții. Mulți oameni spun că au învățat să gătească în timp ce petreceau timp cu mama sau bunica în bucătărie. Chiar dacă acum locuiești singur, poți suna oricând pe cineva pentru a cere sfaturi. Mai mult, internetul este plin de tutoriale și de trucuri menite să te ajute.

Ai aici o selecție:

- Prea multă sare? Un cartof crud pus în mâncare va neutraliza gustul sărat.

- Te-ai săturat să plângi când toci ceapa? Tai-o în două și pune-o în apă 15 minute înainte de a o toca.

- Când depozitezi legumele, nu păstra ceapa cu cartofii împreună. Cartofii se vor strica mai repede.

- Vrei să păstrezi bananele pentru mai mult timp? Înfășoară-le capătul în plastic. Un alt lucru pe care îl poți face e să le desparți pe fiecare în parte.

- Vrei ca ouăle fierte să se decojească mai ușor? Pune sare în apă atunci când le fierbi.

- Pentru a fi sigur că nu uiți nimic, încearcă să pregătești și să toci ingredientele înainte să începi gătitul propriu-zis.

3. Exersează

Nu vei învăța fără să exersezi constant. Începe cu rețete ușoare și, după ce simți că te descurci cu ele, treci la altele mai dificile. Nu te lăsa descurajat dacă nu ți-a ieșit din prima, ci gândește-te că data viitoare vei ști mai bine de ce să ții cont. Gătitul nu are de ce să fie stresant, încearcă de fiecare dată să-l vezi ca pe un mod de a te relaxa și a încerca lucruri noi.

4. Asigură-te că ai ajutoare în bucătărie

În comerț, vei găsi nenumărate ustensile și ajutoare de bucătărie care îți vor face viața mult mai ușoară. Cu un spațiu de lucru bine pus la punct, gătitul va fi o plăcere. Dacă ai posibilitatea, nu te teme să investești în lucruri importante precum aragaz, baterii pentru bucătărie sau cuptor.

Așadar, nu te oprește nimic din a deveni un bucătar maestru - cel puțin în bucătăria ta. Gătitul se învață și, prin exercițiu, vei fi din ce în ce mai bun.