

# Bagel

- Freitag, Januar 14, 2011

<https://ketex.de/blog/bagel/>

*Bagel sind im 16. oder 17. Jahrhundert in Mitteleuropa entstanden und waren bei der jüdischen Bevölkerung Wiens sehr beliebt.*

*Der Name „Bagel“ leitet sich von „Beigel“ für Gebogenes oder den Steigbügel ab, dessen Form der Bagel nachempfunden ist. Auch heute noch gibt es ein aus der Slowakei und Österreich stammendes Gebäck, welches gefüllt ist und Beugel genannt wird (Nussbeugel, Mohnbeugel). In den 1880ern brachten dann europäische jüdische Auswanderer ihr Gebäck mit in die Vereinigten Staaten, und aus „Beugal“ wurde der Bagel. In den USA sind Bagel heute ein Standardprodukt. Er ist dort das Wahrzeichen der jüdischen Küche. Soweit Wikipedia.*

*Ich musste diese Gebäck unbedingt nachbacken, da mich der Geschmack von Süßem und Salzigem gereizt hat. Ich kann nur sagen: "Nachbacken!!!! Es lohnt sich." Mit Frischkäse und Räucherlachs belegt... einfach nur lecker!*

## 1. Vorteig

- 75 g [Weizenmehl 550](#)
- 75 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 150 g Wasser
- 1,5 g Frischhefe

Alle Zutaten klümpchenfrei verrühren und 2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen. Danach für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen. Das Ganze sollte mit einer Klarsichtfolie abgedeckt werden.

## 2. Hauptteig

- Vorteig
- 300 g [Weizenmehl 550](#)
- 50 g [Roggenmehl 1150](#)
- 150 g Wasser
- 30 g Zucker
- 10 g Salz
- 8,5 g Frischhefe
- 14 g (= 1 EL) Sonnenblumenöl

Zubereitung

Zubereitung

### 3. Die Bagel Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 12-15 Minuten kneten. Danach den Teig in eine geölte Schüssel geben und mindestens 1 Stunde gehen lassen.

Danach Stücke von ca. 100 g abwiegen und etwas rundwirken. Die Teiglinge platt drücken und jeweils zu einer etwa 35 cm langen Wurst formen. Die Wurst um die Hand wickeln, sodass die Enden in der Handfläche sind. Jetzt hin und her rollen, damit sich die Enden gut miteinander verbinden. Am besten schaut man sich dieses [Video von Ciril Hitz](#) an .

Nachdem die Bagels noch einmal 30 Minuten gegangen sind, sollte man einen Topf mit Honigwasser (1 EL Honig auf 1 Liter Wasser) zum Kochen bringen, danach aber nur noch simmern lassen (70-80 °C). Die Teiglinge darin 30 Sekunden von beiden Seiten baden (zuerst mit der Seite, die nach oben zeigte) und auf ein Backblech legen. Anschließend mit einer Mischung aus Ei, Milch und Wasser bestreichen und in Sesam oder Mohn wälzen.

Den Ofen in der Zwischenzeit auf 230° aufheizen und dann die Bagels in 15-20 Minuten fertigbacken.

#### Video Bagel backen

<http://www.youtube.com/watch?v=Hw12Ix939D0&feature=channel>

---