



# Leckere Lebkuchen

Die Köchin und Gewürzsommelière Birgit Schmauss aus Inzell verrät ihr Lieblingsrezept für die Vorweihnachtszeit.

**REGION.** Man nehme Mehl, Honig und vor allen Dingen hochwertige Gewürze – und schon kann man Familie und Freunde mit ganz besonderen Lebkuchen begeistern. Birgit Schmauss aus Inzell ist Gewürzsommelière und kennt sich mit diesem Gebäck besonders gut aus. „Lebkuchen wurden schon 350 Jahre vor Christus gebacken und wegen ihrer langen Haltbarkeit geliebt. In kargen Zeiten wurden sie von Mönchen an die Bevölkerung verteilt.“ Lebkuchen gab es damals nicht nur an Weihnachten, sondern unter anderem auch zu Ostern.

„Im Jahr 1296 wurde der Pfefferkuchen in Deutschland bekannt. Da für die Herstellung seltene Gewürze aus fernen Ländern benötigt wurden, haben vor allem Städte, die damals bedeutenden Handelsknotenpunkte waren, eine lange Lebkuchentradition – zum Beispiel Nürnberg, Augsburg, Ulm und Köln“, sagt Birgit Schmauss. Den Namen Pfefferkuchen trug das Gebäck damals zu recht. Es wurde tatsächlich echter Pfeffer zur Würz- und Gewürzmischung hinzugefügt und zwar nicht die normalen schwarzen Pfefferkörner, sondern der Lange Pfeffer. „Er war in Europa bereits als Würz- und Heilmittel in Gebrauch, lange bevor der Schwarze Pfeffer Einzug hielt. Sein Name wurde Synonym für alle Pfeffersor-

ten. Persisch 'Pippari', altgriechisch 'Peperi' und im Lateinischen 'Piper' sowie im deutschen 'Pfeffer'. Der Lange Pfeffer harmoniert laut der Expertin mit allen Gewürzen, die seinem Aromaprofil entsprechen und die ebenfalls süßliche, Kardamom-ähnliche und schokoladene Komponenten beinhalten. „Darum finde ich, kann man ihn gut in einer Würz- und Gewürzmischung für Lebkuchen kombinieren. Ich habe ein altes Rezept herausgesucht, bei dem nicht Piment, sondern Pfeffer verwendet wird. Das gibt diesem Weihnachtsgebäck einen ganz besonderen Pfiff.“

#### Zutaten:

900 g Roggenmehl  
600 g Rohrzucker  
6 Eier  
240 g Honig  
3 TL Natron  
½ g bzw. etwa 3 Msp Langer Pfeffer  
½ g Gewürznelken gemahlen  
½ g Zimt gemahlen  
½ g Muskatnuss gemahlen

#### Zubereitung:

Eier, Zucker und Honig gut miteinander verrühren, mit Mehl, Natron und Gewürzen zu einem Teig kneten, diesen über Nacht ruhen lassen. 4 mm dick ausrollen, beliebige Formen ausstechen. Mit Nüssen belegen und bei 180 Grad 6 Minuten backen. Danach evtl. mit Zuckerguss verzieren.



BILDER: WWW.BIRGIT-SCHMAUSS.DE