



## Bagels

---

Amerikanische "Hefe-Brötchen mit Loch". Rezept ergibt 8 Bagel-Brötchen.

### Zutaten:

---

Für den Teig:

1 Päckchen Trockenhefe  
1 und einen halben Teelöffel Zucker  
200ml lauwarmes Wasser  
einen halben Teelöffel Salz  
400g Mehl  
etwas Fett zum einfetten der Rührschüssel

für den "Belag":

1 Eigelb  
Mohnsamen, Sesamsamen oder Sonnenblumenkerne (nach belieben)

### Zubereitung

---

Hefe mit etwas Zucker im Wasser anrühren. 5 Minuten stehen lassen, danach Salz hinzugeben. Etwa 3 Viertel des Mehls in eine Schüssel sieben und die Hefemischung zugießen. Durchkneten und das restliche Mehl nach und nach zugeben. Den Teig noch etwa 15 Minuten weiter kneten.

Eine Schüssel leicht einfetten und den gekneteten Teig an einem warmen Ort für etwa 40 Minuten abgedeckt gehen lassen. Nochmal durchkneten und in 8 bis 10 gleichgroße Stücke teilen.

Jedes Teigstück zu einer Kugel formen, mit beiden Händen fassen und mit den Daumen in der Mitte ein Loch von etwa 8 bis 10 cm Durchmesser drücken. Die Bagels nochmals 20 Minuten abgedeckt gehen lassen.

In einem großen Kochtopf 3- 4l Wasser mit einem Teelöffel Zucker aufkochen. Jeweils so viele Bagels wie im Topf jeweils frei schwimmen können in den Topf: 5 Minuten ziehen lassen, aber nicht mehr aufkochen. Mehrfach wenden. Danach herausheben und trockentupfen.

Bagels auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit gequirltem Eigelb bestreichen und nach Belieben mit Sesam, Mohn oder Sonnenblumenkernen bestreuen.

Bei Umluft 180 Grad für 35 bis 40 Minuten backen, anschließend auf einem Gitter auskühlen lassen.