

# Pighvar på ærte-mynte-suppe

Pighvar er bare for lækker! Det er den mest bastante og karakteristiske fisk, man kan få - både i smag og struktur. Den er hulens dyr, men den er også alle pengene værd, når det skal være.

**Mængde:** Til fire personer som forret.

**Tilberedningstid:** 25 minutter.

**Holdbarhed:** To dage i køleskabet

## Du skal bruge

- 200-300 g bælgede ærter, allerhelst friske. Om vinteren er det kun til at få frosne ærter. Men køb de økologiske!
- Vand
- 10-12 mynteblade
- Eventuelt 1-2 spsk ekstra jomfruoliven- eller avocadoolie
- 2 pighvarfileter, delt i 2 på langs
- Cirka 2 dl tør hvidvin
- Hav- eller stensalt
- Friskkværnet sort peber

## Så let er det

Kom ærterne i en gryde med så meget vand, at det lige præcis dækker dem. Bring vandet i kog og lad ærterne simre i 2 minutter, til de lige er møre og varme. Purer ærter, kogevand og mynte i en blender, til du har en fed cremet suppe. Kom eventuelt 1-2 spsk god ekstra jomfruolivenolie i suppen, hvis den skal være ekstra fløjlsblød.

Kom samtidig pighvarstykkerne i en anden lille gryde sammen med hvidvin og salt og peber. Bring hvidvinen i kog, skru ned for varmen og damp pighvarstykkerne i 3-5 minutter, til de lige er møre og faste.

Løft forsigtigt pighvarstykkerne op af gryden, hæld væden i ærtesuppen og blend igen. Lad endelig være med at lave modellen med en blender fyldt med suppe fra nul omdrejninger til mange omdrejninger på ingen tid og deraf følgende ærtesuppe i ansigt og ud over hele køkkenet!

Server den tykke suppe i tallerkener toppet med pighvarstykker.

## Fif

Alternativt kan du bruge slethvar eller hellefisk. De har også masser af karakter og struktur. Eller rødtungefileter.

Hvis der skal noget tilbehør med, så skal det være et godt stykke surdejsbrød.