



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIKLAR HAKKINDA

BALIK ETİNİN LEZZETİ

Balık etinin lezzeti, yaşadıkları suyun temizliğine, aldıkları besine göre değişir. Türkiye'de, birçok akarsuyun çok çeşitli besin maddelerini taşıyarak döküldüğü Karadeniz'de yetişen balıklar en lezzetli balıklardır. Balık tutulur tutulmaz başı kesilerek veya karınları bıçakla yarılarak öldürülüp, soğuk suya atılırsa eli daha lezzetli olur.

BALIKLARI RENKLERİNE GÖRE SINIFLANDIRMAK GEREKİR

Yemek pişirme yönünden balıkları beyaz etli ve siyah etli olarak ikiye ayırmak gerekir.

Beyaz etli balıklar: genellikle siyah etli balıklara göre daha hafiftir ve sindirimi daha kolaydır. Beyaz etli balıklar siyah etlilere oranla daha fazla jelatin içerdiği için haşlanmaya elverişlidir.

Siyah etli balıklar: bu gruba giren balıklar arasında çok lezzetlileri olmakla beraber etleri beyaz etli balıklara göre daha yağlı ve ağırcıdır. Bu nedenle de sindirimi daha zordur.

BALIKLARIN SERVİS SIRASI

Balıklar, çorbadan sonra, et veya tavuktan önce yenir. Fileto durumunda adam başına 150-200 gr olarak, bış ve kılçığı çıkarılmamış-sa 200-250 gr arasında servis yapılır.

BALIKLARIN HAZIRLANMASI

Pulların kazınması: balığın pullarını temizleyebilmek için kuyruğundan tutarak, çok keskin olmayan bir bıçakla kuyruktan başa doğru, yani pulların aksi istikametine kazırcası-na sürmek gerekir. Pulları kazandıktan sonra bütünüyle temizlenip temizlenmediğini anlamak için elle kontrol edilir. Balığa sürülen elin hiçbir pürtüğe rastlamadan kayması halinde pullar tamamen temizlenmiş demektir. içlerinin temizlenmesi: balığın solungaçları baş ve işaret parmaklarıyla tutulur ve çekilerek çıkarılır. Sonra balığın karnının alt tarafındaki deliğin hizası hafifçe kesilir ve solungaçtan boşalan yerden sokulan iki parmakla balığın bağırsakları çıkarılıp atılır (bu yöntem bazı kimselere zor geldiğinden balığın karnını yararak temizlerler). Sonra balığın içi, dışı bol suyla iyice yıkanır ve delikli süzgece konur. Böylece suları süzülür. Balıklardan fileto çıkarılması: balıkların her iki taraflarındaki etleri çıkarmak için keskin bir bıçakla boğazdan başlanarak, kalın kılçık kemiği hizasından kuyruğa kadar kesilir. Balığın iki yanındaki etler kemik ve kılçıklarından ayrıldıktan sonra kuyruk tarafındaki et ve deri bıçakla hafifçe birbirinden ayrılır. Sonra bıçağın yüzü deriye doğru hafifçe yan tutularak yürütülür ve derisi yüzülür. Dilbalığıyla yılanba-lığının derileri, et, kemikten ayınlı-madan önce yüzülür. Bunun için dilbalığının siyah derisi kuyruk tarafından kesilir ve deriden bir uç elde edilmiş olur. Bu uç iki parmakla sıkıca tutulur ve yukarıya doğru sıyrılarak deri yüzülür. Derisi yüzülen dilbalığının iki yanının tam ortası keskin bir bıçakla kemik boyunca yarılar. Sonra bu yarığa sokulan bıçakla balığın eti kılçıklardan sıyrılarak çıkarılır ve filetolara ayrılmış olur. Filetoları çıkarılacak pullu balıkların, pulları çıkarılmadan derileri yüzülür. Eğer yulları çıkarılırsa deri zedeleneceğinden bu deriyi yüzmek mümkün olmaz.

BALIĞIN SAKLANMASI

Balık genel olarak hemen pişirilmelidir. Hemen pişirilmesi mümkün değilse balık naylon torbaya konup, ağzı örtülür veya kapaklı bir kaba konur ve buzdolabının en soğuk yerinde saklanır. Ama balığın buzdolabında bir günden fazla tutulması doğru değildir. Eğer dondurulmuş balık alınmışsa buzdolabının en soğuk yerinde veya derin dondurucuda, paketinde belirtilen süreler içinde saklanabilir.

BALIĞIN UZUN SÜRE SAKLANMASI İÇİN YAPILAN İŞLEMLER

Tuzlu balık: balığın uzun süre saklanması için yapılan işlemlerin başında tuzlama gelir. Bunun için balıklar temizlenip suyu süzildükten sonra büyük fiçılara kat kat dizilir, her katın üstüne bol tuz dökülür. Kullanılacağı zaman tuzları silkeleneip yıkanır ve pişirilmeden yenir.

Salamura balık: balıklar temizlenip suları süzildükten sonra büyük fiçılara dizi dizi yerleştirilirler. Her dizinin üstüne bol tuz ve biraz su serpilir. Bu tuzlu suda iyice pişen balıklar aylarca bozulmadan saklanabilir.

Tütsü balık: som, ringa, palamut, uskumru gibi balıklar birkaç gün saman tütsüsünde tutularak fûme durumuna getirilir. Tütsülenmiş balıklar bir süre bozulmadan saklanabilir. Fûme edilmiş balıklar, salamura ve tuzlu balıklarda olduğu gibi çiğ olarak yenir. Kurutulmuş balık: çirozda olduğu gibi bazı balıklar özel kurutma odalarında güneş ışığıyla veya rüzgârla kurutulurlar. Bu balıklar da aylarca bozulmadan saklanabilir.

Konserve edilmiş balık: bazı balıklar pişirilerek, bazıları tuzlanarak ve bazıları da çiğ olarak konserve edilip saklanırlar. Bu balıklar konserve edilmiş diğer besin maddeleri gibi uzun süre bozulmadan saklanabilir.

Piştirilerek konserve edilmiş balıklar genellikle salçalıdır. Tuzlanarak konserve edilmişlerin bir kısmı tuzlu olarak, bir kısmı da zeytinyağına yatırılmış olarak saklanır. Çiğ olanlar ise genellikle zeytinyağına veya sirkeye yatırılmış olarak konserve edilmiştir.

Doldurulmuş balık: çok taze olmasına dikkat edilerek satın alınan balıklar iyice temizlenerek derin dondurucuda, -18°C'de veya daha düşük sıcaklıkta hızla dondurulur. Bu şekilde dondurulmuş balıklar yine derin dondurucuda uzun süre saklanabilir. Evde yapılmış veya dışarıdan satın alınmış dondurulmuş balık oda sıcaklığında buzu

özöldükten sonra iyice yıkanarak istenilen usulde pişirilir.