

Bagels

im Original von [„einfach backen“](#)

Zutaten

Hauptteig:

- 500 g Weizenmehl Type 550
- 20 g Hefe
- 40 g Sirup
- 15 g Salz
- 100 g Milch 3,5 %
- 160 g Wasser, lauwarm
- 15 g Öl
- 1 Ei
- etwas Mohn, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne und Sesamsamen zum Bestreuen.

Verarbeitung

Hauptteig:

- Alle Zutaten 5 min zu einem glatten Teig verkneten.
- Zugedeckt ca. 60 Min. gehen lassen.
- Ca. 80 g schwere Teigkugeln formen.
- Mit Hilfe eines Rührlöffels Löcher in die Teiglinge stechen und auf ca. 3 cm aufweiten.
- 30 min abgedeckt reifen lassen.
- Wasser zum Kochen bringen und vom Herd nehmen. Bagels beidseitig ca. 30 s ziehen lassen.
- Mit Ei bestreichen und nach Belieben bestreuen

Backen:

- Den Ofen auf 300 °C vorheizen und die Bagels bei 200 °C für 20 min backen.