

RAUM ACHT

Kochen und Forschen an der Bahnhofstrasse 8 in Aarau



2_ B003

LEBKUCHEN

ZUBEREITUNG

1 | Honig, Wasser und Salz in eine Schüssel geben und glatt rühren. Je nach Honigkonsistenz muss die Schüssel in heissem Wasser erwärmt werden, damit sich kristalliner Honig verflüssigt. Trieb Salz in der Milch aufgelöst dazugeben. Pottasche in Wasser aufgelöst dazugeben. Mehl und Gewürze beimischen.

2 | Alles zu einem Teigballen verkneten. Nur solange bearbeiten wie notwendig. Durch das Kneten wird der Lebkuchen zäh. Den Teig flach drücken und in Klarsichtfolie verpackt 1-2 Tage kühl lagern.

3 | Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ca. 6 mm dick auswallen. Formen ausstechen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Während 12-15 Minuten bei 190°C hellbraun backen. Die heissen Lebkuchen mit Féculestreiche bepinseln. Für die Féculestreiche wird 1 EL Maizena mit 100 ml Wasser angerührt und kurz aufgekocht.

4 | Nach Belieben können die Lebkuchen mit Spritzglasur verziert werden. Für die Glasur werden 5 EL Puderzucker gesiebt und mit 1 TL Eiweiss glatt gerührt. Die Glasur sofort in einen kleinen Plastikbeutel einfüllen. Die Glasur in eine Ecke des Beutels drücken. Mit einer Schere ein sehr kleines Stück der Spitze wegschneiden und die Lebkuchen mit der Spritzglasur verzieren.

ZUTATEN

230g	Honig
1EL	Wasser
2Prisen	Salz
200g	Roggenmehl, Vollkorn, fein gemahlen
200g	Dinkelmehl, ruch

12g	Lebkuchengewürz
6g	Trieb Salz
100ml	Milch, kalt
4g	Pottasche
10g	Wasser

LEBKUCHEN



Zur Labor von Nina Reim haben wir die vier gebräunten Backerzettel geteilt und die Erfahrungen notiert.

MEHR ZUM THEMA BACKTRIEBMITTEL

LABOR 1_ Koo3 Backtriebmittel