

# Lebkuchenherzen

**Dauer Zubereitung** ca. 35 min

**zutaten** für 8 große Herzen

**Teig:**

250g Dinkelvollkornmehl

125g Rohrohrzucker

150 ml \*Sahne

2 EL Kakaopulver

1 EL Lebkuchengewürz

½ Pkg. Backpulver

Nüsse zum Verzieren,  
z.B. Mandeln, Walnüsse, Haselnüsse

Mehl zum Ausrollen

etwas \*Milch zum Bestreichen

**Orangen-Schokoladenglasur (optional):**

150g Zartbitterkuvertüre

5 Tropfen Orangenöl

Ggf. Zuckerschrift zum Verzieren

**küchenwerkzeuge**

1 Schüssel

1 Esslöffel

Ggf. 1 Handrührgerät mit Knethaken

1 Backblech mit Backpapier

1 Nudelholz

1 kleiner Topf

1 kleine Schüssel passend zum Topf

**\* variation**

**Lieber vegan?** Einfach die Sahne und Milch durch eine vegane Alternative ersetzen.

Kein Schokoladenfan? Dann die Lebkuchen mit Orangenzuckerguss überziehen (60g Puderzucker + 2 EL Wasser + 5 Tropfen Orangenöl)



## Tipps & Tricks

Die Herzen ggf. mit Hilfe einer Schablone ausschneiden.  
Lebkuchen nicht zulange backen, sonst wird er trocken.  
In einer Keksdose bleiben die Lebkuchen 3-4 Wochen haltbar.

## zubereitungsschritte

1. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem festen Teig kneten.
2. Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (Umluft: 160°C, Gas: Stufe 2) vorheizen.
3. Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und Teig darauf fingerdick ausrollen und ausstechen.
4. Mit ausreichend Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit etwas Milch bestreichen.
5. Wer mit Nüssen verzieren möchte, drückt diese vor dem Backen leicht in den Teig.
6. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 min backen.
7. Die Kuvertüre schmelzen, Orangenöl hinzufügen und die Lebkuchen damit überziehen. Auf einem Kuchengitter trocknen lassen.
8. Wer mag, kann mit Zuckerschrift noch eine Botschaft auf den erkalteten Lebkuchen schreiben.

## Schon gewusst?

Die Milch, die vor dem Backen aufgestrichen wird, bringt den Lebkuchen zum Glänzen.  
Die Lebkuchensmischung besteht aus Anis, Ingwer, Kardamom, Muskat, Nelken, Piment und Zimt und kann auch selbst zusammengestellt werden.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



plattform  
ernährung und  
bewegung e.v.





Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages