Magenbrot

40 Min		84 Min
ZUBEREITUNGSZEIT		GESAMTZEIT



Zutaten für 1 Blech

Für den Teig

- 150 g Honig
- 125 g Zucker
- 100 ml Wasser
- 50 g Orangeat
- 450 g Weizenmehl
- 100 g gemahlene Mandeln
- 30 g Backkakao
- 2 TL Lebkuchengewürz
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Salz
- 2 TL Backpulver
- 2 TL geriebene Zitronenschale

Für den Guss

- 250 g Puderzucker
- 15 g Backkakao
- 100 ml heißes Wasser
- 2 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. Gib Honig, Zucker und Wasser in einen Topf und erwärme alles bei mittlerer Hitze, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Mischung darf dabei nicht kochen. Lass den Sirup danach etwas abkühlen. Hacke das Orangeat im Mixer so fein wie möglich oder schneide es mit einem Messer klein.
2. Mische in einer großen Schüssel Mehl, gemahlene Mandeln, Backkakao, Lebkuchengewürz, Zimt, Salz, Backpulver und den Zitronenabrieb. Gib das Orangeat und den lauwarmen Honigsirup dazu und knete alles zu einem glatten Teig. Er ist leicht klebrig, das ist richtig so.
3. Teile den Teig in 6 gleich große Portionen. Forme jede Portion zu einer Rolle mit etwa 2,5 cm Durchmesser. Wickle die Teigrollen in Frischhaltefolie und lasse sie 24 Stunden im Kühlschrank ruhen. So können die Gewürze richtig schön durchziehen.
4. Heize den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vor. Wickle die Teigrollen aus und lege sie mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Backblech. Backe das Magenbrot etwa 20 Minuten. Lass die Rollen 10 Minuten abkühlen. Schneide sie dann mit einem großen gezackten Messer schräg in etwa 2 cm breite Rauten oder in Scheiben.
5. Verrühre Puderzucker, Backkakao, heißes Wasser und Zitronensaft in einer mittelgroßen

Schüssel zu einem glatten Guss. Gib eine Handvoll Rauten hinein, wende sie und nimm sie dann gleich wieder raus. Lass sie kurz abtropfen und lege sie auf ein Kuchengitter. Lass den Guss etwa 12 Stunden trocknen. Das Magenbrot ist bereit zum Verpacken, wenn der Zuckerguss nicht mehr glänzt, sondern nur noch matt schimmert.

Nährwerte pro Portion: 54,6 kcal | KH 10,7 g | E 1 g | F 0,7 g

