

	Heiti	Gerð fisks
	<p>Heill fiskur (e. Whole fish)</p> <p>Fiskur aðeins blóðgaður, slægður og þveginn.</p> <p>Ýmsar eldunaðferðir.</p>	<p>Allar stærðir/gerðir á flötum eða sívölum fisk.</p> <p>Dæmi um tegund: Bleikja, silungur, makrill, síld og koli.</p>
	<p>Flök (e. Fillets)</p> <p>Algengasta form á skurði á fisk hvort heldur hann er með sívalan eða flatan bol. Í stærri fiskum er þykkasti hluti flaka skorinn í bita með eða án beina.</p>	<p>Allir sívalir og flatir fiskar.</p> <p>Dæmi um tegund: Allar tegundir nema kannski skata.</p>
	<p>Samflök (e. Butterfly fillets)</p> <p>Tilvalið að nota smærri fiska. Flökin hanga saman á kvið eða hrygg. Hryggur, stærri bein og haus fjarlægður.</p> <p>Tilvalið til að setja fyllingu í og loka aftur.</p>	<p>Smærri sívalir fiskar.</p> <p>Dæmi um tegund: Síld, loðna, makrill, bleikja, silungur og koli.</p>
	<p>Samflök með haus (e. Canoe Fillets)</p> <p>Heill sívalur fiskur flakaður í samflök, hangir saman á kvið, haus látinn vera á. Tilvalinn til fyllingar.</p>	<p>Dæmi um tegund: Síld, loðna, makrill, bleikja, silungur og koli.</p>
	<p>Fjórðungsskorin flök (e. Quarter-cut Fillets)</p> <p>Flökum skipt í tvo hluta, þvert á fisk ef um sívalan fisk er að ræða en eftir miðlínu á flötum fiski.</p>	<p>Úr litlum og meðalstórum fiskflökum.</p> <p>Dæmi um tegund: Þorskur, bleikja, koli og lúða.</p>
	<p>Fiskur skorin í vasa (e. Pocketed Fish)</p> <p>Fiskur hauseður og slógdreginn, flakaður þannig að ekki er skorið út úr flaki, bein tekin innanfrá. Fiskur síðan fylltur, bakaður eða steiktur.</p>	<p>Úr hæfilega stórum flatfiskum.</p> <p>Dæmi um tegund: Koli, lúða og flúra.</p>
	<p>Þverskorinn flatfiskur (e. Steaks Tronçons)</p> <p>Flatur fiskur, með beini og roði, þverskorinn í hæfilegar þykkir.</p>	<p>Dæmi um tegund: Grálúða, lúða.</p>
	<p>Þverskorinn fiskur (sívalur) (e. Steaks, Darnes)</p> <p>Sívalur fiskur, með beini og roði, þverskorinn í hæfilegar þykkir.</p>	<p>Dæmi um tegund: Lax, þorskur, ýsa og ufsi.</p>
	<p>Fiskhnakki (e. Loins)</p> <p>Þykkasti og fremsti hluti flaksins.</p>	<p>Stærri sívalir fiskar.</p> <p>Dæmi um tegund: Þorskur, ýsa, ufsi, túnfiskur.</p>
	<p>Beinlausar steikur (e. Suprêmes)</p> <p>Beinlausir og stundum roðlausir þverskornir bitar úr þykkasta hluta flaka eða hnakka.</p>	<p>Stærri fiskar sívalir eða flatir.</p> <p>Dæmi um tegund: Lax, þorskur, lúða, túnfiskur.</p>
	<p>Sporðstykki (e. Escalopes)</p> <p>Þverskornar sneiðar úr beinlausum sporðstykjum.</p>	<p>Flök, sporðstykki úr fremur stórum fiskum.</p> <p>Dæmi um tegund: Lax, þorskur, lúða.</p>
	<p>Hreinsaður fiskur (e. Pan dressed fish)</p> <p>Heill fiskur án hauss, sporðs og tálkna. Blóðgaður, slægður, þveginn og afhreistraður. Ýmsar eldunaraðferðir.</p>	<p>Allar stærðir/gerðir á flötum eða sívölum fisk.</p> <p>Dæmi um tegund: Bleikja, silungur, makrill, síld og koli.</p>