

## Rezept

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

?

## Lebkuchenherzen

### Zutaten

500 g  
Dinkelvollkornmehl  
250 g  
Bio-Rohrzucker (von Wiener Zucker)  
200 ml  
Sojasahne (z.B.: Sojacuisine)  
4 EL  
dunkles Kakaopulver (am besten Fair Trade)  
2 EL  
Lebkuchengewürz (z.B. Sonnentor)  
1 Pkg.  
Backpulver  
1 EL  
Amaretto oder Rum

Mehl zum Ausrollen

Sojamilch zum Bestreichen  
120 g  
Rohrstaubzucker (eventuell selbst in einem Blender gemahlen)  
2 EL  
Wasser kalt (lieber zuerst weniger und dann etwas nachgeben)  
10 Tropfen  
ätherisches Orangenöl (z.B. Primavera)

Der erste Lebkuchen ist ein sicheres Zeichen, dass die kalte Jahreszeit uns erreicht hat und damit auch Weihnachten näher rückt. Das Rezept von VeganBlatt überzeugt: Edler Kakao im Teig gibt einen herrlich schokoladigen Geschmack, überzogen wird mit einer feinen Kruste aus Zuckerglasur, aromatisiert mit echtem ätherischen Orangenöl.

### Zubereitung

Aus den Zutaten einen festen Teig kneten, mit etwas Mehl gut 1cm dick ausrollen und z.B. Herzen ausstechen.

Mit ausreichend Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Sojamilch bestreichen. Im vorgeheizten Backrohr bei 175C° ca. 10 min backen (Lebkuchen nie zulange backen, sonst wird er trocken).

Aus Zucker, Wasser und Orangenöl einen dickflüssige Glasur herstellen und die noch heißen Lebkuchen damit bestreichen und auf einem Kuchengitter trocknen lassen.

Dieser Lebkuchen ist sofort weich und sollte alsbald gegessen bzw. in einer Keksdose aufbewahrt werden.

## Zusatzinfo:

*Dieses Rezept wurde von VeganBlatt zur Verfügung gestellt - von Gastautorin Veganpowercooking ([www.veganpowercooking.at](http://www.veganpowercooking.at)). Mehr tolle Rezepte von VeganBlatt gibt es auf [www.veganblatt.com/rezepte](http://www.veganblatt.com/rezepte).*

Es werden folgende Haushaltgeräte benötigt: **Ofen**.

Rezeptgruppe: Kekse.

Dieses Rezept von [Veganblatt.com](http://Veganblatt.com) [3] wurde eingetragen von: vegan.at / 2014-01-02 20:08:59

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

---

URL: [http://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=2263](http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=2263)

Letzte Aktualisierung: 14.08.2019

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union ([www.euroveg.eu](http://www.euroveg.eu) [4]).

Kontaktadresse: [rezepte@swissveg.ch](mailto:rezepte@swissveg.ch) [5].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

**Source URL (modified on 14.08.2019 - 10:02):** [https://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=2263&lang=de](https://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=2263&lang=de)

### Links

[1] <https://www.swissveg.ch/javascript%3Ahistory.back%28%29>

[2] <https://www.swissveg.ch/rezepte>

[3] <http://www.veganblatt.com/vegane-lebkuchen-herzen>

[4] <http://www.euroveg.eu>

[5] <mailto:rezepte@swissveg.ch>