

Lebkuchen/Honigkuchen glutenfrei und weich

Schmecken so wie Lebkuchenherzen vom Dom

traditionelle Backweise – der Teig muss vor dem Backen 1 Tag bei ruhen

Honiggemisch

165 g Honig
165 g Zuckerrübensirup (dunkel)

Teig

500 g Glutanomehl Mix it Universalmehl
1 P. Lebkuchengewürz für 500 g (Achtung wird oft für die Menge 300 g verkauft = 2 P.)
1 Ei (Größe M)
2 EL Kakao, den dunklen zum Backen



Triebmittel

5 g Hirschhornsalz
8 g Pottasche

- Den Honig und den Zuckerrübensirup in einem Kochtopf erwärmen und wieder erkalten lassen
- Das Mehl mit dem Lebkuchengewürz und dem Kakao trocken vermischen
- Wenn das Honig-Zuckerrübengemisch auf Zimmertemperatur abgekühlt ist
- das 1 Ei unterrühren
- Das Mehl mit dem Lebkuchengewürz zum Honig/Zuckerrübensirup dazugeben und mit dem Knethaken kräftig durchkneten. Die Masse hat eine eher flüssige Konsistenz
- 5 g Hirschhornsalz in 2 EL kalten Wasser auflösen (etwas länger rühren)
- Das Gemisch zum Teig geben und unterkneten
- 8 g Pottasche 2 EL kalten Wasser auflösen (etwas länger rühren)
- Das Gemisch zum Teig geben und unterkneten
- Sobald Hirschhornsalz oder Pottasche zum Teig dazugegeben werden, fängt der Teig an zu schäumen und riecht etwas streng. Dieses ist gewünscht!
- Der Teig hat noch immer eine flüssige Konsistenz, dieses verändert sich durch die Ruhezeit.

Der fertige Teig muss nun ruhen. Mit einem Geschirrtuch abdecken und **mindestens 1 Tag ruhen lassen**. Nicht im Kühlschrank! An einem nicht so warmen Ort.

Die Arbeitsfläche bemehlen und den fertigen Teig ausrollen (nicht so dünn wie Plätzchen) Ich nehme für den Teig gern große Ausstechformen.

- Wer möchte, abgezogene Mandeln in den Teig drücken – sehr lecker! -
- und bei ca. 200 Grad 12 – 15 Minuten backen

Die Lebkuchen sind wirklich lecker. Sie schmecken ungefähr so, wie die Lebkuchenherzen auf dem Dom
Die Backzeit richtet sich nach der Dicke der Lebkuchen. Der fertige Lebkuchen sollte weich sein. Die Temperatur des Backofens zwischendurch ruhig reduzieren

Hier meine Extra Tipps

Besonders schöne Formen kann man auch selbst erstellen. Für den Stiefel habe ich eine Schablone aus Papier gefertigt und mit einem Messer Drumherum geschnitten.

Lebkuchen bekommen einen schönen Glanz, wenn man sie vor dem Backen dünn mit Milch und nach dem Backen mit einer Zuckerlösung (1:1) einstreicht.

In den noch heißen Lebkuchen steche mit einem Essstäbchen ein Loch. Man kann dann durch das Loch ein schönes Band ziehen und die Lebkuchen aufhängen.

Meine Erfahrungen beim Plätzchenbacken sind, dass man die Temperatur des Backofens, nach den ersten 1-2 Blechen, etwas reduzieren kann.

Viel Freude beim Nachbacken

Eure Ulrike Brusch
www.ulrike-brusch.de