

Rezepte im Riverboat Christian Henzes schnelle Rezepte mit fünf Zutaten

 [mdr.de/riverboat/riverboat-starkoch-christian-henze-hirsetaler-lachstortillas-100.html](https://www.mdr.de/riverboat/riverboat-starkoch-christian-henze-hirsetaler-lachstortillas-100.html)

Christian Henze ist nicht nur ein exzellenter Sternekoch. Er hat auch einfache und schnelle Rezepte für jedermann im Repertoire. 5 Zutaten und wenig Zeit braucht es nur und alle können genießen.

Hirsetaler mit Jalapeño und Schafskäse

Zutaten für 2 Personen 300 g Hirse, gekocht und abgekühlt

100 g Karotte

1-2 Jalapeñoscheiben

1 Ei

50 g Schafskäse

1 EL Tomatenmark

Salz

Schwarzer Pfeffer

1 EL Olivenöl

Zubereitung:

Zubereitungszeit 10 Minuten

Plus 20 Minuten Backzeit

Den Backofen auf 180 °C Ober/Unterhitze vorheizen.

Hirse in eine Schüssel geben. Karotte schälen und grob raspeln. Jalapeños würfeln und mit der Karotte zur Hirse geben. Ei und Tomatenmark mit etwas Salz und Pfeffer hinzufügen und gut vermengen. Schafskäse darüberbröseln und unterheben.

Ein Backblech mit Olivenöl bestreichen. Aus dem Hirseteig mit nassen Händen etwa zehn bis zwölf kleine Taler formen und auf das vorbereitete Backblech legen.

In den vorgeheizten Ofen schieben und 20 Minuten goldbraun backen, dabei nach der Hälfte der Backzeit die Taler einmal wenden.

Herausnehmen, die Hirsetaler auf zwei Teller setzen und servieren.

Lachstortilla mit Käse

Zutaten für 2 Personen 4 festkochende Kartoffeln, gegart

75 g Räucherlachs in Scheiben

4 Eier

50 g Manchego
1 EL Olivenöl
Salz

Zubereitung:

Zubereitungszeit 10 Minuten
Plus ca. 25 Minuten Backzeit
Und ca. 20 Minuten Abkühlzeit

Den Backofen auf 180 °C Ober/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln pellen, grob würfeln, in einer ofenfesten, beschichteten Pfanne im heißen Olivenöl anbraten und mit Salz würzen. Räucherlachs grob zerpfehen und zugeben.

Eier gut verrühren, leicht salzen und über die Kartoffeln gießen. Manchego grob reiben und gleichmäßig darüberstreuen.

Die Pfanne in den vorgeheizten Backofen stellen und die Tortilla etwa 25 Minuten stocken lassen. Herausnehmen, auf einen Teller setzen und erkalten lassen. Die Tortilla in Stücke schneiden.