

# Biftekia gemista; Griekse gevulde hamburgers

**Biftekia gemista** (spreek uit jeemista) zijn in principe gevulde hamburgers. Door de toevoeging van kaas krijg je een net iets malsere en verrassende burger (al is een traditionele burger zoals de bifteki of de gyros burger ook niet te versmaden).

Meestal worden deze Griekse burgers gevuld met feta maar halloumi kan natuurlijk ook, al blijft deze kaas iets compacter.

Voor 4 personen

Bereidingstijd < 15 minuten

## Ingrediënten

- 400 gram rundergehakt
- 75 gram feta of halloumi
- 1 ui
- 1 ei
- 2 eetlepels gedroogde oregano
- 4 eetlepels fijngesneden verse peterselie
- 1 theelepel zout
- 1/2 theelepel
- peper
- 2 eetlepels olijfolie
- 4 eetlepels paneermeel
- 3 eetlepels bakboter

# Bereiding biftekia gemista

1. Snipper de ui heel fijn en vermeng dit goed met het gehakt, ei, oregano, peper, zout, olijfolie en de verse peterselie.
2. Afhankelijk van het vocht van het gehakt voeg je de paneermeel toe (ik heb 4 eetlepels gebruikt maar het kan goed zijn dat je meer/minder nodig hebt. Belangrijk is dat je balletjes kan maken van het gehakt zonder dat deze uit elkaar vallen).
3. Verdeel het gehakt in 4 porties en rol hier ballen van.
4. Snij de feta blokjes van ongeveer 1x1 cm.
5. Neem een bal gehakt in je hand en druk met je duim in het midden een gat.
6. Doe in dit gat een paar blokjes feta en rol de bal weer dicht.
7. Vervolgens “plet” je de bal tussen je handen tot een wat plattere schijf (niet zo plat als een echte hamburger want er zit tenslotte feta tussen).
8. Verwarm de bakboter in een koekenpan en bak de burgers op laag vuur gaar (dit duurt ongeveer 8 minuten).

Serveer deze biftekia gemista met een frisse [Griekse salade](#) en wellicht ook wat [aardappels uit de oven](#).

Zo heb je een typische Griekse zomerse maaltijd op je bord.