



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BALIK SATIN ALIRKEN DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

Taze balık ne kadar kuvvetli ve doyurucu bir besin maddesi ise bayatlamış balık da o derece tehlikelidir. Bayat balıklar toksinler vasıtasıyla sağlık için çok zararlıdır. İnsanı zehirleyerek ölümüne bile sebep olabilir. Bunun için balık satılırken tazeliğine çok dikkat etmek lâzımdır. Taze Balığın Özellikleri:

- 1 Gözleri canlı, parlak ve çukura kaçmamıştır.
- 2 Eti sert ve diridir. Bastırıldığı zaman çukurlaşmaz.
- 3 Solungaçları canlı kırmızıdır.
- 4 Kuyruğu sallanmaz.
- 5 Pulları kolay kolay kopmaz. '
- 6 Deniz kokuludur.

Bu görünüşe sahip balıklar tazedir. Aksi bayattır. Bunun için çok dikkat etmeli. Bayat balık yemektense hiç yememek daha akıllıca iştir.