

# Bagels



| Menge      | Zutaten              | Zubereitung  |
|------------|----------------------|--|
| 240 g      | Dinkelvollkornmehl   | Trockene Zutaten in einer Backschüssel mischen. Blech mit Backpapier belegen,  |
| 240 g      | Weizenmehl           |  |
| 8 g        | Salz                 |  |
| 240 g      | Wasser, lauwarm      | Die Hefe im Wasser mit einem Schneebesen verrühren, Honig und Zucker zugeben. Diese Flüssigkeit zum Mehl geben und gründlich kneten (In der Küchenmaschine 6-7 Minuten). Teig abgedeckt etwa 1 Stunde gehen lassen. In 9 Teile portionieren, Kugeln abdrehen, flach drücken und abgedeckt 30 Minuten gehen lassen. Danach etwas Mehl auf die Arbeitsfläche geben, in jede Kugel ein Loch mittig eindrücken und den Teig um den Finger kreisen lassen, bis das Loch groß genug ist. |
| 10 g       | Hefe                 |  |
| 1 EL       | Honig                |  |
| 13 g       | Zucker               |  |
| etwa 1,5 l | Wasser               | Backrohr auf <b>230°C Ober-Unterhitze</b> vorheizen. Honigwasser in einem Topf aufkochen, Bagels einlegen und von beiden Seiten etwa 1 Minute kochen lassen. Mit der Schaumkelle auf ein Blech mit Backpapier legen.   |
| 2 EL       | Honig                |  |
| 1          | Eigelb               | Eigelb mit Milch verquirlen, auf die Bagels streichen, mit Körnern bestreuen, 10-12 Minuten goldbraun backen. Bagels quer aufschneiden, mit Frischkäse, Tomaten, Lachs etc. belegen. Bagels lassen sich sehr gut einfrieren und dann aufgeschnitten toasten!   |
| 3 EL       | Milch                |  |
|            | Körner nach Belieben |  |