



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HANGİ MEVSİMDE HANGİ BALIK?

Palamut:

Uskumru, torik ve orkinosu içeren bir familyadan olan palamut tam da içinde bulunduğumuz ayda giderek yağlanmaya ve daha lezzetli bir hal almaya başlar. Palamut çeşitleri bütün denizlerimizde görülmekle birlikte en lezzetlileri Karadeniz ve Marmara'da avlanan tipleridir. Palamut avı ağustos ayında başlar. Önce Karadeniz'den sürüler halinde vanoz ve çingene palamutu, eylülde itibaren de palamut gelmeye başlar. En lezzetli zamanı da eylül başından şubat ortalarına kadar olan zamandır.

Lüfer:

Akdeniz, Karadeniz, Marmara, Hint Okyanusu ve Atlas Okyanusu'nda sürüler halinde dolaşan lüfer, pullu bir göçmen balıktır. Soğuk denizlerde yaşayanları daha yağlı olduğundan daha da lezzetli olur. Ülkemizde Karadeniz'de ve İstanbul Boğazı ile Marmara Denizi'nde yakalananların tadına doyum olmaz. Hırçın bir balıktır ve balık meraklılarının tutarken en çok keyif aldıkları türlerdendir. Küçükten büyüğe doğru çinekop, sarıkanat, lüfer, kaba lüfer ve kofana adlarını alır. Ekim ayı tutmak ve yemek için en ideal aydır.

İstavrit:

İstavrit, Marmara ve Boğaz'da balık avlamaya başlayanların ilk tanıştıkları balıktır. Ağız öne uzayabilen, dişleri ince, gözleri iri, kuyruğu derin çatallı ve vücudu iğ biçiminde olan göçmen bir balıktır. Marmara, Ege ve Karadeniz'de yaşayan yerli türleri de vardır, istavritler sonbaharda Marmara'ya iner, mayıs'tan itibaren de Karadeniz'e geri dönmeye başlarlar. Her mevsimde yakalanan istavritin en lezzetli olduğu zaman kasım ile şubat ayları arasındadır.

Hamsi:

Ülkemizde en çok Marmara ve Karadeniz hamsisi olarak iki çeşidi görülür. Nisan sonunda kuzeye göç eden hamsi, Kuzeybatı Karadeniz'de ürer. Soğuk aylarda ise kasımdan şubata kadar Trakya kıyılarına ve Marmara'ya göç eder. Nisan ayında da yumurtlamak üzere Karadeniz'e çıkar. Hamsi esas lezzetini deniz yeterince soğuduktan ve yağlandıktan sonra aldığı için ideal tüketim mevsimi aralık ayından şubat sonuna kadardır.

İzmarit:

Ağız körüklü, gözleri iri, sırt-göğüs ve anüs yüzgeçleri sert diken ışınlı bir balıktır, izmarit; midye, deniz solucanı ve balık yumurtaları ile beslenen bir dip balığıdır. Eti beyaz ve son derece lezzetlidir. Mayıs ayından temmuza kadar tutulabilir.

Kalkan:

Karadeniz'in ünlü balığıdır. Kalkan Karadeniz içinde, kışın kuzeyden güneye göç eder. Her mevsim avlanan kalkan bütün sene boyunca yenilebilir. En lezzetli zamanı Ocak sonundan Mart ortalarına kadardır.

Sardalya:

Hamsinin yakın akrabası sardalya, sürüler halinde yaşar ve kıyılar boyunca göç eder. Kurutularak, tuzlanarak hatta balıkyağı ve balık unu elde etmekte kullanılır. Sardalya adı konserve işleminden dolayı konserve ile özdeşleşmiştir. Hatta ringa konservesine de aynı ad verilir. En lezzetli zamanı Temmuz - Ekim aylarıdır.

Levrek:

Ülkemizde bayağı levrek ve benekli levrek olmak üzere iki tipi mevcuttur. Sırtlarındaki çok sayıda benek ile ayrılırlar. Benekli levrek Güney Ege ve Akdeniz'de, bayağı levrek ise bütün denizlerimizde görülür. En güzel mevsimi kış ayları ve ilkbaharın başıdır.

Kefal:

Yaz ayları dışında lezzetli olan, pullu ve göçmen olmayan bir balıktır. Bütün denizlerimizde yetişir. Sonbahar, kış ve ilkbaharda çok lezzetlidir. Kefal kirli ve bulanık suları çok sevdiği için, alınırken dikkat edilmelidir.

Mezgit:

Tavuk balığı olarak da bilinen mezgit bütün denizlerimizde bulunmakla beraber en çok Karadeniz'de bulunur. Yaz hariç devamlı yumurtalı durumdadır. Mezgitin yumurtalı tavası, domatesli sotesi güzel olur. Şubat ayı en uygun mevsimdir.

Uskumru:

Sürüler halinde dolaşan göçmen bir balıktır. Denizlerimizde 30 cm civarında olan uskumru Kuzey Denizi'nde 50 cm'ye kadar büyür. Yaz aylarını Karadeniz'de geçiren uskumru, eylül ve ekim aylarında Marmara'ya iner ve kış burada geçirip yumurtlar. Mart ile Haziran aylarında da Karadeniz'e döner. En lezzetli olduğu dönem eylül

ayından, yumurtlamaya başladığı ocak ayı sonuna kadardır.

Kırlangıç:

Bütün denizlerimizde bulunan kırlangıcın özellikle çorbası çok lezzetli olur. Haşlanmış kırlangıcın ayıklanmış etleri mayonezli veya zeytinyağı limon sıkarak soğuk olarak da yenilebilir. Genellikle Ege ve Akdeniz'de bulunur. Yerli bir balık türü olan barbunya, sıcak ve ılık denizlerin kıyıya yakın olan kumlu ve çamurlu diplerinde, az olmakla beraber kayalık yerlerde yaşar. Çok lezzetli olan bu balığın en ideal tüketim zamanı temmuz ile ekim ayları arasındır.

Çipura:

Ege'nin meşhur yerli balığı olan ve küçük sürüler halinde gezen çipura, son yıllarda çiftliklerde de üretilmeye başlandı. Atlas Okyanusu, Kuzeybatı Karadeniz, Ege ve Akdeniz'de bulunan çipura, her mevsim yenilebilir, ideal avlanma ve tüketme mevsimi ise ağustos ayıdır.

Karagöz:

Çipuranın yakın akrabası olan karagözün, baltabaş, sivrigaga, sargos ve mırmır gibi çeşitleri vardır. Kışın derin sulara çekilen Karagöz, Mayıs - Temmuz ayları haricinde daha yağlı ve lezzetlidir.