

EĞİRDİR GÖLÜ'NDE YAŞAYAN SUDAK (*Stizostedion lucioperca*) BALIKLARININ n-3 YAĞ ASİTLERİ ORANI VE SAĞLIK ÜZERİNE ETKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

The Ratio of n-3 Fatty Acids of Pikeperch lived in Lake Eğirdir and evaluation of its Health Effects

Kazım UYSAL*
M. Yaşar AKSOYLAR**

ÖZET

Eğirdir Gölü'nde yaşayan sudak balıklarının kas ve karaciğer lipitlerinin yıllık ortalama total lipit, total yağ asidi ve yağ asidi oranları tespit edilmiştir. n-3 yağ asitleri oranı ile ilgili olarak da kas ve karaciğer lipit kalitesi değerlendirilmiştir. Total lipit içeriği erkeklerin kas dokusunda % 0.61, dişilerin kas dokusunda %0.56, erkeklerin karaciğerinde %5.71, dişilerin karaciğerinde %5.14 bulunmuştur. Her iki eşyede de total lipit içeriğinin yarısından fazlasını total yağ asitleri oluşturmuştur. Doymuş yağ asitlerinden(SFA) palmitik asit, tek çift bağlı doymamış yağ asitlerinden(MUFA) oleik asit, çok doymamış yağ asitlerinden (PUFA) dokosaheksaenoik (22:6n-3), ökosapentaenoik (20:5n-3) ve arachidonik (20:4n-6) asitler en çok bulunan yağ asitleridir. n-3 yağ asitleri oranı erkeklerin kas dokusunda %15.52, karaciğerinde %12.02, dişilerin kas dokusunda %16.71, karaciğerinde %11.26 bulunmuştur. Total lipit içeriği çok düşük olmasına rağmen n-3/n-6 oranı nisbeten yüksek olduğundan sudak balıkları sürekli tüketim alışkanlığı olanlar için bir n-3 yağ asidi kaynağı olabilir.

ABSTRACT

The annual averages of total lipid, total fatty acid and the ratios of fatty acids in muscle and liver lipids of pikeperch from Lake Eğirdir were determined. The quality of muscle and liver lipids with respect to the ratio of n-3 fatty acids was evaluated. Total lipid content was found 0.61% in male muscle, 0.56% in female muscle, 5.71% in male liver and 5.14% in female liver. Total fatty acids composed of more than half of total lipid in muscle and liver in both sexes. Palmitic acid (16:0) in saturated fatty acids (SFA), oleic acid(18:1) in monounsaturated fatty acids(MUFA), docosahexaenoic(22:6n-3), eicosapentaenoic(20:5n-3) and arachidonic(20:4n-6) acids in polyunsaturated fatty acids(PUFA) were predominant. The n-3 fatty acids ratios were found 15.52% in male muscle, 16.71% in female muscle, 12.02% in male liver and 11.26% in female liver. Although total lipid content is very low, pikeperch may be a source of n-3 fatty acids for the people who have constantly consumption habits because the ratio of n-3/n-6 is relatively high.

Anahtar kelimeler: Sudak, Yağ Asidi Bileşimi, n-3 yağ asitleri, Kas, Karaciğer
Key words: Pikeperch, fatty Acid Composition, n-3 fatty acids, Muscle, Liver