

Bagels



Para 8/12 unidades (depende del tamaño que quieras hacer)

- Harina de trigo **450 gr**
- Agua tibia **125 ml**
- Leche tibia **125 ml**
- Levadura fresca **15 gr (si quieres que leve antes pon 20 gr)**
- Sal **8 gr**
- Azúcar **5 gr**
- Clara de huevo **1**
- Mantequilla derretida **30 gr**
- Semillas de sésamo
- Aceite
- Yema de huevo **1**
- Leche **5 ml**

Desmenuzamos la levadura fresca y la mezclamos con la harina, la sal, el azúcar, la mantequilla derretida, una clara de huevo, la leche y el agua. Amasamos unos minutos **hasta obtener una masa lisa y brillante.**

Engrasamos un recipiente amplio con una pizca de aceite, introducimos en él la masa, cubrimos con un trapo limpio y **dejamos levar** hasta doblar en volumen (60-90')

Desgasificamos la masa insertando el puño en ella un par de veces. La amasamos suavemente y cortamos en 8/12 porciones, procurando que sean del mismo tamaño. Boleamos cada porción y **formamos los bagels, con su agujero en el centro.** Cuanto más grande sea el agujero mejor, porque se cerrará en el horno.

Dejamos levar de nuevo durante 10'. Mientras tanto, llenamos una cacerola amplia con agua abundante y la llevamos a ebullición. Escaldamos cada bagel en el agua hirviendo **durante 10"**, lo que se tarda en dejarlo caer, voltear y retirar.

Colocamos los bagels sobre una bandeja de horno cubierta con papel vegetal y **pincelamos con una mezcla de yema de huevo batida y un poco de leche**. Espolvoreamos con semillas de sésamo (opcional) y cocemos en el horno, precalentado a 210º C, con calor arriba y abajo, durante 20-25' hasta que estén ligeramente dorados.

Retiramos y dejamos enfriar antes de consumir.



Los **bagels** se pueden comer tal cual o rellenos al gusto. Una de las combinaciones más populares es la de queso crema y salmón ahumado, pero las posibilidades son infinitas: crema de queso de cabra y pimientos asados, ensalada de tomate, rúcula y aguacate y mucho más.

Bagels

12
piezas

-  450 g. de harina
-  1 pieza de sal
-  15 g. de levadura fresca de panadería
-  Semillas de sésamo (blanco y negro)
-  1 cucharada de azúcar
-  1 yema de huevo
-  5 g. de levadura seca
-  30 g. de mantequilla
-  125 ml. de leche
-  125 ml. de leche
-  2 cucharadas de leche (para pintar)
-  1 clara de huevo
-  Aceite de oliva virgen extra

