

# Aromatischer Dinkel-Lebkuchen mit BackNatur Ferment

Ein Lebkuchen-Rezept mit natürlicher Triebkraft durch BackNatur Ferment – saftig, würzig und natürlich gelockert.

Er entwickelt ein tiefes, harmonisches Aroma, bleibt lange frisch und schmeckt nach zwei, drei Tagen Ruhezeit am besten.

## **TAG 1 – Vorteig und Honigteig ansetzen**

### **Zutaten für den Vorteig :**

- 150 g Dinkelmehl Type 1050
- 150 g handwarmes Wasser (ca. 26 °C)
- 30 g aktives Backferment

*So geht's:* Alle Zutaten in einer Schüssel gründlich verrühren, bis ein fester, geschmeidiger Teig entsteht.

Abgedeckt bei 22–24 °C für 12–14 Stunden reifen lassen. Der Vorteig ist fertig, wenn er sich leicht wölbt, feinporig aussieht und angenehm mild duftet.

### **Backen**

Backofen vorheizen: 180 °C Ober-/Unterhitze

### **Backzeit: 20–25 Minuten**

Die Lebkuchen sind fertig, wenn die Oberfläche leicht matt wird, aber noch sanft auf Druck nachgibt. Nicht zu lange backen – sie sollen schön saftig bleiben!

### **Glasur & Finish (optional)**

Nach dem Abkühlen kannst du deine Lebkuchen veredeln:

**Schokoladenglasur:** Geschmolzene Zartbitterschokolade für klassischen Glanz

**Zitrusglasur:** Puderzucker mit Orangen- und Zitronensaft für frische Säure

**Honigglanz:** 10 g Honig in 50 ml Wasser auflösen und aufpinseln

### **Reifung & Lagerung**

Die Lebkuchen sind direkt nach dem Backen noch etwas fest. Für das perfekte Ergebnis in einer gut verschlossenen Dose 3–5 Tage ruhen lassen – am besten mit einem kleinen Stück Apfel oder Orangenschale. Dadurch werden sie wunderbar weich und aromatisch.

**Haltbarkeit:** mindestens 3 Wochen