

Lebkuchen



Pour ca. 8 bis 10 Stück

Préparation : 30 min

Zutaten

- 200 g Zucker
- 2 dl Rahm oder Wasser
- 500 g Honig
- 20 g Butter
- 20 g Natronpulver
- 2 ELkaltes Wasser
- 2 EL Lebkuchengewürz
- 700 g bis 1 kg Vollkornmehl
- nach Belieben Haselnüsse oder Mandeln

Zubereitung

Den Zucker karamellisieren und mit Wasser oder Rahm ablöschen.

Lauwarm abkühlen lassen, den Honig und die Butter zufügen.

Das Natron in wenig kaltem Wasser auflösen und unter die erkaltete Masse mischen.

Das Lebkuchengewürz nach und nach mit dem Mehl zufügen und den Teig gut kneten, bis er glatt und weich ist.

2 bis 3 Tage kühl ruhen lassen. Mit einem Tuch zudecken, damit er nicht austrocknet.

Vor der Weiterverarbeitung den Teig gut kneten und wenn nötig noch etwas Mehl zufügen.

Nach Belieben vor dem Backen geröstete und gehackte Haselnüsse oder Mandeln zugeben.

Den Teig 1 cm dick auswallen, Formen ausstechen und im Ofen bei 200 °C backen.

Sofort nach dem Backen mit Mandeln, Dörrfrüchten, kandierten Früchten oder Puderzuckerglasur verzieren.

Tipps !

- Für gefüllte Lebkuchen, eine Füllung aus Mandeln, Nüssen, wenig Honig und Zitronensaft zubereiten.
- Den Teig etwas dünner auswallen, die Hälfte des Teiges mit Füllung belegen, falten und mit dem Wallholz etwas plattdrücken.

Rezept aus dem Buch: „Cuisine & traditions au Pays de Fribourg“. Verlag La Sarine.