

BAGELS FACILE

- **Type de plat** : Entrée
- **Difficulté** : facile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 60 min
- **Temps de cuisson** : 25 min



Ingrédients pour 10 bagels

- **500 g de farine blanche**
- **15 g de levure fraîche ou 8 g de levure sèche**
- **15 cl de lait tiède**
- **10 cl d'eau tiède**
- **1 œuf + 2 blancs**
- **10 g de sel fin**
- **10 g de sucre**

Etapas de préparation

1. Délayer la levure fraîche dans 5 cl d'eau tiède. Laisser reposer 5 min.
2. Dans un grand saladier, mélanger la farine avec le lait, le reste d'eau, le sucre, le sel et les blancs d'œufs légèrement battus. Incorporer la levure et pétrir 10 à 12 min.
3. Recouvrir d'un torchon humide et laisser lever 1h30 à l'abri des courants d'air. La pâte doit doubler de volume.
4. Abaisser la pâte et la repliant plusieurs fois sur elle-même afin d'en exprimer un maximum d'air. La diviser en 10 petites boules. Faire un trou dans chacune des boules avec les doigts et l'élargir (on obtient des cercles de pâte de 10 cm de diamètre avec un trou de 5 cm de diamètre). Couvrir et laisser lever 15 min.
5. Préchauffer le four à 210°C (thermostat 7).
6. Mettre une casserole d'eau à bouillir et pocher 2 par 2 les bagels dans l'eau frémissante (ils vont gonfler dans l'eau).
7. Les poser sur une plaque beurrée. Les badigeonner d'œuf et les parsemer de graines de pavot, sésame, etc.
8. Les faire cuire 20-25 min au four jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

