

Bagels amerikanisch

Für 8 Bagels

Grundrezept:

440 g Weizenmehl, 405	20 g Zucker	1 $\frac{1}{2}$ TL Salz
1 Päck. Trockenhefe	240 ml warmes Wasser	

Toppings:

Meersalz	Sesam, Mohn	geröstete Zwiebeln
Knoblauch		

Grundrezept:

Die trockenen Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen.

Eine Vertiefung in die Mehlmischung drücken, 100 ml warmes Wasser hineinschütten, mischen, immer mehr Wasser hinzufügen und mischen bis ein homogener, fester, feuchter Teig entstanden ist.

Auf einer glatten, bemehlten Arbeitsfläche den Teig 10 Minuten kneten; er sollte am Ende glatt und elastisch, aber nicht zu fest sein. Beim Kneten immer mal wieder etwas Mehl einarbeiten, falls der Teig zu klebrig wird.

Eine Schüssel mit Öl einfetten und den Teig darin mehrmals wenden, damit alle Seiten ans Öl kommen. Den Teig in die Schüssel legen, mit einem feuchten Küchentuch bedecken und an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen - er sollte doppelt so groß wie am Anfang werden.

Alternativ:

Den Teig über Nacht im Kühlschrank gehen lassen, um den Geschmack etwas zu vertiefen - dazu die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig am nächsten Tag 30 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen.

Den Teig abschlagen (= mehrmals mit der Faust nach unten drücken) - dabei solltest man hören, wie ein wenig Luft aus ihm rausgeht. Den Teig dann weitere 10 Minuten stehen lassen.

Den Teig in 8 Portionen aufteilen und in Bälle formen. Einen glatten Ball erhält man, wenn man den Teig leicht gegen die Arbeitsoberfläche drückt und mit einer Hand Kreisbewegungen macht.

Nun einen Zeigefinger in etwas Mehl stecken und ihn langsam in die Mitte eines Teigballs drücken, bis er zur anderen Seite durchdringt.

Dann mit deinen Händen das kleine Loch ausdehnen, bis es den Durchmesser des Bagels hat. Den fertig geformten Bagel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Diesen Schritt mit den restlichen Teigbällen wiederholen.

Die geformten Bagels 10 Minuten ruhen lassen.

Einen großen, flachen Topf mit Wasser füllen und das Wasser zum Kochen bringen. Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Temperatur des Herdes reduzieren (bei 9 Stufen auf Stufe 4).

Ein paar Bagels in den Topf geben (es sollte noch etwas Platz zwischen den einzelnen Bagels sein, da sie durch diesen Prozess noch etwas größer werden). Sie sollten relativ zügig an der Oberfläche des Wassers schwimmen. Dann 1 Minute so kochen lassen, die Bagels umdrehen und noch 1 Minute kochen lassen. Dann die Bagels herausnehmen und

auf einem Gitter abtropfen lassen, während die nächsten kochen.

Nach dem Kochen ist der Zeitpunkt, um die Bagels mit den Toppings zu bestreuen; da sie noch nass sind, müssen sie nicht mit Ei oder sonst was bestrichen werden, damit die Toppings kleben.

Die gekochten Bagels auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, 20 Minuten backen, bis sie goldbraun aussehen.

Kurz abkühlen lassen und mit einem Aufstrich oder Belag genießen.

NN am 13. März 2026