

**Kochdauer:**

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

500 g Dinkelvollkornmehl  
100 g Roggenvollkornmehl  
500 g Honig  
100 g Butter  
4 Stk. Eier  
20 g Natron  
1 Pkg. Lebkuchengewürz

## Saftiger Dinkel-Honig-Lebkuchen

**Zubereitung**

- Butter und Honig leicht erwärmen und Lebkuchengewürz dazugeben.
- Natron mit den Eiern verrühren und ebenfalls dazugeben.
- Dinkel- und Roggenmehl vermischen und zur übrigen Masse rühren.
- Den Teig gut durchkneten – ideal mit dem Knethaken der Küchenmaschine.
- Über Nacht kühlstellen und am nächsten Tag aufarbeiten.
- Den Teig ca. 5 mm dick ausrollen und beliebige Formen ausschneiden.
- Auf ein vorbereitetes Backblech legen, mit Ei bestreichen und je nach Wunsch mit Dörrzwetschken, Nüssen etc. belegen.
- Bei ca. 180 °C goldbraun backen.

**Mein persönlicher Tipp**

Die Lebkuchen können auch mit Zuckerglasur verzieren werden. Dazu wird 1 Eiklar mit 200 – 250 g Staubzucker und einem Spritzer Zitronensaft schaumig gerührt. Diese Glasur ist auch ideal zum Spritzen.:

**Maria Thallinger**

Seminarbäuerin im Bezirk Gmunden

**Quellen:**

- Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Kursunterlage Weihnachtliche Kinderbackstube*