

Rezept „Bagels“

Bagels sind wunderbar zum Frühstück oder einfach für Zwischendurch. Ihr könnt Bagels am Vortag vorbereiten, denn auch am nächsten Tag schmecken sie immer noch frisch. Ihr könnt sie mit allem belegen oder bestreichen, was Ihr wollt, ob herzhaft oder süß. Auch als „Burgerbuns“ sind Bagels hervorragend geeignet. Bezieht Eure Eltern mit ein, damit sie Euch unterstützen können und die Dinge sind ruckzuck fertig! Achtet darauf, denn die Bagels müssen vorher gekocht werden, um sie dann zu backen!

Was ihr dafür braucht:

- 500g Mehl
 - 21g Hefe
 - 1 EL Zucker
 - 1 TL Salz
 - 2 EL Öl
 - 300ml Wasser
 - Honig, nach belieben
 - evtl. ein verquirltes Ei (für eine glänzende Oberfläche und anhaften zusätzlicher Topics: Mohn, Sesam etc.)
 - Belag für die Bagels, nach belieben
- = ergibt ca. 8 Bagels

1.) Die Hefe in das Mehl bröseln und etwas vermischen. Anschließend Zucker, Salz, Wasser und Öl hinzufügen und in ca. 10 Minuten zu einem elastischen Teig rühren/kneten. Danach etwas Mehl über den Teig stäuben, abdecken und 1 Stunde gehen lassen.



2.) Die Arbeitsfläche dünn mit Mehl bestäuben und den Teig zu 8 Kugeln formen und daraus dann Bagels formen. Dazu könnt ihr die Kugeln nur etwas flach drücken und mit einem Kochlöffelstiel ein Loch in die Mitte bohren, so dass ihr dieses mit kreisender Bewegung vergrößert (ca. 2-4 cm)



3.) Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Bagels mit ausreichendem Abstand nebeneinander auf das Blech legen. Abgedeckt 30 Minuten gehen lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 220°C Ober/Unterhitze vorheizen (Umluft 200°C).

4.) Nun in einen breiten Topf zur Hälfte Wasser füllen, nach Belieben Honig dazugeben und alles leicht zum Kochen bringen. Jeweils zwei Bagel-Rohlinge in das kochende Wasser legen und etwa 30 Sekunden auf beiden Seiten ziehen lassen.



5.) Mit einer Schaumkelle die Bagel-Rohlinge herausnehmen, kurz abtropfen lassen und wieder auf das Blech legen. Nach Belieben mit einem verquirlten Ei bestreichen. Auf dem mittleren Einschub des Backofens etwa 20 Minuten hellbraun backen.



Wenn ihr wollt, könnt ihr die Bagels vor dem Backen zusätzlich auch mit Mohn, Käse, Sesam o.a. bestreuen.

6.) Wenn die Bagels fertig sind, etwas auskühlen lassen und nach Herzenslust belegen.

Hier ein paar Ideen, wie Ihr Eure Bagels belegen könnt:



Lasst es Euch schmecken!