



*coolinari*  
FOOD BLOG  
& CAKES

## Najlepší bagel

Na bagel budete potrebovať (8 ks):

200 ml studenej vody  
7 g sušeného droždia  
20 g medu  
450 g hladkej múky  
2 čajové lyžičky soli  
hrubú múku na poprášenie

1 a ½ litra vody  
20 g medu  
1 polievkovú lyžicu sódy bikarbóny  
1 vajce  
sezamové semiačka, mak

Studenú vodu zmiešajte s medom, droždím a nechajte 15 minút postáť. V mise zmiešajte múku so soľou, pridajte kvások a v kuchynskom robote s hákovým nástavcom nechajte hnieť na pomalom stupni 10 minút. Vzniknuté hutné cesto rozdeľte na osem rovnakých častí, vytvarujte malé loptičky, poukladajte na plech posypaný hrubou múkou, prikryte utierkou a nechajte 5 minút odpočívať.

Prstami vytvarujte loptičky do prstencového tvaru s dierou 4 až 5 cm (cesto sa po pár minútach trochu stiahne). Opäť poukladajte bagle na plech, prikryte utierkou, druhým plechom a nechajte 14 až 18 hodín odpočívať v chladničke.

V hrnci nechajte zovrieť vodu s medom a so sódou bikarbónou. Bagle varte 20 sekúnd z každej strany, vytiahnite na mriežku a nechajte odkvapkať. Vďaka tomuto vareniu bude mať každý bagel po upečení na povrchu pľuzgieriky. Poukladajte bagle na plech vystlaný papierom na pečenie, potrite ich vyšľahaným vajíčko a posypte čiernym, bielym sezamom, makom, alebo ich mixom. Pečte pri teplote 230 stupňov približne 12 až 17 minút. Po vytiahnutí nechajte vychladnúť.