

Nürnberger Lebkuchen: viel Köstliches auf einer Oblate

Untrennbar verknüpft ist die Weihnachtszeit in Franken mit dem fein schmeckenden, duftenden Original Nürnberger Oblaten-Lebkuchen. Das würzige Backwerk trägt bereits stolze 600 Jahre auf seinem süßen Buckel und ist bei Groß und Klein gleichermaßen beliebt.

Es waren vermutlich die Mönche, die hier im 11. Jahrhundert begannen, Honigkuchen zu backen. Sie setzten die Teigmasse auf Oblaten, um zu verhindern, dass der Teig auf dem Backblech anklebt. Den Mönchen sollen die herzhaften Pfefferkuchen, den Nonnen dagegen das „süße Brot“ (panis mellitus) besonders gemundet haben. Diese Honigkuchen waren allerdings nicht die ersten der Geschichte. Bereits in der Antike wurden Vorläufer des Lebkuchens von den alten Ägyptern, Griechen und Römern gebacken und nicht nur gegessen, sondern als Talismane mit in die Schlacht genommen oder den ägyptischen Königen mit in die Gräber gelegt.

Schmerzstillende Nelke

Ruhm und Tradition als Heimat der Lebkuchen verdankt die Reichsstadt seiner verkehrsgünstigen Lage - am Schnittpunkt der alten Gewürz- und Handelsstraßen. Da Nürnberg eines der bedeutendsten Handelszentren war, konnten die exotischen Gewürze wie Zimt, Nelken, Kardamom, Muskat und die fremdländischen Mandeln leicht erworben werden. Ihnen wurden positive Effekte auf die Gesundheit zugeschrieben. So wirkt zum Beispiel allein die Nelke stark schmerzstillend, entzündungshemmend, beruhigend, desinfizierend, krampflösend und

appetitanregend. Zimt soll nicht nur die Verdauung, sondern auch den Kreislauf, die Durchblutung, den Appetit und die Fettverbrennung anregen.

Selbst wenn der Lebkuchen viele gesunde Zutaten enthält: Sein Name hat nichts mit dem Wort „Leben“ zu tun. Vielmehr vermutet man, dass er sich aus dem lateinischen Wort für Fladen (libum) entwickelt hat. Da Zucker ein Luxusprodukt war und in Nürnberg und Umgebung für die Bienenzucht günstige Bedingungen herrschten, verwendete man zum Süßen — wie der Name bereits vermuten lässt — Honig.

Produziert wurde der im Lorenzer Reichswald, der damals noch eine Waldlandschaft mit Fichten, Haselstauden, Linden, Heidekraut, Preisel- und Schwarzbeerblüte war. So war die Region auch als „des Heiligen Römischen Reiches Bienengarten“ bekannt. Bereits im 12. Jahrhundert übernahmen Zünfte die Herstellung von Lebkuchen; die erste schriftliche Erwähnung eines Nürnberger Lebküchners findet sich in einer Urkunde von 1395.

Doch erst rund 250 Jahre später, nämlich 1643, wurde eine eigene „geschworene“ Nürnberger Lebküchnerzunft von damals 14 Mitgliedern gegründet. Die Rezeptur war so geheim, dass es keinem Lebküchner erlaubt war, die Stadt zu verlassen. Ein Lebzeltner – so wurden diese Handwerker auch genannt – konnte nur werden, wer in eine Lebküchnerfamilie hineingeboren wurde oder einheiratete.

Feine Arznei

Der Verzehr von Lebkuchen wurde vom Rat der Stadt zu jeder festlichen Gelegenheit wie Weihnachten, Taufe, oder Hochzeit geraten, selbst in der Fastenzeit war er erlaubt: Schließlich galt der Lebkuchen auch als Arzneimittel. Leisten konnte sich die freilich nicht jeder.

Doch haben Sie sich schon einmal gefragt, warum die Elisenlebkuchen Elisenlebkuchen heißen? Der Legende nach haben die Elisenlebkuchen ihren Namen von einer Nürnberger Lebküchner-Tochter namens Elisabeth erhalten. Die Geschichte besagt, dass der Nürnberger Lebküchner seine Tochter sehr geliebt hat

und sie sein Ein und Alles war, da seine Frau bereits an einer Krankheit gestorben war. Eines Tages erkrankte auch seine geliebte Tochter schwer.

Kein Arzt wusste Rat und der Lebküchner war der Verzweiflung nah. In seiner Not dachte er an ein ganz besonderes Heilmittel. Als Lebküchner wusste er um den Wert der orientalischen Gewürze und somit stellte er für seine Elisabeth einen ganz besonderen Lebkuchen her. Er ließ das Mehl weg und verwendete nur die hochwertigsten Zutaten. Und tatsächlich kam Elisabeth wieder zu Kräften und wurde gesund.

Der Legende nach wurde der Elisenlebkuchen nach Elisabeth benannt. Doch egal, woher der Name nun wirklich kommt und ob die Legende wirklich so passierte, die Elisenlebkuchen sind ein Hochgenuss. Noch heute dürfen die Elisenlebkuchen maximal 10% Mehl enthalten und die Gewürze Zimt, Vanille, Nelken, Koriander, Piment, Muskat, Ingwer und Kardamom sorgen für das typische Lebkuchenaroma. Von Generation zu Generation überliefert, werden die geheim gehaltenen Rezepturen für die Nürnberger Lebkuchen bis heute verwendet.

Doch Nürnberger Lebkuchen sind nicht nur weltweit bekannt, sondern auch geschützt: Seit 1996 ist die Bezeichnung „Nürnberger Lebkuchen“ eine „geschützte geografische Angabe“ und als solche europaweit anerkannt.

Lebkuchen Selbst gemacht

Wer jetzt Lust auf Lebkuchen bekommen hat, kann nach einem Rezept aus dem 16. Jahrhundert Lebkuchen backen:

1 Pfund Zucker
½ Seidlein oder 1/8erlein Honig
4 Loth Zimet
1 ½ Muskatrimpf
2 Loth Ingwer
1 Loth Caramumlein
½ Quentlein Pfeffer
1 Diethäuflein Mehl — ergibt 5 Loth

Wer noch mehr Spannendes über die Nürnberger Lebkuchen erfahren möchte, sollte an der Stadtführung [„Von Lebkuchen und Launen, Liebe und Lustbarkeiten“](#) teilnehmen, bei der mit einer Lebküchlerin die schönsten Orte in der Sebalds Altstadt, die auch für die Lebküchler von Bedeutung waren, erkundet werden.

Zu den wohl wichtigsten Firmen in Nürnbergs Lebkuchenproduktion gehört die 1927 gegründete Firma „Lebkuchen Schmidt“. Jedes Jahr zur Weihnachtszeit bietet das „Hexenhaus“ von Lebkuchen Schmidt ein beliebtes Fotomotiv unter den unzähligen Buden auf dem Nürnberger Christkindlesmarkt. Hier bäckt der Lebküchler täglich frischen Honigkuchen, außerdem werden Schmidt-Lebkuchen in allen Formen und Geschmacksvarianten zum Verkauf angeboten. Wer sich einmal selbst an der Herstellung des Nürnberger Lebkuchens versuchen möchte hat die Möglichkeit an einem Lebkuchen-Backkurs der Kochschule Cookionista teilzunehmen und selbst die traditionelle Köstlichkeit herzustellen.