

Rezept

Şalgam suyu – türkischer Aperitif

Ein Rezept von Şalgam suyu – türkischer Aperitif, am 28.06.2026

Zutaten

500 g violette Möhren	350 g weiß-rote Navetten
1 Handvoll getrocknete Kichererbsen	1 EL Bulgur
1-3 getrocknete Vogelaugenchilis	80 g unraffiniertes Meersalz
200 ml Weißweinessig	

Außerdem:

- 1 Einmalteefilter aus Papier und Küchengarn

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Bügelverschlussglas (5 l) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Haltbarkeit** Haltbarkeit: kühl mind. 3 Monate

Zubereitung

1. Die Möhren mit der Gemüsebürste gründlich schrubben, die Enden abschneiden. Möhren längs vierteln und in 4 cm lange Stücke schneiden. Vorsicht mit den violetten Möhren! Sie färben die Hände beim Schälen und Schneiden, deshalb am besten Einmalhandschuhe tragen.
2. Die Navet-Rübchen gründlich waschen, die Enden abschneiden. Die Rübchen halbieren und in 1 cm breite Scheiben schneiden.
3. Die Kichererbsen in das Glas geben. Den Bulgur in den Teefilterbeutel füllen und diesen mit Küchengarn zubinden. Das Bulgursäckchen ebenfalls in das Glas geben.
4. Das Gemüse in das Glas füllen, die Chilischoten nach gewünschter Schärfe dazugeben. Das Salz in 3,5 l Wasser verrühren, bis es sich aufgelöst hat. Den Essig dazugeben und die Flüssigkeit über das Gemüse im Glas gießen. Das Gemüse beschweren (siehe S. 17).
5. Das Glas verschließen und mit einem dunklen Tuch abgedeckt 3-4 Wochen an einem warmen Ort (20-22°) stehen lassen. Zwischendurch nicht öffnen, auch nicht, wenn der Ansatz stark blubbert.
6. Wenn der Ansatz nicht mehr blubbert und gärt, kann eine erste Kostprobe entnommen werden. Das Getränk portionsweise mit 1-2 Möhrenstreifen genießen oder den Saft durch ein feines Sieb abgießen und in Flaschen füllen.
7. Das Gemüse im Glas mit etwas Saft kühl aufbewahren. So kann man es auch zum Essen, zum Beispiel zu einer Mahlzeit mit Hülsenfrüchten, servieren.