



Backrezept für Lebkuchenherzen

ZUTATEN

Teig

Schritt 1

- 345 g Rübensirup
- 50 g Wasser
- 80 g Rohrohrzucker
- 285 g Weizenmehl Type 550
- 95 g Roggenmehl Type 1150

Dextringlasur

- 7 g Speisestärke
- 200 g Wasser

Weitere Zutaten

- Etwas Soja- oder Mandel- oder Hafermilch
- Lebensmittelfarben
- Dekoration (z. B. Zuckerperlen, geschälte Mandeln ...)
- Schleife oder Bindfaden



Schritt 2

- 75 g Roggenmehl Type 1150
- 60 g Wasser
- 2 g Backpulver
- 15 g Lebkuchengewürz

Spritzglasur

- 45 g Aquafaba (Kichererbsenwasser)
- Prise Salz
- 290 g Puderzucker



ZUBEREITUNG

- Zunächst Rübensirup, Rohrohrzucker und Wasser miteinander aufkochen, bis sich die Zuckerkristalle vollständig aufgelöst haben. Im Anschluss sollte die Mischung auf ca. 40° C abkühlen. Dann können Weizen- und Roggenmehl aus Schritt 1 hinzugefügt werden. Der Teig sollte gut vermengt werden.
- Durch den hohen Anteil an Rübensirup ist der Teig weich und zähflüssig. Er sollte nun in einen Behälter umgefüllt und mindestens eine Nacht stehen gelassen werden, um anzuziehen. Durch den hohen Zuckeranteil ist der Teig überaus haltbar und kann auch mehrere Wochen gelagert werden.
- Am Folgetag wird ein sogenannter Wasserteig hergestellt. Hierzu werden die Zutaten aus Schritt 2 vermengt und gut durchgeknetet. Der Wasserteig sorgt dafür, dass Gewürze und Backtriebmittel gleichmäßig verteilt werden. Im Anschluss wird der Hauptteig aus Schritt 1 hinzugefügt und gut mit dem Wasserteig vermengt.
- Den Ofen auf 175° C Umluft vorheizen. Es empfiehlt sich, eine Backprobe zu machen. Dazu wird der Teig großzügig bemehlt. Eine kleine Portion kann auf eine Dicke von ca. einem Zentimeter ausgerollt werden. Daraus kann mit einer Herzform ein kleines Herz ausgestochen werden. Alternativ formt man den Teig mit den Händen und schneidet die Form mit einem Küchenmesser zurecht. Wenn ein Band zum Umhängen verwendet werden soll, sollte man im oberen Bereich ein kleines Loch ausstechen. Für gut 10 Minuten backt man die Probe bei 175° C. Dann wird die Temperatur auf 160° C heruntergeregelt und der Teig für weitere 15 Minuten trocken ausgebacken.

ZUBEREITUNG FORTSETZUNG

- Während die Backprobe im Ofen ist, kann die Dextringlasur vorbereitet werden. Dazu die Speisestärke für wenige Minuten in einem Topf anrösten und anschließend das kalte Wasser mit einem Schneebesen einrühren. Alles unter Rühren aufkochen lassen.
- Wenn die Backprobe fertig und nicht zerlaufen ist, sollte sie direkt mit der Dextringlasur bepinselt werden, um dem Lebkuchenherz Glanz zu verleihen. Falls die Backprobe breit gelaufen ist, sollte mehr Weizenmehl zum Teig hinzugefügt werden.
- Wenn die Backprobe gut funktioniert hat, kann der gesamte Teig verarbeitet werden. Dazu kann er sehr gut bemehlt auf ca. einen Zentimeter Dicke ausgerollt werden. Nach Belieben können nun Herzformen ausgeschnitten bzw. ausgestochen werden. Die Löcher für die Dekoschleifen und -bänder sollten ebenfalls ausgestochen werden, falls vorgesehen. Bei Bedarf können nun die Mandeln als Dekoration aufgelegt werden.
- Ofen auf 175° C vorheizen. Nun die Herzen mit etwas Pflanzenmilch bepinseln. Für gut 10 Minuten backt man die Herzen bei 175° C. Dann wird die Temperatur auf 160° C heruntergeregelt und der Teig für weitere 15 Minuten trocken ausgebacken. Größere Herzen benötigen eher 20 Minuten.
- Im Anschluss die Herzen direkt mit der Dextringlasur bepinseln.
- Für die Spritzglasur zunächst die Kichererbsendose gut schütteln. Dann wird das Kichererbsenwasser mit einer Prise Salz schaumig geschlagen.
- Den Puderzucker löffelweise einrühren und das Wasser weiter aufschlagen. Wenn die gesamte Menge an Puderzucker eingerührt ist, sollte eine cremige Masse entstanden sein, die nicht verläuft. Wenn die Masse zu fest ist, können einige Tröpfchen Kichererbsenwasser hinzugefügt werden. Eine zu flüssige Masse wird fester, indem man weiteren Puderzucker hinzufügt.
- Die Spritzglasur nun nach Belieben auf mehrere Schüsseln aufteilen, um sie mit unterschiedlichen Farben einzufärben. Kommt man erst später dazu, empfiehlt es sich, die Spritzglasur mit einem feuchten Tuch abzudecken, damit sie nicht eintrocknet.
- Die Herzen können nun mit der Spritzglasur verziert werden. Nach ca. einer Nacht ist sie in der Regel ausgehärtet und kann ohne Probleme angefasst werden.

