

SAUERTEIG BAGELS

aus dem Airfryer

mit BÖCKER Sauerteig Starter Weizen



 mittel



Gesamtzeit ca. 2,5 Tage + Backzeit ca. 12 – 15 Minuten

Zubereitung

- Tag 1:** Für den Sauerteigansatz den **BÖCKER Sauerteig Starter Weizen** mit Weizenmehl und Wasser vermischen. 16 – 22 Stunden ruhen lassen, bis sich das Volumen mindestens verdoppelt hat.
- Tag 2:** Sauerteigansatz und Honig in einer Rührschüssel im Wasser auflösen, Mehl, Salz und Oregano hinzufügen und etwa 10 Minuten kneten. Teig 6 – 8 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Teig in den ersten 90 Minuten alle 30 Minuten dehnen und falten, dann über Nacht in den Kühlschrank stellen.
- Tag 3:** Teig in 6 Teile teilen, zu Kugeln formen und mit den Fingern ein größeres Loch in die Mitte drücken. Bagel abgedeckt 2 Stunden ruhen lassen.
- Wasser in einem großen Topf mit Honig zum Kochen bringen, Bagel von jeder Seite 30 Sekunden ziehen lassen und mit den gemischten Samen toppen.
- Bagel mit Abstand auf Backpapier in den Airfryer legen. Bei 180 °C Airfry für 12 – 15 Minuten goldbraun backen.

Viel Spaß beim Nachbacken!

Mehr Informationen unter:
www.sauerteig.de | www.sauerteig.shop

Zutaten für 6 Stück:

Für den Sauerteigansatz:

- 10 g **BÖCKER Sauerteig Starter Weizen**
- 40 g Weizenmehl
- 40 g Wasser

Für den Teig:

- 1 TL Honig
- 210 g Wasser
- 375 g Backstarkes Weizenmehl
- 2 TL Salz
- 1 TL getrockneter Oregano

Außerdem:

- 1 ½ EL Honig
- Mohn und Sesam gemischt



Jetzt Bestellen!

