



# LEBKUCHEN

von Katja Kleffner

## ZUTATEN

- 250 g Karotten (geraspelt)
- 2 Eier
- 50 g Dattelsirup
- 50 g Zucker od. andere Süße
- 120 g Dinkel-Vollkornmehl
- 100 g Haferkleie
- 80 g Dinkelmehl 1050
- 100 g Mandeln (gemahlen)
- 25 g Walnusskerne (gemahlen)
- 15 g Lebkuchengewürz
- 20 g Backkakao
- 1 Tütchen Orangenabrieb
- 1 Pckg. Backpulver

## ZUBEREITUNG

- Karottenraspel, Eier, Zucker mit dem Schneebeesen verrühren
- restliche Zutaten gesondert miteinander vermischen
- beide miteinander vermengen und zu einem klebrigen, streichfähigen Lebkuchenteig verarbeiten.
- Teig in Müsliriegelmatten oder Muffinformen streichen. Funktioniert am besten mit einem Esslöffel.

### BACKZEIT:

bei 160° C / Umluft, mittlere Schiene  
ca. 25-35 Min., je nach Motivgröße

Danach abkühlen lassen und z. B. mit Zartbitter Schokolade bzw. Kuvertüre und gehackten Pistazienkernen verzieren. In einer normalen Plätzchendose lagern.

*Guten Appetit!*

### TIPP

Die Riegel in Scheiben geschnitten anrichten.

### Menge:

2 Stück 4-er Müsliriegel-Matten  
und 4 Muffins

