

PANE, PIZZE E LIEVITATI

## Bagels dal Barone

---

LUOGO: Nord America / Stati Uniti

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    PREPARAZIONE: 20 min    COTTURA: 40 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 1 ORA CIRCA DI LIEVITAZIONE

---



### INGREDIENTI

400 g di farina 00  
25 g di lievito di birra  
50 g di zucchero  
2 cucchiaini di olio  
2 cucchiaini di sale  
1 tuorlo.

I bagels sono dei panini di origine ebraica molto particolari a partire dalla forma a ciambella per continuare con la cottura che è doppia (prima in acqua e poi in forno) e per terminare con la consistenza: morbidissima all'interno e dorata e croccante esternamente.

# PREPARAZIONE

**1** Ho preso una ciotola abbastanza contenuta, ho sciolto in 150 g di acqua tiepida il lievito spezzettato, ho aggiunto due cucchiaini di olio di oliva e ho dato una mescolata leggera per sciogliere il lievito. Ho lasciato riposare il lievito per 10 minuti e nel frattempo sono passato al passaggio successivo.

In una ciotola abbastanza capiente aggiungere i 400 g di farina, tutto lo zucchero e il sale; dare una mescolata perché i composti polverosi si amalgamino; disporre il tutto a fontana.

Scaduti i dieci minuti del primo passaggio aggiungere il composto di lievito, olio ed acqua al centro della fontana di farina creata in precedenza e cominciare ad impastare aggiungendo via via la farina dai lati; il composto deve essere elastico ma non appiccicoso; una volta aggiunta tutta la farina della ciotola impastare (su un piano di marmo se lo avete) per 10 minuti.



**2** Coprire l'impasto con uno straccio umido e lasciare riposare per 30 minuti in un luogo preferibilmente caldo (noi l'abbiamo messo nello stanzino della caldaia).



**3** Quando l'impasto sarà diventato 1,5 volte più grande prendetelo e cominciate a lavorarlo energicamente (tentando di inglobarvi aria) per altri 10 minuti.



**4** Fare poi dell'impasto 9 palline; premendo con il pollice bucatele al centro e fare delle ciambelline (se siete abili roteatele come le pistole nei western, la spinta vi darà dei cerchi quasi perfetti); disporle sul marmo o sulla carta da forno, cosicché non si appiccichino; lasciarle riposare 15 minuti.



**5** Preriscaldare il forno a 200°. Fare anche bollire dell'acqua in una pentola non troppo alta (la nostra sarà stata 15-20 cm).

Quando l'acqua bolle (e non prima) mettere un paio di bagel che avevate lasciato a riposare prima a bollire, un minuto per lato (totale due minuti per bagel); scolare la coppia di ciambelle facendo perdere l'acqua in eccesso e mettere via via dentro tutte e nove gli impasti; ricordare di tenere l'acqua in temperatura, cioè che bolla.

Quando i bagel bolliti avranno perso l'acqua in eccesso e saranno diventati meno bollenti spennellateli con il tuorlo di un uovo sbattuto se volete "caramellarli" e infornateli per 20 minuti. Dopo sfornateli e lasciateli diventare tiepidi.



**NOTE**  
1) Se volete potete aggiungere una volta spennellato semi di papavero, gocce di cioccolato. L'uovo farà

da "colla".2) A mio avviso conviene aggiungere poca acqua all'inizio e lasciare l'impasto "tendente al secco": poi si fa sempre tempo ad aggiungere acqua a filo per renderlo più fluido. Le farine variano, non sono tutte addensanti uguali, quindi non c'è una quantità d'acqua specifica da aggiungere: andate a vostra discrezione. 3) Io ho lasciato cucinare solo 15 minuti. Anche qui, come per la farina, varia dall'umidità del vostro forno, dall'umidità dell'impasto, ecc. La mia ragazza ha il forno ventilato e si son cotti prima. Insomma, per la prima volta state attenti che non si brucino. 4) Se volete tagliateli a metà e farciteli con formaggio spalmabile, marmellata o quello che preferite5) Controllate la ricetta e guardate se avete gli ingredienti prima. Fate idealmente i passaggi per vedere se c'è qualche intoppo. Se avete tempo cercatevi più ricette dei bagel e confrontatele (io ne ho trovate 6 di diverse, alcune con latte, per dire).