

Rezept

# Türkische Salatplatte mit Cacik

Ein Rezept von Türkische Salatplatte mit Cacik, am 09.06.2026

## Zutaten

|  |  |
|--|--|
| 1/2 Salatgurke                             | Salz                                       |
| <b>2</b> Knoblauchzehen                    | <b>300 g</b> Sahnejoghurt                  |
| <b>2 EL</b> frisch gepresster Zitronensaft | <b>2 EL</b> Olivenöl                       |
| <b>1 TL</b> getrockneter Dill              | weißer Pfeffer                             |
| <b>400 g</b> weiße Bohnen (aus der Dose)   | <b>1</b> rote Zwiebel                      |
| <b>3</b> Stängel Petersilie                | <b>2 EL</b> frisch gepresster Zitronensaft |
| <b>5 EL</b> Olivenöl                       | <b>2 TL</b> edelsüßes Paprikapulver        |
| Salz und Pfeffer                           | Zucker                                     |
| <b>4</b> Tomaten                           | <b>1</b> Salatgurke                        |
| <b>1 Bund</b> Koriander                    | 1/2 rote Zwiebel                           |
| <b>2 EL</b> Rotweinessig                   | <b>4 EL</b> Olivenöl                       |
| Salz                                       | Pfeffer                                    |
| 1/2 kleiner Eissalat                       | <b>1</b> türkisches Fladenbrot             |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 585 kcal

## Zubereitung

1. Für das Cacik die Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und mit der Gemüsereibe grob raspeln. Mit 1/2 TL Salz mischen und in einem Sieb abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen. Joghurt mit Zitronensaft, Olivenöl und Dill verrühren, den Knoblauch dazupressen und unterrühren.
2. Für den Bohnensalat die Bohnen in ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen, halbieren und in schmale Spalten schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Zitronensaft, Öl und Paprikapulver verrühren. Die Bohnen, Petersilie und Zwiebelspalten dazugeben. Den Salat mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
3. Für den Gurken-Tomaten-Salat die Tomaten und die Gurke waschen. Die Tomaten halbieren, entkernen, die Stielansätze entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Gurke längs halbieren, entkernen, nochmals längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Den Koriander waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Essig und Öl verrühren, Gurke, Tomaten, Koriander und Zwiebel dazugeben, gründlich mischen, salzen und pfeffern.
4. Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Den Eissalat zerpfücken, waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Das Fladenbrot im heißen Ofen (Mitte) 6-8 Min. aufbacken. Für das Cacik die Gurke ausdrücken und unter den Kräuterjoghurt rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Beide Salate nochmals abschmecken.

5. Den Eissalat auf vier Teller verteilen, die Salate darauf anrichten. Das Cacik in Schälchen dazustellen. Das Fladenbrot in Scheiben schneiden, dazulegen und alles servieren.