

ZONGEDROOGDE TOMATEN BAGELS

Boodschappenlijstje

- 450 gr zelfrijzend bakmeel
- 100 gr zongedroogde tomaten (uitgelekt)
- 1 el witte basterd suiker
- 1 tl olijfolie
- 2 tl gist
- 2 tl bakpoeder
- 1/2 tl zout
- 1 ei of 1 el zonnebloemolie
- Sesamzaad
- 325 ml (lauw) water



voor het maken van glutenvrije bagels adviseren wij AH Vrij van Gluten Zelfrijzend bakmeel.



Bereidingswijze

Mix 50 ml water met de gist, het bakpoeder, zout en suiker. Zet het 5 minuten aan de kant, tot dat het begint te bubbelen.

In de tussen tijd kan je de zongedroogde tomaten fijn snijden of in een keukenmachine klein hakken.

Pak nu een grote kom en mix het bakmeel met het gist mengsel en de olijfolie. Kneed het deeg met je handen. Doe nu de zongedroogde tomaten erbij. Voeg het water langzaam toe (zoveel als nodig is). Kneed tot dat het een mooi deeg vormt. Kneed nog 5 minuten om het deeg mooi soepel te krijgen. Zet de kom aan de kant, bijvoorkeur op een warme plek, voor 30 minuten.

Zet water op om te koken en bekleed een bakplaat met bakpapier.

Kneed het deeg en verdeel in 6 gelijken bollen. Maak van deze bollen bagels door met je duim een gat in het midden te prikken. Vorm tot een mooie ronde donut. Zorg dat het deeg glad is.

Verwarm de oven voor op 180°C.

Gebruik een schuimspaan om de bagel één voor één in het kokende water te leggen. Laat de bagels 45 seconde in het kokende water, voordat je ze eruit haalt. Laat de spuimspaan uitlekken zodat je niet al het water meeneemt. Leg de bagel op de bakplaat. Strijk de bagels af met een geklutst ei of zonnebloemolie en bestrooi met sesamzaadjes.

Bak de bagels voor ongeveer 20 minuten totdat ze goudbruin zijn. Eetsmakelijk!