

# Traditioneller Lebkuchen mit Pottasche und Trieb Salz

Ergibt etwa 2 kg Teig

## Zutaten

550 g Bienenhonig  
180 g Zucker  
1 dl Milch (1)  
10 g Pottasche  
10 g Trieb Salz  
800 g Weissmehl  
200 g Roggenmehl hell, fein gemahlen  
15 g Lebkuchengewürz  
2 Eier

---

1 dl Milch zum Bestreichen (2)  
1 Eigelb



In einer Pfanne Honig und Zucker auf kleinem Feuer erwärmen, **bis sich die Zuckerkrystalle vollständig aufgelöst haben**. Wichtig: Darauf achten, dass der Honig keinesfalls zu kochen beginnt, sonst werden Konsistenz und Inhaltsstoffe verändert. Die Honigmischung auf Körpertemperatur abkühlen lassen.



1 dl Milch in zwei kleine Schüsseln verteilen und darin jeweils Pottasche und Trieb Salz getrennt **voneinander – dies ist sehr wichtig!** – auflösen. Die Pottasche löst sich leicht, beim Trieb Salz jedoch muss man gut rühren.



In einer Schüssel die beiden Mehlsorten mit dem Lebkuchengewürz mischen. Eier und Honigmischung beifügen und alles gut zu einem spröden Teig kneten. Dann nacheinander die aufgelösten Triebmittel beifügen und die Masse zu einem weichen Teig kneten. Sollte der Teig zu fest sein, noch etwas Milch oder Wasser beifügen.



Den Teig in eine Schüssel geben und mit Klarsichtfolie decken.

**An einem kühlen Ort 1 Woche (bis 3 Wochen) lagern**, damit der Teig reifen kann. Am besten lagert man den Teig gut verpackt bei 10–12 Grad, evtl. auch im Kühlschrank.



**Vor dem Verarbeiten muss der Teig unbedingt Raumtemperatur annehmen.**

Den Teig zwischen 2 Holzstäben von 5–7 mm Dicke auswallen und in beliebigen Formen ausstechen.

Die Teigreste zurück in die Knetmaschine, so „leiden“ die Handgelenke weniger und Kenwood knetet die Resten mit „Link“ wieder zusammen.



Die Lebkuchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und mit wenig Milch bestreichen.

Die Lebkuchen im auf 200°C Unter-Oberhitze vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille backen.

**Richtwerte:** Kleine Motive 10 Minuten/ XL Motive 12 Minuten.



Milch und Eigelb verquirlen. Den Lebkuchen aus dem Ofen nehmen und sofort 2-mal mit der Eiermilch bestreichen. Nach dem Auskühlen nach Belieben mit Spritzglasur (Siehe Link weiter unten) und Zuckerperlen dekorieren.

