דגים מתחלקים לשניים:

1. דגי ים החיים במים מלוחים

2. דגי נהרות,ימות ובריכות (מים מתוקים).

טעמם של אלה שונה משל האחרים. קיימים סוגי דגים אשר חיים גם בים וגם במים מתוקים.

סימני ההיכר לדגים טריים:

1. עיניים מבריקות ובולטות
2. זימים סגורים היטב ואדומים
3. קשקשים צמודים בחוזקה לעור
4. ריח אופייני לדגים
5. בלחיצת אצבע לא נשאר סימן על הבשר

שיטות לבישול הדגים:

1. בישול בציר דגים

ריכוך החומר במי מלח או בציר דגים כאשר חשוב להתאים את ציר הדגים לאופי הדג על מנת לא לאבד מטעמו האופייני. 1. מבשלים את ציר הדגים במשך 30 דקות ומכניסים את הדגים. 2. מקטינים את הלהבה ומבשלים בישול איטי במשך 20-10 דקות לפי גודל הדג.

2. בישול כחול

בבישול כחול חשוב שהדג יהיה בעל שכבה חיצונית רירית לא פגומה. 1. דג טרי בהחלט. 2. אסור להוריד את הסנפירים.
3. זמן קצר לפני הבישול יוצקים על הדג חומץ מהול במים ומבשלים בציר דגים (ראה בישול בציר דגים).

4. מכניסים למים חמים אך לא רותחים על מנת למנוע את התבקעות העור.

3. בישול איטי מתחת לנקודת הרתיחה

שיטת בישול זו מתאימה לדגים קטנים או לפילה ומנות של כל דג אחר. 1. משמנים תבנית, מניחים בה את הדג ומתבלים(מלח, פלפל, מיץ לימון, יין לבן).

2. מוסיפים נוזל דגים כ 1/3 מגובה הדגים, מכסים בנייר פרגמנט ומכניסים לתנור בחום בינוני או מבשלים על להבה קטנה (במקרה זה מכסים את הסיר),מרככים את התבשיל מבלי להרתיח.

4. מזוגג

מכינים כמו Pocher ומשלימים על ידי כך שמערבבים 2/3 רוטב יין לבן עם רוטב הולנדי(Hollandaiz) . יוצקים זאת על הדג ומקרימים בסלמנדר או בתנור כאשר החום העליון גבוה מהתחתון.

5. צלוי (אפוי)

שיטת ריכוך זו מתאימה לדגים שמנים (דג רזה יש לשבץ בשומן). 1. מאדים בצל חתוך או תערובת של ירקות שורש. 2. מתבלים דגים שלמים או כשהם חתוכים למנות, מניחים אותם על הירקות, יוצקים מעט שמן או שומן ומכניסים לתנור.

3. אופים בתנור עד שהדגים משחימים(מדי פעם ליצוק מהנוזל שנוצר על הדגים).

4. מוסיפים נוזל (נוזל דגים,יין לבן) לפי המתכון ואופים עד שהדגים מוכנים.

6. מטוגן במחבת

לשיטה זו מתאימים דגים קטנים שלמים או נתחידגים או פילה. 1. מתבלים את הדגים זמן מה לפני הטיגון. 2. מחממים שמן במחבת.

3. מייבשים טוב את הדגים, מקמחים ומטגנים בשמן עד להזהבה.

יש אפשרות גם להעביר את הדגים במהלך הטיגון למחבת עם חמאה מותכת ולהשלים את הטיגון בחמאה.

7. צלוי על האש

אופן ההכנה הוא דומה לשיטה הטיגון רק שבשיטה זו קולים את הדגים על גחלים או על מכשיר גריל.