



Die fairen\*  
Präzise\*  
Süße\*  
Un pizzico  
di equa  
dolcezza  
fairsugar.it

# Lebkuchen

Die **Cooperativa Productores de Panela El Paraiso (Copropap)** wurde 1991 auf Initiative von mehreren Bauernfamilien in Ecuador gegründet. Seit Generationen bauen sie auf kleinen, steil abfallenden Böden auf einer Meereshöhe zwischen 900 und 1.400 Metern Zuckerrohr an. Heute gehören der Genossenschaft 49 Mitglieder an, die im Durchschnitt zwischen 4 und 6 ha bewirtschaften. Günstige Boden- und Klimabedingungen ermöglichen es ihnen, bis zu zehn Monate im Jahr Zuckerrohr zu ernten. Sie produzieren Panela, einen biologischen Vollkornzucker mit charakteristischem Honigaroma, der zu 100% aus eingekochtem Zuckerrohrsaft besteht und gänzlich handwerklich entsteht. Bei der Ernte trennen die Familien die Stängel mit der Machete von den Blättern und Enden und bringen die Stängel zu kleinen motorgetriebenen Mühlen. Dort wird der Saft mechanisch aus den Stängeln gepresst und eingedampft. Die sonnengetrockneten Zuckerrohrreste werden als Brennstoff für die Mühlen verwendet.



## Zutaten

500 g	Roggenmehl
550 g	Weizenmehl
700 g	<b>Dulcita-Zucker*</b>
6 St.	Eier
250 g	<b>Honig, Millefiori*</b>
1 EL	<b>Zimt*</b>
1 TL	<b>Nelkenpulver*</b>
oder 1,5 EL	<b>Lebkuchengewürz*</b>
1 EL	<b>Kakao*</b>
2 EL	Natron

Das Rezept wurde von Konditormeister Benjamin Sellemund, Bäckerei Konditorei Sellemund Feldthurns, kreiert.

\*erhältlich in den Südtiroler Weltläden

## Herstellung

1. Roggenmehl und Weizenmehl sieben.
2. Den Zucker in einer Mühle, Thermomix (kurz auf hoher Stufe) oder Mörser fein vermahlen bis die Konsistenz Staubzucker ähnelt.
3. Den Honig auf ca. 50°C erwärmen.
4. Das gesiebte Mehl, den feinen Zucker, die Eier und den erwärmten Honig mit den Gewürzen zu einem homogenen Teig vermischen.
5. Das Natron zugeben und den Teig weiter untermischen.
6. Teig in eine gut bemehlte Schüssel geben, abdecken und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Der Teig verfestigt sich so und die Aromen verteilen sich besser.

Am nächsten Tag:

7. Den Ofen auf 150°C Umluft vorheizen.
8. Den Teig direkt aus dem Kühlschrank (kalt) nochmals etwas durchkneten und auf ca. 0,5 cm Dicke ausrollen.
9. Beliebige Formen ausstechen bzw. ausschneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.
10. Vor dem Backen dünn mit Milch abstreichen.
11. Für ca. 6-9 min backen, variiert nach Größe.

## Tipps

- \* Teig mindestens einen Tag vor Gebrauch mischen.
- \* Es empfiehlt sich den Teig in einer Küchenmaschine zu mischen, da er sehr flüssig ist.
- \* Gekühlt ist dieser Teig mehrere Wochen haltbar.
- \* Den Teig auf Sicht eher heller backen, da mehr Feuchtigkeit im Gebäck bleibt und es so saftiger ist.