



Glutenfreier Lebkuchen

Zutaten

120 g Kokosblütenzucker

60 g Dattelsirup

1 Teelöffel Natron

150 g weiche, pflanzliche Margarine

2 Esslöffel Chiasamen

6 Esslöffel Wasser

160 g Maniokmehl

50 g Tapiokastärke

1 Esslöffel Flohsamenschalen gemahlen

1 Esslöffel Johannisbrotkernmehl

1 Prise(n) Salz

1 Teelöffel Backpulver

1 Teelöffel Kakaopulver

4 Teelöffel Lebkuchengewürz

Etwas mehr Maniokmehl zum Arbeiten

Zubereitungszeit: 4 h

Kochzeit: 40 min

Gesamtzeit: 5 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Vermenge die Chiasamen mit dem Wasser und lasse sie 15

Minuten quellen, um einen Ei-Ersatz herzustellen.

2.

Verrühre die Margarine mit dem Ei-Ersatz, bis sich alles zu einer

homogenen Masse verbunden hat.

3.

Gib den Kokosblütenzucker mit dem Dattelsirup in einen Topf und

erhitze ihn langsam, bis er komplett geschmolzen ist. Vorsicht, der

Kokosblütenzucker brennt schnell an. Sobald er anfängt zu

schmelzen, Hitze reduzieren und ständig rühren.

4.

Gib das Natron zur flüssigen Zuckermischung, verrühre alles gut

miteinander und lasse es etwas abkühlen.

5.

Rühre die Zucker-Natron-Mischung langsam in die Margarine ein;

sollten sich dabei größere Zuckerkristalle bilden, stelle die

angerührte Masse nochmal kurz auf ein Wasserbad und rühre alles

kräftig unter.

6.

Mische die restlichen Zutaten in einer separaten Schüssel und füge sie langsam und ebenfalls unter Rühren der Zucker-Margarine-Mischung zu. Rühre so lange, bis ein glatter Teig entstanden ist.

7.

Wickle den klebrigen Teig in Frischhaltefolie ein und gib ihn mindestens 4 Stunden (besser über Nacht) in den Kühlschrank.

8.

7. Heize den Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vor und belege ein Backblech mit Backpapier.

9.

Rolle den Teig auf deiner bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick aus und stich mit deinen Lieblingsformen Plätzchen aus.

10.

Backe die glutenfreien Lebkuchen für 10 Minuten auf der mittleren Schiene und lasse sie danach auskühlen. Wenn du magst, kannst du sie noch verzieren.