

Vegane Elisenlebkuchen



Ich liebe Lebkuchen! Und die besten Lebkuchen der Welt sind nun einmal echte Nürnberger Elisenlebkuchen. Das

Besondere an Elisenlebkuchen ist, daß sie überhaupt kein Mehl enthalten, sondern nur

die edelsten Zutaten wie Nüsse, Orangeat, Zitronat und Lebkuchengewürz. Das Lebkuchengewürz ist natürlich von besonderer Bedeutung und kein Lebkuchengewürz gleicht dem anderen: die Gewürzhändler*innen hüten ihre Spezialrezepte seit vielen Generationen. Das "Lebkuchengewürz spezial" vom Greuther Teeladen besteht aus Koriander, Zimt, Nelken, Anis, Muskat, Sternanis, Fenchel und Kardamom und verbindet sich mit den Nüssen und den übrigen Zutaten zu einem absoluten Gaumenschmaus.

Ich durfte für den [Greuther Teeladen](#) vegane Elisenlebkuchen entwickeln und war überrascht, daß die vielen Eier in den althergebrachten Rezepten tatsächlich überhaupt nicht benötigt werden, denn Elisenlebkuchen sind immer ein recht schweres und kompaktes Gebäck. Den Honig, der auch in allen traditionellen Rezepten verwendet wird, ersetze ich in meinem Rezept durch selbstgemachten Löwenzahnhonig: da dieser aber etwas säuerlich ist, gibt das den Lebkuchen eine ganz neue und frische Note, die ich sehr mag. Wenn Ihr das nicht so mögt oder keinen Löwenzahnhonig vorrätig habt, könnt ihr diesen auch durch Ahornsirup, Reissirup oder ähnliches ersetzen. Bei der Frage der Glasur eines Lebkuchens scheiden sich wirklich die Geister: die einen bevorzugen Schokoladenüberzug, die anderen eine leichte Puderzuckerglasur und wieder andere mögen Lebkuchen tatsächlich am liebsten "natur", also völlig unglasiert. Ich habe mich dieses Mal für dunkle Zartbitterkuvertüre entschieden, aber die Hälfte der Familie hat schon angekündigt, daß ich die nächste Fuhre vegane Elisenlebkuchen unbedingt mit einer Puderzuckerglasur überziehen soll - so verschieden sind die Geschmäcker eben!

Zutaten

- 360 g Apfel-Bananen-Mark (ein handelsübliches Glas)
- 100 g Rohrohrzucker
- 200 g gemahlene Haselnüsse
- 300 g gemahlene Mandeln
- 100 g gehackte Mandeln
- 100 g Zartbitterschokolade (ich nehme 80% Kakaoanteil)
- 20 g Lebkuchengewürz spezial vom [Greuther Teeladen](#)
- 5 EL Löwenzahnhonig
- 100 g Orangeat
- 100 g Zitronat
- Oblaten in den Größen Eurer Wahl
- ca 500 g Zartbitterkuvertüre zum Glasieren der Lebkuchen
- blanchierte Mandeln zum Verzieren

Bitte immer biologisch angebaute und fair gehandelte Zutaten verwenden - es macht so einen großen Unterschied: im Geschmack und für unsere Erde! Und insbesondere bei Zutaten wie dem Orangeat und dem Zitronat sind die Unterschiede zwischen billiger Supermarktware und hochwertiger Ware aus dem Bio- oder dem Unverpackt Laden riesengroß!

Zubereitung

Zuerst wird die Zartbitterschokolade fein gerieben: ich mache das mit einer kleinen handbetriebenen Nussmühle!

Wenn Ihr die Schokolade von Hand reibt, empfiehlt es sich, sie vorher einige Zeit im Tiefkühlfach zu lagern: dann wird die Angelegenheit nicht ganz so schnell so furchtbar schmierig.

Wenn Ihr alle Zutaten zur Hand habt, werden diese in einer großen Schüssel nacheinander von Hand oder mit dem Knethaken der Küchenmaschine miteinander verrührt. Zuerst das Apfel-Bananen-Mark mit dem Zucker und dann die gemahlenen und gehackten Nüsse, die geraspelte Schokolade, das Lebkuchengewürz, das Zitronat, das Orangeat und der Löwenzahnhonig. So entsteht ein dichter Nussteig, der mindestens drei Stunden lang (gerne aber auch über Nacht!) zugedeckt an einem kühlen Ort ziehen darf.

Nach der Ruhezeit wird der Lebkuchenteig auf die Oblaten gegeben und auf ein Backblech gesetzt. Das kann natürlich auch von Hand gemacht werden, aber am schönsten wird und am einfachsten geht es mit der wunderbaren fränkischen Erfindung der Lebkuchenglocke!

In die Unterseite der Glocke wird mit einem Teigschaber der Teig gestrichen, dann kommt eine Oblate darauf und schon kann der rohe Lebkuchen auf das Blech gesetzt werden.

Das wird nun so lange wiederholt, bis der gesamte Lebkuchenteig verbraucht ist.

Nun werden die veganen Elisenlebkuchen bei 140° Celsius Umluft/Heißluft 25 Minuten lang gebacken.

Zum Auskühlen kommen sie auf ein Kuchengitter. In der Zwischenzeit wird das Glasieren vorbereitet:

Die Zartbitterkuvertüre wird in einem Wasserbad erhitzt. Wenn Ihr einen habt, wird Euch beim Glasieren der Lebkuchen ein Pellkartoffelspieß gute Dienste leisten. Sobald die Kuvertüre fertig geschmolzen ist, speißt Ihr einen Lebkuchen an der Oblatenseite auf und taucht ihn bis zum Oblatenrand in die Kuvertüre ein.

Zum Aushärten der Kuvertüre auf ein Backpapier oder eine Silikonmatte legen und sofort mit den blanchierten Mandeln verzieren.

Und schon sind sie fertig, Eure veganen Elisenlebkuchen! In einer schönen Dose oder einem hübschen Glas sind sie auch ein wunderbares Weihnachtsgeschenk.

Warum meine Lebkuchen beim Aushärten der Kuvertüre Pünktchen bekommen haben? Das liegt sicher an der Temperatur der Kuvertüre: ein Chocolatier hat mir nämlich einmal verraten, daß eine glänzende Kuvertüre eine wahre Wissenschaft sei. Zuerst müsse die Kuvertüre erhitzt werden, um zu schmelzen, dann aber wieder auf einen bestimmten Punkt abkühlen, um dann noch einmal auf eine gewisse Gradzahl erhitzt zu werden: mir ist das ein wenig zu kompliziert. Und Pünktchen passen irgendwie ja auch ganz gut zu mir.

Aufbewahrt werden die veganen Elisenlebkuchen in einer dicht schließenden Dose kühl, aber nicht im Kühlschrank: da ist es zu feucht!