



# Bagels maison



**Temps de préparation**

> 1h



**Difficulté**

Difficile



## Ingrédients

25 grammes levure fraîche (ou 7 g de levure déshydratée par 25 g de levure fraîche)  
500 ml water (lauw)  
1 cuillère à soupe de sel  
2 cuillères à soupe de miel  
850 grammes de farine pour pâtisserie  
1 blanc d'œuf  
graines de sésame

## Méthode de préparation

- 1.** Dans un grand récipient, délayez la levure dans l'eau tiède. Ajoutez le sel et le miel, puis la farine et pétrissez pour obtenir une pâte ferme et élastique.
- 2.** Recouvrez-la d'un linge propre, et laissez-la lever au moins une heure pour qu'elle double de volume.
- 3.** Formez 12 boules. Aplatissez-les et trouez chaque boule au centre avec le doigt.
- 4.** Disposez-les côte à côte sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, couvrez et laissez gonfler pendant 45 minutes.
- 5.** Portez de l'eau à ébullition dans une grande casserole.
- 6.** Trempez-y un bagel et retournez-le au bout d'une minute. Poursuivez la cuisson pendant 1 minute et sortez-le de l'eau à l'aide d'une écumoire. Égouttez-le sur du papier absorbant. Procédez de même pour tous les bagels.
- 7.** Badigeonnez le sommet des bagels d'un peu de blanc d'œuf et saupoudrez de graines de sésame.
- 8.** Alignez les bagels sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites-les cuire pendant 25 minutes dans un four préchauffé à 180 °C.



**9.** Laissez-les refroidir.