

Bagels



Après les pains pour hamburger, voici les délicieux pains bagels ! Tout aussi bon pour faire d'irrésistibles sandwiches ! Les bagels sont un peu plus complexe à réaliser mais reste abordable quand même ! Chez moi, nous les avons mangé un soir, c'est très conviviale, chacun met ce qu'il veut, vraiment super !

Pour 10 bagels

Ingrédients:

530g de farine

5g de levure de boulanger fraîche

30g de beurre

2c. à soupe de sucre

2c. à café de sel

1 oeuf battu

Graine de pavot

Pour le pochage:

2c. à soupe de sucre

1c. à café de bicarbonate de soude

Préparation:

Diluez la levure émiettée dans 5cl d'eau tiède avec une pincée de sucre et laissez reposer 5min. Ajoutez le beurre, le sucre, 25cl d'eau tiède, le sel et la farine progressivement. Pétrissez pour obtenir une pâte homogène, élastique mais molle.

Déposez la pâte dans un saladier, couvrez d'un film alimentaire et laissez lever 1H. Dégazez: pétrissez à nouveau 1 ou 2min, remettez dans le saladier et couvrez à nouveau. Mettez au réfrigérateur pour 6H au moins.

Préchauffez le four à 240°C (th.8-9). Préparez une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Préparez le bain de pochage: dans une marmite large, mélangez le sucre, le bicarbonate de soude, et ajoutez un grand volume d'eau. Portez à ébullition et maintenez à petit bouillon. Sortez la pâte du frais.

Prélevez une boule de pâte de la taille d'une clémentine, aplatissez-la avec la paume de la main. Percez en son centre un trou assez large. Mettez le bagel dans l'eau. Pochez 1min de chaque côté, déposez sur un linge pour

éponger rapidement, et tout aussi rapidement, déposez sur la plaque. Procédez ainsi jusqu'à épuisement de la pâte.

Badigeonnez d'œuf battu, saupoudrez de graines de pavot. Enfourez, baissez la température du four à 180°C (th.6) au bout de 5min et laissez cuire encore 8min en surveillant. Laissez bien refroidir avant de les découper en deux et de les garnir.