

# ARRAIN SAINTSUAK ETA GIARTSUAK

Arrain kontua erabiltean, sarri egiten dira onelako itaunak: Zein da egoskorrago, erre-zago dijereduten dana, bei okela ala arraiñaren aragia?

Onetan egin diran ikasketak ondoren edo erakutsi au emon han dabe:

Arrain zuri edo giartsua, ordu bi ingu da.

Arrain urdin edo koipetsua, iru ordutik laura. Eta bei okela lautik bostera.

Jakiña, neurriz eta gizon lez janda.

Astakeriak egin ezkeru, norberak artu bear ostikadak, urdailleko min, naigabe, pixu, aize eta astuntasunekin.

Zein dan arraiñik koipetsuena?

Onetan aituak aingira agertzen dabe, erderazko anguila, martina. Angulakia da. Euneko 28. Ordez itxas-aingirak, kongrio familikoak, ega luze edo atun zuriaren antzera, euneko sei inguruan ibiltzen dira. Bardintsu salmoneteak.

Eta len esan dogun aingira motak, gorabera andia eukiten dabe euren saiñetan. Ugaritze edo sortzerako aldietan, euneko iruraino beratzen jakoe.

Bardintsu gertaten da izokinagaz (salmoiagaz). Euneko amabi inguruan ibiltzen da.

Izokina (salmoia) iru alditan bereiztuten da. Izokin kumea, edo gaztea. Izokin semea, ala daitzen jako andiari. Eta izokin izokia, au da, etzaldea egin ondorengoa. Azken au

bere koipetan euneko bateraño beratzen da etzalde ondoren.

Ega-labur (zimarroia), berdel, sardiña, antxoa, akula eta abar, euneko amar-amabi bitartean ibiltzen dira auren aldi onean. Alaz eta euneko bostera be beratzen diran denporak eukiten ditue.

Arenkea, euneko zortzitik ogeira bitartean ibiltzen da.

Gure atuna, ega-luzea, albakora, euneko sei inguruan ibiltzen da.

Oillarra, lenguadua, platusa, barbu eta antzekoak ez dira euneko bitik goratzen.

Aitzarrain edo kabrak, 1,50% inguruan. Itxas sapuak koipe gitxi eukiten dau, 0,1 tik % l'ra bitartean.

Abadixo eta makallau freskuak, % 0,5.

Lebatzak % 0,3.

Ez dakit nundik atarata, baiña Buska Isusi'ri itzaldi baten entzun neutsan, kolesterola sortzen dana arrain bakarra, kabratxoa dala.

Eta euskaldunok ain maite dogun besigua?

Saintsu edo giartsua, edo ta urdin eta zuri artean, bien bitartean sartzen da besigua. % Bitik bostera bitartean ibiltzen da. Neguan saintsuago, koipetsuago; udabarrian giartsuago. Origaitik esaten da besigua neguan arranbarrilan (parrillan) erreta gertu bear dala eta udabarrian brixiduta.

Agustin Zubikarai

## GURE LUR

*Billa nabil lurrean,  
erlea ez tigan lez  
lot-at-en gaiñean.  
Gizadia zabal da,  
baiña Euzkadi nai dot  
egizko oiñean.*

*Nire euzko odola  
ez da gururrezkoa...*

*ain zara maitea...!  
Zure sorrera, nun, dan..  
arkaitz garbi artean  
dozu itz betea.*

*Zelan eratu ziñan  
enda ur gardenetan  
nortasun garbian...?  
Mendi ta ar-tzuloak*

*eztia al erien  
Aitorren lurrean?*

*Norizuzendu zinduzan  
giza bizitza sortzen  
bas-idi artean...?  
Nor ebillen izketan  
euskal gizonak sortzen  
mintzaira gurean...?*

*A in maitagarria zan  
bakardade aretan  
bizi egarria...!  
Euzkadi agertu zan  
beren eskubidetan,  
lur arrigarria.*

PAULIN