**Štika s hráškovým pyré**

Jestli existuje ryba, která si zaslouží více pozornosti, tak je to jednoznačně mořská štika. Její chutné a pevné maso totiž představuje opravdový poklad. Stejně jako ostatní ryby od Mylord Premium, i mořská štika je ihned po výlovu zamražena přímo na lodi. Tento pečlivý způsob zpracování zaručuje, že si maso zachová nejen dokonalou chuť a texturu, ale i důležité nutriční hodnoty.

Zatímco v letní sezóně můžete štiku nenáročně připravit na grilu, v zimním období ji jednoduše upečete v troubě. Pro inspiraci vám přinášíme recept na štiku s hráškovým pyré, díky kterému si vychutnáte tuto rybu v kombinaci s jemnou a svěží chutí.

**Suroviny:**

600 g mořské štiky Mylord Premium

šťáva z půlky citronu

3 lžíce olivového oleje

1 lžíce nakrájeného rozmarýnu

4 plátky citronu

chilli dle chuti

sůl a pepř

**Na pyré:**

400 g mraženého hrášku

6 lístků máty

100 ml vody

100 ml smetany ke šlehaní

2 lžíce másla

1 menší cibule

**Příprava:**

1. Nejprve rozmrazte, omyjte a vyčistěte ryby.
2. Poté si připravte marinádu. Smíchejte olivový olej, šťávu z půlky citronu, chilli, rozmarýn a sůl. Marinádou potřete štiky ze všech stran a půl hodiny je marinujte. Mezitím si předehřejte troubu na 200 stupňů.
3. Po 30 minutách položte marinované štiky na plech a do každé vložte 2 plátky citronu. Ryby pečte v předehřáté troubě 20-25 minut.
4. Zatímco se štiky pečou, přichystejte si pyré. Na másle zpěňte nakrájenou cibulku, přimíchejte hrášek, listy máty a vše zalijte vodou a smetanou. Následně přiveďte k varu, ochuťte solí a pepřem a povařte pod pokličkou 10 minut.
5. Na závěr dejte všechny suroviny do mixéru a rozmixujte. Pro jemnější konzistenci můžete pyré propasírovat přes síto.

Hotovo a dobrou chuť!

*Připraveno ve spolupráci s [Garden.and.Kitchen](https://www.gardenandkitchen.com/)*