Bagel mit Schnittlauchsauce

Ideal für unterwegs, Job oder Schule: Rezept für selbstgemachten Bagel mit Schnittlauchsauce - frisch und lecker!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 25 min

Ruhezeit: 1,3 h

Gesamtzeit: 2,1 h



Zutaten

Für die Bagels

20 g	Frischhefe
1 EL	Zucker
450 g	Mehl
50 ml	Öl
1 TL	Salz
1 Stk.	Ei
50 g	Mehl (für die Arbeitsfläche)
1 Stk.	Eiweiß
1 Handvoll	Sesam (zum Bestreuen)
200 ml	Wasser (lauwarmes)

Für den Belag

450 g	Frischkäse
4 EL	Zitronensaft
2 EL	Schnittlauch
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für die Bagels mit Schnittlauchsauce zuerst den *Teig zubereiten*: Das lauwarme Wasser in eine große Schüssel geben. Die Germ mit dem Zucker darin auflösen. Anschließend Mehl, Ei, Öl und Salz zufügen. Alle Zutaten gründlich durchkneten (Knethaken des Rührgeräts oder der Backmaschine). Der Teig soll gleichmäßig und fest sein, weder zu feucht noch zu trocken. Gegebenenfalls mit Mehl oder lauwarmem Wasser nacharbeiten. Die Schüssel abdecken und an warmer Stelle 30 Minuten rasten lassen.

2. Nach der Ruhezeit die Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen, den Teig mit den Händen gründlich durchkneten. Wieder abdecken und weitere 30 Minuten ruhen lassen. Danach den Teig zu einer länglichen Rolle formen, davon Teigstücke gleicher Größe abschneiden. Diese zu Kugeln ausformen und flach drücken. Von jedem Bagel mittig ein Loch mit 3 bis 4 Zentimetern Durchmesser ausstanzen (zum Beispiel mit dem bemehlten Stiel eines Kochlöffels).

3. Backpapier auf ein Blech auslegen. Die Bagels bei Bedarf leicht nachformen, sodass die typische Ringform entsteht. Nun auf das Blech setzen, mit einem großen Tuch abdecken und ein letztes Mal für 15 Minuten gehen lassen.

4. Den Herd auf 200 Grad mit Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen großen Topf mit Salzwasser aufkochen. Temperatur reduzieren, die Bagels nacheinander in das leicht siedende Wasser geben, nach 30 Sekunden wenden und nach weiteren 30 Sekunden mit einer Schaumkelle herausheben. Kurz abtropfen lassen und auf das Backblech zurücksetzen.

5. Das Ei trennen, Eiklar verquirlen und die Bagels damit bepinseln. Sesamkerne darüber streuen. Für 25 Minuten im Ofen backen lassen, bis die Bagels goldbraun sind. Anschließend abkühlen lassen.

6. Unterdessen den *Belag zubereiten*: Schnittlauch waschen, putzen, trocknen und in feine Röllchen schneiden. Frischkäse in eine Schüssel geben, mit 2 Esslöffeln Zitronensaft glatt verrühren, Schnittlauch einrühren, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die abgekühlten Bagels aufschneiden, den Belag auftragen und wieder zusammensetzen.

Tipp

Die Bagels mit Schnittlauchsauce kann man auch mit anderen Kernen oder gehackten Nüssen bestreuen: Pinienkerne, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Mohn, Walnüsse etc.