

Bagels

Die Bagels aus der Backmischung BRÖTCHEN & BREZEN von Tanjas glutenfrei lassen sich rasch und so einfach zubereiten! Die Bagels überzeugen durch die flaumig, weiche Textur und tollen Kruste, verfeinert mit Mohn oder Sesam werden die Bagels zum leckeren Hingucker! Ein Kochen der Teiglinge ist nach diesem Rezept nicht nötig und so stehen die frisch gebackenen Bagels im Nu auf dem Tisch! Übrigens, auch am nächsten Tag schmecken die Bagels vorzüglich ☐

Glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei. Fruktosearm
siehe Tipp am Rezeptende



Für 5 Stück

Für den Teig:

250g (1 Packung) [Backmischung für BRÖTCHEN & BREZEN](#) von Tanjas glutenfrei

1,5 TL (6g) Salz

1 Prise Zucker

190g lauwarmes Wasser

$\frac{1}{2}$ Würfel (20g) Frischhefe oder 1 P. (7g) Trockenhefe

1 EL (10g) Öl

1 EL (10g) glutenfreien Essig

Außerdem:

1 verquirltes Ei

Auf Wunsch: Mohn, Sesam

1. Backofen vorheizen: 240 Grad Ober- und Unterhitze oder 220

Grad Umluft. Tipp: Bei Umluft gelingen die Bagels schöner. Ein leeres Backblech auf den Backofenboden stellen und mit aufheizen.

2. Backmischung, Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben.

3. Frisch- oder Trockenhefe im lauwarmen Wasser auflösen.

4. Hefeflüssigkeit, Speiseöl und Essig zum Mehl geben und in 3 Minuten einen gleichmäßigen Teig herstellen.

5. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in 5 Stücke teilen und jedes Teigstück zu einer Kugel formen. Aus den Teigkugeln dann die Bagels formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit verquirltem Ei bepinseln und auf Wunsch mit Mohn oder Sesam bestreuen.

6. Das Backblech sofort auf mittlere Schiene in den Backofen einschieben und sogleich etwa 75ml Wasser in das untere Backblech gießen. Tipp: Die Backofentüre SÖFORT schließen, da sich ein Dampfstoß entwickelt!

7. Die Bagels 10 Minuten backen, dann die Temperatur auf 210 Grad (Ober- und Unterhitze) ODER 190 Grad (Umluft) reduzieren und weitere 20 – 25 Minuten backen.

8. Die fertigen Bagels aus dem Ofen nehmen, auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und genießen.

Tipp bei Fruktoseintoleranz: Zucker durch Reissirup ersetzen. Essig durch verdünnte Essig-Essenz tauschen.

Bild 1: Die Teiglinge mit verquirltem Ei bepinseln und auf Wunsch mit Saaten bestreuen.



rezepte-glutenfrei.de







