



## Consejo del chef

Recién hechos están deliciosos, pero es que después, tostados en la tostadora y servidos con tu relleno preferido ¡son un verdadero escándalo!

## Raciones para 9

500 gr Harina de fuerza

350 ml Agua

18 gr Levadura fresca

6 gr Levadura panadero

1 Cucharadita de sal

1 Cucharadita de miel

1 Cucharadita de azúcar

Semillas variadas de amapola y sésamo

Bicarbonato

Huevo batido

- 1 Ponemos en el bol de la amasadora la harina, el agua, la miel, el azúcar y la sal. La levadura no hace falta diluirla en el agua, simplemente la desharemos con los dedos y la integraremos con el resto de ingredientes.
- 2 Amasamos durante unos 10 minutos. Obtendremos una masa que no se pega a las manos y muy agradable y sencilla de trabajar.
- 3 Formamos una bola con la masa y dejamos que fermente en un bol engrasado con un poco de aceite y bien tapado, durante aproximadamente una hora y media o dos (dependiendo de la temperatura que tengamos en ese momento en nuestra cocina), o hasta que la masa haya doblado su volumen.
- 4 Desgasificamos un poco la masa y dividimos en 9 piezas. Formamos unas bolitas boleando un poco las piezas para darles tensión y las dejamos reposar 10 minutos (tapadas con un trapo de algodón limpio) antes de formar los bagels para que se relaje un poco la masa.
- 5 Metemos el dedo índice por el centro de las bolitas y comenzamos a hacer grande el agujero para darles forma de aro. El agujero no debe quedarte muy pequeño o al fermentar se cerrará y se perderá por completo.
- 6 Una vez formados todos los bagels los taparemos y dejaremos que fermenten de nuevo, unos 30 minutos será suficiente.
- 7 Mientras fermenta, ponemos agua a hervir con un poco de bicarbonato, ya que el agua alcalinizada les dará ese toque de corteza crujiente y brillo tan característico. Por 3 litros de agua pondremos una cucharadita de postre de bicarbonato.
- 8 Cuando el agua arranque a hervir y los bagels hayan fermentado unos 30 minutos, iremos escaldando los bagels. Los tendremos en el agua hirviendo 30 segundos por cada lado y los sacaremos a una bandeja de horno ya preparada con papel para hornear.
- 9 Ya solo nos queda pincelar los bagels con huevo batido y espolvorear las piezas abundantemente con las semillas que hayamos escogido. Tapamos las piezas y dejamos fermentar aproximadamente 45 minutos.

- 10 Precalentar el horno a 210° y hornear durante 20 minutos aproximadamente o hasta que los veamos bien doraditos.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/los-famosos-bagels-de-new-york/>

**COOKING**  
**LOVERS** 