

## Bagels maison, vous ne pourrez plus vous en passer

RECETTES - BOULANGERIE - DÉJEUNERS-BRUNCHS



NOMBRE DE PORTION: 16

TEMPS DE PRÉPARATION:

20 MIN

TEMPS DE CUISSON :

50-60 MIN

TEMPS DE REPOS:

60 MIN

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: OUI

## **Ingrédients**

- 16 grammes (4 c. thé) de levure instantanée (j'ai utilisé la Fleishmann's)
- 1 ½ tasse (375 ml) d'eau tiède (pas trop chaude pour ne pas tuer la levure)
- 1 c. thé (5 ml) de sucre
- 1 ½ thé (7.5 ml) de sel
- 1 œuf + 1 jaune d'œuf
- 1/4 tasse (65 ml) d'huile de canola
- ½ tasse (125 ml) de sirop d'érable ou de miel
- 5 ½ tasses de farine
- ½ tasse (65 ml) de miel
- Graines de sésame ou graines de pavot

## **Préparation**

- 1. Dans un bol, mélanger l'eau, la levure et le sucre. Bien brasser et laisser reposer 15 minutes. La levure va ainsi se dissoudre et s'activer.
- 2. Ajouter le sel, l'œuf, le jaune d'œuf, l'huile et le sirop d'érable. Bien mélanger.
- 3. Ajouter de façon graduelle la farine en brassant bien avec le crochet à pétrir de votre mélangeur sur pied ou à l'aide d'une spatule.
- 4. Pétrir jusqu'à ce qu'une belle boule uniforme se forme (à la main ou à la machine).
- 5. Mettre la boule dans un bol légèrement huilé et couvrir d'un linge humide.

- 6. Laisser reposer 15-20 minutes.
- 7. Déposer la boule sur une surface légèrement farinée et frapper la boule pour retirer le plus d'air possible.
- 8. Faire 16 boules de pâte.
- 9. Rouler les boules de pâte en cylindre de 20-25 cm. Prendre la pâte et l'enrouler autour de votre main. Rejoindre les deux bouts et rouler la pâte afin de les coller ensemble.
- 10. Mettre un peu de farine en dessous de chaque bagel.
- 11. Déposez-les sur une plaque recouverte de papier parchemin et recouvrir d'un linge humide propre. Laisser reposer 25 minutes sans plus. Si vous les laissez trop longtemps, ils gonfleront trop.
- 12. Préchauffer le four à 450 F (230 C).
- 13. Pendant le repos, porter à ébullition de l'eau dans un gros chaudron avec le ¼ de tasse de miel.
- 14. Plonger les bagels dans l'eau (3-4 à la fois). Laissez dans l'eau 45 secondes et retournez-les. Laisser encore 45 secondes. Retirer les bagels à l'aide d'une grande cuillère trouée et recouvrir de graines de sésame.
- 15. Cuire sur une plaque recouverte de papier parchemin au centre du four pendant 20 minutes. Surveillez et ajustez le temps selon la force de votre four.