



BAGELS



Für 8 Stück

ZUTATEN

für den Teig:

1 1/2 EL brauner Rohrzucker
2 TL Trockenhefe
500 g Weizenmehl (Type 550)
2 TL Salz

für das Kochwasser:

2 Liter Wasser
1 EL Honig
Salz

ZUBEREITUNG

Trockenhefe und Zucker in 100 ml Wasser verrühren und 5 Minuten quellen lassen. Mehl und Salz in einer Rührschüssel mischen. In die Mitte eine Mulde drücken und die Hefemischung hineingießen. Weitere 200 ml Wasser dazugeben. Für mindestens 10 Minuten zu einem glatten und elastischen Teig verkneten. Den Teig auf Einschubhöhe 2 bei Gärstufe 1 gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat, anschließend flach drücken und nochmals 10 Minuten gehen lassen.

Teig in 8 gleich große Stücke teilen und daraus Kugeln formen (je genauer, desto besser). In diese wird nun in die Mitte mit einem leicht bemehlten Finger ein Loch eingedrückt - was den Bagel zum Bagel macht. Das Loch vorsichtig mit den Fingern vergrößern, bis es etwa ein Drittel des Bageldurchmessers misst.

Fertig geformte Bagels mit Mehl bestäuben, abdecken und weitere 30 Minuten an einem warmen Ort gehen gelassen.



BAGELS

ZUTATEN

für das Topping:

1 Ei
Samen (wie Sesam, Leinsamen,
Mohnsamen)
Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne
Grobes Salz

ZUBEREITUNG

In der Zwischenzeit den Ofen auf 200 °C CircoTherm® Heißluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und den Honig darin verrühren. 2 bis 3 Bagels (sie sollten sich nicht berühren) vorsichtig in das kochende Wasser geben und von jeder Seite 1 Minute ziehen lassen. Bagels herausnehmen und auf einem Gitter abtropfen lassen.

Die vorgegarten Bagels auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit verquirltem Ei bestreichen und mit Sesam, Kürbiskernen oder Mohn bestreuen. Auf Einschubhöhe 3 ca. 20 Minuten auf CircoTherm® Heißluft goldgelb backen, dabei die ersten 10 Minuten Dampfzugabe gering dazu schalten.

Die Bagels wahlweise mit geräuchertem Lachs, oder mit Hummus und Gemüse belegen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit frischen Kräutern bestreuen.