

Bagels

On ne présente plus le fameux petit pain en forme d'anneau venu tout droit des Etats-Unis. Les bagels, sucrés ou salés, c'est comme on aime, mais surtout avec du cream-cheese !

environ 12 pièces    Moyen  up to 40 Min.



Ingrédients:

Matériel:

1 plaque de cuisson
1 écumoire
1 pinceau à pâtisserie

Pour la pâte:

450 gr. de farine de blé (type 405)
50 gr. de fécule de maïs
1 sachet de Levure de Boulangerie Dr.Oetker
1 gr. de sel
3 c. à c. rase de sucre roux
275 ml d' eau chaude
1 blanc d'oeuf

Pour badigeonner:

1 jaune d'oeuf
1 c. à s. de lait

Pour la décoration:

gros sel
graines de sésame
graines de pavot bleu

1 Préparation de la pâte :

Dans un récipient, mélangez la farine, la fécule de maïs et la levure. Ajoutez les autres ingrédients pour la pâte et pétrissez au batteur électrique, d'abord quelques instants à vitesse lente puis rapide pendant env. 5 min. jusqu'à obtention d'une pâte bien lisse.

2 Couvrez la pâte et laissez reposer dans un endroit chaud jusqu'à ce qu'elle double visiblement de volume.

3 Saupoudrez légèrement la pâte et le plan de travail de farine. Sortez la pâte du récipient et pétrissez-la bien à la main puis formez un boudin. Divisez la pâte en 12 parts égales. Façonnez les pâtons en boule. Recouvrez les boules de pâte d'un linge humide.

4 Beurrez la plaque de cuisson et préchauffez le four :

Four électrique : 200 °C

Four à chaleur tournante : 180 °C



- 5 Faites chauffer 2-3 litres d'eau dans une casserole. Farinez vos mains, puis enfoncez l'index au centre de chaque pâton pour creuser un trou et formez un anneau. A l'aide de votre index, élargissez ce trou en tournant à l'intérieur. Le diamètre du trou représente env. 1/3 du diam. du bagel
 - 6 Pochez les bagels dans l'eau frémissante pendant env. 1 min. sans couvrir, jusqu'à ce qu'ils commencent à gonfler. A l'aide d'une écumoire, sortez les bagels de l'eau, égouttez-les puis posez-les sur la plaque de cuisson.
 - 7 **Pour le badigeon et la décoration :**
Battez le jaune d'œuf avec le lait et badigeonnez les bagels avec un pinceau. Selon votre convenance, parsemez les bagels de gros sel, de graines de sésame ou de pavot et pressez-les légèrement.
 - 8 Placez la plaque au four et faites cuire :
- Position de la grille : Milieu**
- 9 Sortez les bagels du four lorsqu'ils sont bien dorés et laissez-les refroidir.
 - 10 Coupez les bagels en deux et garnissez-les selon votre convenance : les bagels se dégustent aussi bien avec un accompagnement sucré (confiture..) que salé (fromage frais, saumon...).

Conseils

- Vous pouvez congeler les bagels.

