



## Biefburger met blauwe kaassaus

### Informatie

1 persoon  
Bereidingsduur: 15 min  
Hoofdgerecht

### Ingrediënten

- ✓ 100 g rundergehakt of biefstuk tartaar
- ✓ 1 eetl. Kappertjeszoutversgemalen
- ✓ Peper
- ✓ boter en/of olie om te bakken
- ✓ 50 g blauwschimmelkaas (bijvoorbeeld gorgonzola)
- ✓ 2 eetl. crème\_fraîche

### Bereiding

1. Verhit een scheutje olie en/of een klontje boter in de koekenpan. Bak de burger op middelhoog vuur in circa 3 minuten per kant gaar en bruin.
2. Neem uit de pan en laat afgedekt rusten.
3. Giet het braadvet uit de pan.
4. Roer de verkruimelde kaas en de crème fraîche in de koekenpan door elkaar tot de kaas gesmolten is.
5. Breng op smaak met wat peper, roer er het uitgelopen vleesnat van de burger door en schep de saus over de biefburger.
6. Lekker met een knapperige Italiaanse bol of een volkoren broodje en flinke portie sla.

### Voedingswaarde per persoon

Energie: 420 kcal  
Eiwit: 33 gram  
Koolhydraten: 1 gram  
Vet: 32 gram

