







Ψάρια των Ελληνικών Θαλασσών



παλαμίδα



σκουμπρί



γοφάρι



βλάχος



γλώσσα



μπακαλιάρος



κέφαλος



μουρμούρα



γαλέος



καρχαρίας



σαλάχι



ιππόκαμπος



σκορπίνα



δράκαινα



χέλι



σμέρνα

FISH OF GREECE



Κατανάλωση 2 με 3 φορές την εβδομάδα



γαύρος



πέστροφα



πέρκα



σκουμπρί



μπακαλιάρος



Τσιπούρα



σκόρπαινα



γαρίδα



αστακός



χτένια



στρείδια



ρέγγα



ποταμίσια πέστροφα



Καβούρια



μπαρμπούνη



σκουμπρί



καλαμάρι



σολομός



Τιλάπια



σαρδέλα