



Köstliches Magenbrot

Rezept von Jeanette Marquis

Zutaten

150 g Zucker
125 g Honig
2 EL Wasser
100 ml warme Milch
1 TL Natron
400 g Mehl
20 g Backkakao
1 TL Zimt
1 TL Lebkuchengewürz (oder eigene Gewürzmischung)
Schale von 1 Bio-Zitrone
Schale von 1 Bio-Orange

Für die Glasur

200 g Zucker
80 ml Wasser
1 EL Zitronensaft
10 g Kakaopulver

Zubereitung

Zucker, Honig und Wasser in einem Topf bei mäßiger Hitze auflösen, aber nicht kochen lassen. Milch erwärmen und Natron darin auflösen. Die restlichen Zutaten in einer Schüssel vermischen. Die abgekühlten Flüssigkeiten dazugeben und alles zu einem Teig vermengen. Das geht gut mit einem Löffel. Die Schüssel abdecken und über Nacht ruhen lassen.

Am nächsten Tag den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Den Teig eventuell noch mit etwas Mehl durchkneten und sechs Rollen daraus formen. Die Rollen auf das Blech legen und je nach Ofen circa 20 bis 30 Minuten fertig backen. Anschließend komplett auskühlen lassen und in Scheiben, Trapeze oder schräge Stücke schneiden.

Für die Glasur den Zucker mit dem Wasser aufkochen und auflösen. Zitronensaft dazugeben und Kakaopulver mit dem Schneebesen untermischen. Abkühlen lassen. Jetzt ein Viertel des Magenbrotes in eine Schüssel geben, ein Viertel der Zuckerglasur über das Gebäck gießen und solange umrühren, bis der Sirup aufgesogen ist. Mit dem Rest genauso verfahren, zügig arbeiten. Das Magenbrot einzeln auf einem Backpapier auslegen und komplett trocknen lassen. In einer Dose aufbewahren, nach zwei bis drei Tagen ist das Gebäck durchgezogen und weich.