



Beefsteaks met Cranberry-gorgonzola-pepersaus

Ingrediënten voor het deeg : 4 beefsteaks à 180 gram
(voor 4 personen) 80 gram gorgonzola
4 tl groene peper (uit potje)
80 gram gedroogde, hele Cranberries
1 el olie
300 ml rode wijn
maïzena (volg gebruiksaanwijzing)
zout, peper

Bereidingswijze :

1. beefsteaks met zout en peper inwrijven. Olie verhitten, steaks hierin aan beide kanten goed aanbraden
2. steaks uit de pan nemen. Braadvocht met rode wijn afblussen
gorgonzola in kleine stukjes snijden en erdoor roeren
groene peper toevoegen en met een beetje zout en peper op smaak brengen. Steaks weer in de pan doen en bij matige hitte in de saus 6-8 minuten garen
3. steaks uit de pan nemen, maïzena aanmaken en door de saus roeren (zie gebruiksaanwijzing op het pak)
Cranberries toevoegen, verwarmen en nogmaals met zout en peper op smaak brengen

Afwerking : er bij sperziebonen of spinazie, stokbrood of gekookte aardappelen serveren

Bereidingstijd : ca. 15 minuten

Voedingswaarde per portie : energie: 397 kcal/ 1668 kJ
eiwit: 44,4 gram
vet: 18,9 gram
koolhydraten: 11 gram

Bron: Cranberry Marketing Committee