

# BAGELS



## BAGELS

300 ml sterk witbroodmeel

1 teelepel kitsgis

1 eetlepel suiker

100 ml loutwarm water

1 teelepel sout

Meng en knie die meel tot glad. Laat dit rus in 'n bedekte kosblik/bak tot dit verdubbel. Druk die deeg plat en breek bolle uit. (so groot soos pruime/ iets tussen 'n tennis- en golf-bal) . Druk jou duim deur die bol en trek dit goed uitmekaar om 'n doughnut vorm te kry, maak maar seker die gat is groot genoeg. Laat dit nou vir 20 minute rus op 'n gemeelde oppervlak, waarvan af jy dit sal kan haal sonder om die deeg te versteur.

Maak 'n pot tot so 10 cm vol water en 'n eetlepel suiker. Laat die water kook terwyl die deeg rus. Wanneer dit kookpunt bereik het, gooi die gerusde deeg ringe in die water vir 45 sekondes aan elke kant. Verplaas die ringe na 'n bak-rak (om te droog).

Draai dit om na so paar sekondes en bak dit dan in 'n voorverhitte oond vir so 7 minute aan elke kant teen 180 °C