



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUTFAKLARIN GÖZDESİ KALKAN

THY Skylife

Karadeniz kökenli kalkan balığı tartışmasız İstanbul mutfağının en gözde balığıdır. Balıkların ihtiyaç duyduğu gıda bakımından balıklar için cennet sayılan Karadeniz'de yetişen kalkan balığı dünyanın diğer bölgelerindeki kalkan balığı ile karşılaştırmak mümkün değil.

Yoğun bir inanişaya göre kalkan balığının erkek olanın daha lezzetli olduğu söylenir. Aslına bakılırsa durum gerçeği yansıtmıyor. Kalkan balığının dişisi erkeğe göre daha büyük ölçülere ulaşır. Dişi kalkan balığının erkeğine göre yağ oranındaki yükseklik daha lezzetli olmasının ana nedenidir.
