



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ BALIĞI MI? ÇİFTLİK BALIĞI MI?

<https://www.dogrusicarrefoursa.com>

Balık alınırken deniz balığı mı çiftlik balığı almalyım diye düşünülebilir. Bu kararı almadan önce, belirtmek gerekir ki; her iki balığın da kendine göre artıları ve eksileri bulunuyor. Çiftlik balığı ile deniz balığı arasında bazı önemli farklar var. Doğal ortamdan avlanan balıklar ile çiftlikte yetişen balıkları ayırt etmek her zaman çok da kolay olmayabiliyor. Hem renk, hem koku, hem de yapısal bazı farklılıkları ayırt edecek kadar bu konuda bilgili iseniz sorun olmayabilir.

Bazı pratik fikirler bilindiğinde taze balık almak ve doğru balığı seçmek de mümkün olabiliyor. Her mevsim kolaylıkla bulunabilen çiftlik balığı mı yoksa doğal ortamda avlanmış deniz balığı mı tercih edilmeli? Aslında önce deniz ve çiftlik balıkları arasında ne farklar var bunu bilmeli. Her iki balığın da kendine göre farkları bulunuyor.

Çiftlik balığı kültür balığı ismiyle de tanınır. Deniz balığının diğer adı doğal balıktır. Kültür balığı kendine ayrılan kısıtlı bir alanda yaşar. Doğadaki balık ise, suyun her alanını kullanır. Bu sebepten dolayı, çiftlik balığı, doğadaki balığa oranla daha hızlı gelişir ve daha yağlı olur.

Deniz balıkları, doğal ortamda bulunan ve doğal besinler tüketen balıklar olup olta veya ağ ile yakalanırlar. Deniz balığı çiftlik balığına nazaran 2-3 kat daha pahalıdır. Fiyat farklılıkları olmasının nedeni; doğal ortamdan avlanan balıkların mevsimsel etkileri ve av yasakları dolayısıyla her mevsim bulunamaması.

Çiftlik balıkları, denizler içerisindeki kafeslerde veya kıyı şeritlerinde toprağın kazılması ile oluşturulmuş havuzlarda yetiştirilen, hazır yemler veya canlı yemlerle yetiştirilen balıklar.

Çiftlik ve deniz balıkları arasındaki renk farkları

Deniz balıkları doğal ürünlerle beslendiklerinden dolayı daha parlak, koyu renkli olurlar ve daha sıkı olup pulları daha iridir. Çiftlik balıklarının renkleri ise daha farklı olup açıktır. Belirlenmiş olan sınırlı bir alanda yetiştirilmesinden dolayı çiftlik balıklarının hareketleri kısıtlı kalmaktadır. Yerin dar olması balıkların yüzerken sürekli birbirine sürtünmesine sebep olur. Hal böyle olunca çiftlik balıklarının kafalarında ve karınlarında kızılığa rastlanabilir. Pulları da daha küçük olur.

Çiftlik ve deniz balıkları arasındaki koku farkları

Deniz balıkları yosun ve iyot karışımı olan bir kokuya sahip olur. Buna karşılık beslenme şekillerine ve yaşadıkları suya bağlı olarak çiftlik balıklarının kokusu deniz kokusundan farklıdır. Deniz kokusu olarak belirtilen yosun kokusu deniz balıklarında hissedilebilir. Çiftlik balıklarında ise bu yosun kokusu çok fazla hissedilemeyebilir. Daha çok yemlerine katılan yağ içeriğinden kaynaklı olarak daha yağsı kokular hissedebilmek söz konusudur.

Hangisi daha lezzetli?

Çiftlik balıkları insanlar tarafından hazırlanan ve formülasyonları belirli olan, daha çabuk gelişebilmeleri için doğada yetişen balıkların besin gruplarına nispeten daha yüksek enerjili yemlerle beslenmekte. Kaliteli yemle beslenen çiftlik balıkları doğal yaşamdakine nazaran daha lezzetli de olabiliyor. Denizdeki balıklar ise denizde ne bulurlarsa onu yiyebiliyor, kimi zaman istediği besini bulamayabiliyor ve kimi zaman çok az beslenmek durumunda kalabiliyor. Buna karşılık doğal ortamda yaşayan ve buralardan avlanan balıklar, yemlerini oluşturan kabuklular, çeşitli planktonik organizmalar gibi besin kaynaklarındaki çeşitlilikten faydalanabiliyor. Bu nedenle etlerinde suni besin içeriğine pek rastlanmıyor. Bu da omega-3 zenginliğine sahip olmalarını sağlayabiliyor.

Çiftlik balıklarında kullanılan yemlerin içeriğinde %50 den fazla hamsi ve benzeri balıkların unu bulunuyor. %10 un üzerinde de balık yağı bulunmakta. Toplam protein oranı %50'nin üzerinde. Yem içerisinde omega-3 yağ asidi, B ve D vitamini, kalsiyum, fosfor ve iyot içeren besinler bulunması kimi zaman çiftlik balıklarının doğadaki balıklara nazaran daha avantajlı olmasını sağlayabiliyor. Diğer taraftan deniz balığının bulunduğu bölgedeki besin çeşitliliğine göre deniz balığı da omega-3 yağ asitleri bakımından çok daha avantajlı olabiliyor.

Balığın lezzeti

Balığın yağlı olması lezzeti açısından önemli. Kaliteli yemle beslenen çiftlik balıkları doğal yaşamdaki balıklara kıyasla çok daha lezzetli olabiliyor. Ancak bu durum balıkçılar ve üreticiler için kimi zaman olumsuz bir durum olabiliyor. Bunun sebebi, bazı cinslerde deniz balığına nazaran balığın yağlı olması raf ömrünün kısa olmasına sebep olabiliyor.

Doğadaki balıklar çiftlik balıklarına oranla çok daha hareketli oluyor. Bu durum hem besin bulabilmek için

devamlı hareket halinde olması hem de denizdeki diğer balıklara yem olmamak için sürekli deniz içerisinde dolaşmasından kaynaklanıyor. Bu hareketlilik balığın yağ seviyesinin düşük olmasını daha az yağ içeren bir yapıda olmasını ve daha kaslı olmalarını sağlıyor. Çiftlik balığı ise kendine ayrılmış alanda bulunmakla birlikte, yem için ayrı bir efor sarf etmemeleri ve yağ seviyesini artıran yemlerle beslendiklerinden daha yağlı olabiliyor. Çiftlik balıklarındaki kas dokusu daha fazla yağ içeriyor ve daha gevşek bir yapıya sahip oldukları görülüyor.

Çiftlik balıkları her mevsimde bulunabilir

Soğuk havalar geldiğinde deniz balıkları açıklara ve çok daha derinlere gittiği için çipura ve levrek gibi balıkları kış şartlarında avlamak zorlaşacağından tezgahlara gelişi de zor olabiliyor. Çiftlik balıklarının ise şöyle bir avantajı var; yılın her mevsimi ve her günü aynı tazelikte tezgahlarda bulabilmek mümkün. Av yasağı dönemlerinde denizden avlanmış balıklar tezgahlarda daha az bulunurken, çiftlik balıkları 12 ay boyunca satışa sunulabiliyor.

