



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

LEVREK

Bölgesi: Ege, Akdeniz, Karadeniz

Türleri: Bayağı Levrek, Benekli Levrek

Özellikleri: İri pullu, vücudu iç biçiminde, yandan hafif basık, yanları beyaz, alt bölümü gümüşü, ali yüzgeci sarımsı

Büyükük: 20 - 60 cm

Yemek Önerisi: Her mevsim Izgara, buğulama, kağıt kebab, fırında, tuzda.

Beyaz etli, pullu bir balık olan levreğin bazen boyu 1 metreye, ağırlığı 15 kiloya yaklaşır. Derin yerlerde yasar. Eti yağsız ve lezzetlidir. İri kılçıklı ve bol etlidir. Yüzgeçleri dikenli pulları pütürlü, dös yüzgeçleri, göğüs yüzgeçlerine göre diktir. Tatlı su balıklarından "Sazan" bir levrek türüdür. Kaim kemikli olduğundan bol etlidir. Kış ve ilkbahar aylarında yağlanır ve lezzetlenir. Her pişirme yöntemiyle yapılabilir. Yaz aylarında zayıftır.
