

Pour cette recette nous aurons besoin de levain dur...

Pour faire simple si vous avez déjà un levain liquide à la maison, il suffira de le rafraîchir la veille en doublant la farine, je m'explique :

-50gr de levain liquide

-100gr de farine

-50gr d'eau

Ou pour faire encore plus simple, demandez à votre boulanger préféré !

## Les Bagels

### **Ingédients pour 9 pièces :**

- 500gr de farine blanche (fleur ou T550)
  - 150gr d'eau
  - 150gr de lait
  - 10gr de sel
  - 7gr de miel
  - 5gr de levure fraîche
  - 100gr de levain dur
  - 35gr de beurre
- Finitions :
- 1 blanc d'œuf légèrement battu
  - Graines de sésame

### **Préparation :**

Réunir tous les ingrédients dans la cuve du batteur. Avec le "crochet" pétrir 2 à 3 minutes à vitesse lente, puis 8 minutes à vitesse rapide. Débarrasser la pâte ainsi obtenue et laisser reposer une dizaine de minutes. Portionner votre pâte en petites boules de 100gr et laisser à nouveau reposer 10 minutes.

Façonner vos bagels en formant le trou avec votre pouce fariné, puis en étirant légèrement la pâte afin de leur donner une belle forme.

Déposer sur une feuille de papier cuisson et laisser lever dans un endroit tempéré pendant 45 à 50 minutes.

### **La cuisson :**

Préchauffer votre four à 220C° avec la plaque de cuisson à l'intérieur. Si vous avez une "pierre à pizza" vous pouvez l'utiliser, le résultat sera encore mieux !

Pendant ce temps cuire vos bagels dans une casserole d'eau bouillante une minute de chaque côté, puis égoutter sur un linge.

Badigeonner-les de blanc d'œuf et saupoudrer de graines de sésame. Déposer les bagels sur votre plaque chaude et cuire 15 à 20 minutes. Laisser refroidir sur une grille.