

Lebkuchen

von Tanja Mueller (tanja@antispe.de)

2 T Mehl (idealerweise Vollkorn)
1 gestr. TL Natron
1 T Zucker
1 Pk Vanillezucker
1 Zitrone (abgeriebene Schale)
3 geh. EL Sojamehl
1 TL Zimt
1 Msp Nelkenpulver
1 Msp Kardamom
1 T Sojamilch
3 EL Öl
1 Pk (100 g) Orangeat
2 Pk (200 g) gehackte Mandeln
1 Pk rechteckige Oblaten

- Zuerst die "trockenen" Zutaten bis zum Kardamom miteinander vermischen.
- Dann Sojamilch und Öl dazu, alles gut miteinander verkneten.
- Zum Schluß die Mandeln und das Orangeat dazugeben und gleichmäßig unterkneten.
- Den Teig ca. fingerdick auf die Oblaten streichen, einen Rand von ca. 1 cm lassen da der Teig sich noch "ausbreitet" während des Backens.
- Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und bei 180°C ca. 20 Minuten backen.
- Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und in einer luftdichten Dose aufbewahren.



Ergibt: ca. 2 Bleche.