



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEZGAHLARDAKİ SAĞLIK BALIKLAR

Metin Okutan

Tezgahlardan vitamin fişkırıyor şu sıralar... Norveç'ten getirilen ve bizde nesli azalan uskumru da fazla yağlı olmasına rağmen ızgara severlerin hizmetinde. Uskumru dışında eğer tedbir alınmaz ise kalkan ve lüferle de vedalaşabiliriz.

Denizlerimizdeki balık ve balık avcılığı derûnumuzda gizlisi saklısı olmayan açık bir yaradır. Balığa ilgisi, sevgisi olanlar ne demek istediğimi hemen anlamışlardır.

Ressam Abidin Dino'nun sözünü ettiği "vatandaşların kazma-kürek kaldırımlara savurduğu" balık akınlarını, epeydir gören, duyan var mı? Hadi akından vazgeçtik, Osmanlı Dönemi'nden beri zevkle yapılıp yenilen "uskumru dolmasını" kaç kişi yapıp yiyebiliyor?

NORVEÇ'TEN GELEN TORAMAN

Bilenlerin ?olsa yaparız? sözlerini duyar gibiyim ama uskumru yok ki yapılsın. Çok çok şanslı iseniz nadiren tezgâhlarda karşılaşılabiliyorsunuz. Norveç'ten gelen "toraman" dondurulmuş uskumru var lâkin onların da dolması olmuyor.

Soğuk denizlerin ürünü olduğu için fazla yağlı. Izgarası uskumru severlerin derdine bir nebze de olsa faydalı oluyor. Uskumru dışında eğer tedbir alınmaz ise kalkan ve lüferle de vedalaşabiliriz.

ŞİMDİ İSTAVRİT ZAMANI

İstavriti denizin kuru fasulyesi diye tanımlayanlar pek haksız sayılmazlar. Genelde tavası yapılır ve sevilir.

Denizlerimizde 3 türü bulunur: Kıraca, sarıkanat istavrit ve karagöz istavrit. Şu aralar istavrit balığı da en leziz döneminde. Bütün denizlerimizde yaşayan levrek artık büyük ölçüde çiftliklere hapsolmuş durumda.

Deniz levreğini bulan kaçırmasın, ızgarası ve filetosunun tavası çok lezzetlidir. Karadeniz, Marmara ve Ege kıyılarında yaşayan palamut, büyük sürüler halinde gezen göçmek bir balık türüdür. Yaz sonunda avlanan, henüz yağlanmamış küçük palamutların tavası çok leziz olur. Sonbahar yağmurlarıyla hızla büyüyen ve kış soğuğuyla yağlanan palamut, hem kızartmaya, hem ızgaraya çok yakışır. Yetişkin palamut torikten ise çok güzel lakerda yapılır.

LÜFER DURURKEN ÇİNEKOP ALMAYIN

Boğaz'ın "hırçın sultanı" tanesi 25 - 30 liradan satılan lüferi kaç kişi doya doya yiyebiliyor? Kilosu 10-15 lira olan sarıkanat ve çinekop bol miktarda bulunuyor bulunmasına da onlar lüferin yavrusu yani bir balık cinsi değil.

Oysa bu yavrulara getirilecek avlanma yasağı lüferle yeniden buluşmamızı sağlayabilir.

Lütfen sarıkanat ve çinekop almayın, bırakın onlar büyüyüp lüfer olsun. Bugünü ve yarını düşünmekten aciz, hoyratça bu yavruları avlayan balıkçılar bindikleri dalı kesiyor. Allah avlayana, satana ve satın alana akıl - fikir versin.

YAVRULAR BALIK YEMİ OLMASIN

Hemen her şeyi yapılan hamsi de pek iyi durumda değil. Marmara'da avlanan hamsinin önemli bir bölümünü yavru hamsiler oluşturuyormuş. İrileri ayıklanıp satış için ayrılan hamsilerin küçük yavruları da denize bırakılıyormuş. İyi de bunun neresi kötü dersenez ben de size kazın ayağının hiçte öyle olmadığını söylemek zorunda kalırım çünkü, irilerinin ayrılması sırasında küçükler maalesef ölüyor ve denize dökülenler bu küçük ölü balıklarmış.

Karadeniz'de de durum çok farklı değil. Küçük yavru hamsiler, balık yemi olması için fabrikalara satılıyor ve bu maalesef uzun zamandır süren bir "uygulama" olarak karşımızda. İşin tuhafı kimsenin kılı kıpırdamadan seyirci kalması...Her şeye rağmen biz karşılığını veremesek de denizlerimiz hâlâ bereketli ve cömert.

YIKAMAYIN, DENİZDEN ÇIKTIĞI GİBİ IZGARAYA ATIN

Bu ayın sonuna kadar lüferin zamanıdır, yediniz yediniz yoksa ekim ayına kadar beklemek zorundasınız.

Izgaradan gayrisi lüfere saygısızlıktır. Bir diğer konu ise balığın üzerinin çizilmemesi. Bırakın öz suyu içinde kalsın ve kurumasin.

Hatta tuzu bile gereksiz buluyorum. Denizden çıktığı gibi temizlenip ızgaraya atılmalı ve yüksek olmayan bir ateşte fazla pişirmeden yenmelidir.

KIRMIZI SOĞANSIZ OLMAZ

Yanında damak zevkinize göre ister, kıvrıcık, ister marul, isterseniz roka salatası yapın ve pek tabii ki kırmızı soğanı ihmal etmeden.

Ufak bir hatırlatmada bulunayım, eğer ki roka salatası yapacaksanız salataya biraz kimyon ilave ederek değişik bir lezzete imza atabilirsiniz, bir deneyin derim.

SARDALYANIN MEVSİMİ YOK

Denizlerimizin bir diğere göçmen balık türü de sardalyadır ve hemen her mevsim avlanır. Ege ve Akdeniz sardalyası daha iridir fakat, Marmara'nın küçük ve leziz sardalyası, ağzının tadını bilenlerin gözdesidir. Taze asma yaprağına sarılarak yapılan ızgarasına doyum olmaz. Bol olduğu dönemlerde ise tuzlanarak saklanır. Balık konusu tam anlamıyla bir "derya". O yüzden ne yazsak eksik kalır. Balık kültürü, balık çeşitleri, balık yemekleri ciltler dolusu kitapların harcı.

