



## Traditioneller Lebkuchen

Auch wenn es heute viele verschiedene Varianten von Lebkuchen gibt, so ist der klassische doch immer noch eine ausgezeichnete Wahl.

 Vegetarisch

### ZUTATEN

 Ergibt etwa 2 kg Teig

**550 g** Bienenhonig

**180 g** Zucker

**1 dl** Milch (1)

**10 g** Pottasche

**10 g** Trieb Salz

**800 g** Weissmehl

**200 g** Roggenmehl

**15 g** Lebkuchengewürz

**2** Eier

**1 dl** Milch zum Bestreichen (2)

**1** Eigelb

Erschienen in

12 | 2011, S. 62

### ZUBEREITUNG

- 1** In einer Pfanne Honig und Zucker auf kleinem Feuer erwärmen, bis sich die Zuckerkristalle 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.
- 2** Die Milch (1) in 2 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.
- 3** 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.
- 4** Den Teig in eine Schüssel geben und mit Klarsichtfolie decken. An einem kühlen Ort mindestens 3 Tage, besser aber 1 Woche, lagern, damit der Teig reifen kann.
- 5** Zum Verarbeiten den Teig mit einem Wallholz auswallen und wieder zusammenlegen, bis er sich schön glatt auswallen lässt. Dazu jedoch den Teig nicht mehr als 3-4 Mal zusammenfallen.
- 6** Den Teig zwischen 2 Holzstäben von 5-7 mm Dicke auswallen und in beliebigen Formen ausstechen. Die Lebkuchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und mit wenig Milch bestreichen.
- 7** Die Lebkuchen im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille je nach Dicke und Grösse 10-15 Minuten backen.
- 8** Milch (2) und Eigelb verquirlen. Den Lebkuchen aus dem Ofen nehmen und sofort 2-mal mit der Eiermilch bestreichen. Nach dem Auskühlen nach Belieben mit Spritzglasur und Zuckerperlen dekorieren.

Dieser Teig muss vor der Verwendung unbedingt ein paar Tage «reifen» können, damit vor allem die Pottasche ihren Trieb voll entfalten kann. Am besten lagert man den Teig gut verpackt bei 10-12 Grad, evtl. auch im Kühlschrank. Der Teig ist auf diese Weise 2-3 Wochen haltbar. Kommt der Teig aus dem Kühlschrank, vor dem Verarbeiten unbedingt Raumtemperatur annehmen lassen. Die lange Lagerung wirkt sich nicht nur optimal auf Aroma und Trieb des Teiges aus, sondern die fertig gebackenen Lebkuchen behalten durch den gereiften Teig auch ihre Feuchtigkeit viel besser. Wenn es einmal schnell gehen muss, kann man den Teig auch mit 2 Päckchen Backpulver (16 g) herstellen. Dieser Teig muss jedoch unmittelbar nach der Herstellung verarbeitet werden und die Lebkuchen bleiben weniger lange feucht.