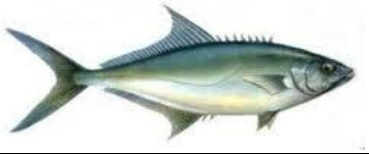
BALIĞIMIZI NASIL PİŞİRELİM

Balıkçıdan balık aldık ama nasıl pişireceğimize bir türlü karar veremedik. Ya da fırında pişirmek için balık almak istiyoruz ama ne alacağımızı bilemiyoruz. İşte tam bu noktada aşağıdaki tablomuz karar vermenizde yardımcı olacak.

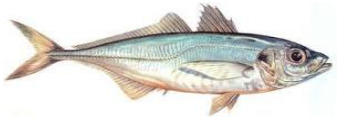
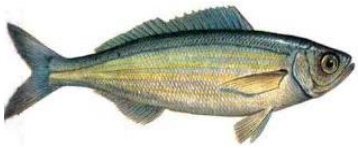
Yemek Kulübüm
www.yemekkulubum.com

Balıkları Tanıyalım
Hangi Balık Nasıl Pişirilir?

Balık	Resim	Yaşam Alanı	Avlanma Boyu	Pişirme Yöntemi
Akya		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 30 cm.	Izgara, tava, yahni, çorba,
Barbunya		Akdeniz, Ege	En az 13 cm	Izgara, tava, kağıt kebap
Çipura		Akdeniz-Ege	En az 20 cm.	Izgara, fırın
Dil Balığı		Akdeniz-Ege	-	Tava, ızgara, fırın
Dülger (Peygamber Balığı)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	-	Izgara, fırın, sos eşliğinde tava
Fener Balığı		Akdeniz, Ege, Marmara	En az 30 cm	Izgara, tava, şiş, buğulama
Gelincik Balığı		Akdeniz, Ege, Karadeniz	Ez az 15 cm	Haşlama, fırın
Hamsi		Marmara, Karadeniz	En az 9 cm.	Tava, buğulama, ızgara (hamsiden her şey yapılabilir)

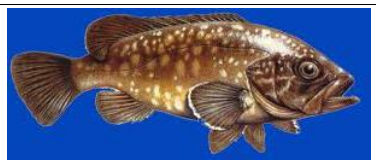
Tüm hakları saklıdır ©yemekkulubum.com
www.yemekkulubum.com sitesinde yer alan bilgiler, resimler, tablolar ve dökümanlar yazılı izin alınmadan kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve başka bir yerde yayınlanamaz.

www.facebook.com/yemekkulubum www.instagram.com/yemekkulubum www.google.com/+Yemekkulubumm
www.twitter.com/yemekkulubum www.pinterest.com/yemekkulubum

Iskarmoz (Barakuda)		Akdeniz, Ege	-	Fırın, tuzlama
İskorpit		Karadeniz	-	Çorba, yahni, buğulama, pilaki, yahni
İstavrit		Marmara, Karadeniz	En az 13 cm.	Izgara, tava
İzmarit (Pabuç)		Ege, Marmara	-	Tava, ızgara,
Kalkan		Ege, Marmara, Karadeniz	En az 40 cm.	Tava, buğulama (erkek kalkan daha lezzetli olur)
Kolyoz		Akdeniz, Ege, Karadeniz	En az 18 cm.	Izgara, tava, tuzlama, kurutulmuş
Karagöz (Karakulak, Kaçıkorya)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 18 cm.	Izgara, tava, fırın, buğulama
Kefal (Topbaş, Koklan)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 20 cm.	Tava, fırın, tütsü, haşlama
Kılıç Balığı		Akdeniz, Ege, Marmara	En az 125 cm.	Izgara, şiş, fırın
Kupes		Akdeniz, Karadeniz	-	Izgara, tava
Lahoz (Lagos, Kum Gridası)		Akdeniz, Ege	En az 45 cm.	Izgara (şiş, fleto), çorba, buğulama, fırın, haşlama

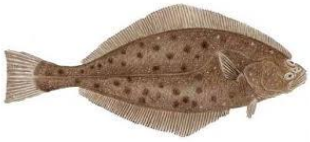
Tüm hakları saklıdır ©yemekkulubum.com
www.yemekkulubum.com sitesinde yer alan bilgiler, resimler, tablolar ve dökümanlar yazılı izin alınmadan kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve başka bir yerde yayınlanamaz.

www.facebook.com/yemekkulubum www.instagram.com/yemekkulubum www.google.com/+Yemekkulubumm
www.twitter.com/yemekkulubum www.pinterest.com/yemekkulubum

Levrek		Akdeniz, Ege, Karadeniz	En az 18 cm.	Izgara, fırın,
Lipsoz		Ege, Marmara	En az 15 cm.	Çorba, buğulama, pilaki, yahni
Lüfer (Defne Yaprağı)		Kuzey Ege, Marmara, Güney Karadeniz	En az 20 cm.	Izgara, fırın, tava, çorba
Mercan		Akdeniz, Ege	En az 18 cm.	Izgara, tava, fırın, haşlama
Mercan Fangri		Akdeniz, Güney Ege	En az 24 cm	Izgara, tava, şiş, haşlama, fırın, buğulama
Mezgit Karadeniz		Karadeniz	En az 13 cm.	Buğulama, haşlama, tava, çorba
Mırlan (Berlam, Marmara mezgit)		Ege, Marmara	En az 25 cm.	Buğulama, haşlama, tava, çorba
Mırmır		Akdeniz, Ege	-	Izgara, buğulama
Minekop (Karakulak, Kötek)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 25 cm.	Izgara, tava, haşlama
Orfoz		Akdeniz, Ege	En az 45 cm.	Tava, ızgara, çorba, buğulama
Orkinos (Ton Balığı)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 30 kg.	Izgara, tava, fırın, haşlama, buğulama, füme, konserve, çiğ (sushi ve sashimi yapılır)

Tüm hakları saklıdır ©yemekkulubum.com
www.yemekkulubum.com sitesinde yer alan bilgiler, resimler, tablolar ve dökümanlar yazılı izin alınmadan kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve başka bir yerde yayınlanamaz.

www.facebook.com/yemekkulubum www.instagram.com/yemekkulubum www.google.com/+Yemekkulubumm
www.twitter.com/yemekkulubum www.pinterest.com/yemekkulubum

Palamut		Ege, Marmara, Karadeniz	-	Tava, haşlama, buğulama, pilaki, ızgara, çorba.
Pisi Balığı		Ege, Marmara, Karadeniz	En az 22 cm.	Tava, buğulama, ızgara (erkek kalkan daha lezzetli olur)
Sardalya		Marmara, Karadeniz	En az 11 cm.	Izgara, salamura, tuzlama, buğulam
Sarıkuyruk		Akdeniz, Ege	En az 30 cm.	Izgara, şiş
Sinarit		Akdeniz, Ege	En az 20 cm.	Izgara, tava, haşlama, fırın, tuzlama
Tekir		Akdeniz, Ege, Marmara,	En az 11 cm.	Tava, ızgara, çorba, fırın
Tirsi		Ege, Marmara, Karadeniz	-	Tuzlama, tütsü, fırın
Tombik (Uskumru Orkinosu)		Ege, Marmara, Karadeniz	-	Izgara, tava, fırın, haşlama, buğulama, füme, konserve,
Uskumru (Çiroz)		Akdeniz, Ege, Marmara, Karadeniz	En az 20 cm.	Izgara, tava, buğulama, çiroz.
Zargana (Sargan, Deniz Çulluğu, İğne Balığı)		Akdeniz, Ege	-	Izgara, tava, çorba,

Yemek Kulübüm.com Tablo 4-08 : Balıkları Tanıyalım – Hangi Balık Nasıl Pişirilir?

Tüm hakları saklıdır ©yemekkulubum.com
www.yemekkulubum.com sitesinde yer alan bilgiler, resimler, tablolar ve dökümanlar yazılı izin alınmadan kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve başka bir yerde yayınlanamaz.

www.facebook.com/yemekkulubum www.instagram.com/yemekkulubum www.google.com/+Yemekkulubumm
www.twitter.com/yemekkulubum www.pinterest.com/yemekkulubum