



Griekse bifteki met fetavulling

en rijst met rode pesto en salade



ca. 25min



2 personen

Verlang jij ook zo naar Griekenland? Dan hebben wij vandaag een culinaire oplossing voor je: rundergehaktballetjes met fetavulling (bifteki) en een salade van komkommer, tomaat en ui met verse dille. Erbij rijst subtiel op smaak gebracht met een pesto van gedroogde tomaten en olijven. Kali orexi!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 10g verse dille
- 100g feta ⁷
- 250g rundergehakt
- 150g basmatirijst
- 1 kuipje rode pesto met olijven
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 minikomkommer
- 1 tomaat

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan met deksel
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 972kcal, vet 55.9g, koolhydraten 75.9g, eiwit 40.5g



1. Ui snijden

Pel en halveer de **ui**. Snijd **1 helft** in dunne reepjes en hak de **andere helft** fijn. Pel en hak de **knoflook** fijn. Hak de **dille incl. steeltjes** fijn.



2. Bifteki maken

Snijd de **feta** in **4 gelijke stukken**. Meng het **gehakt** met de **gehakte ui**, de **knoflook**, de **helft van de dille** en een snuf zout en peper. Verdeel in **4 gelijke porties**. Leg **1 stukje feta** in het midden van elke portie en vouw de **gehaktbal** goed dicht.



3. Bifteki braden

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **bifteki** in ca. 1min rondom goudbruin. Haal uit de pan en zet opzij op een bord. **Let op:** de **bifteki** vallen gemakkelijk uit elkaar.



4. Rijst koken

Voeg de **rijst, rode pesto, Griekse kruidenmix** en 300ml warm water toe aan de pan. Breng het geheel aan de kook en laat afgedekt op laag vuur ca. 10min zachtjes koken tot de **rijst** bijna gaar is.



5. Salade maken

Halveer de **komkommer** in de lengte en snijd in dunne plakjes. Halveer de **tomaat** en snijd in dunne plakjes. Meng de **komkommer** en de **tomaat** met de **uireepjes**, ca. **3/4e van de overgebleven dille**, 1el olijfolie en 1el azijn. Breng de **salade** op smaak met zout en suiker.



6. Serveren

Voeg de **bifteki incl. braadsappen** toe aan de **rijst** en laat afgedekt nog 5-7min sudderen tot alles gaar is. Serveer de **rijst** en de **bifteki** met de **salade**. Garneer met de **overgebleven dille**.