



ביס משיר
הרמוניה של טעמים ללא רגשות אש

בייגל ביס אמריקאי מקמח כוסמין מלא (14 יחידות)



מצרכים:

לבצק:

- 3.5 כוסות קמח כוסמין מלא 100% מנופה
- 2 כפיות שמרים יבשים
- 3 כפיות סוכר
- 1 כפית מלח
- 1.5 כוסות מים פושרים

להרתחה: 2 ליטר מים, 2 כפות סילאן טבעי

לציפוי:

- 1 ביצה מקושקשת עם כפית מים
- 0.5 כוס שומשום
- 0.5 כוס פרג
- 2 כפות שום יבש
- כפית מלח.

אופן הכנה:

לשים בקערת המיקסר את הקמח, השמרים, הסוכר והמים, ללוש כ-8 דקות, להוסיף את המלח וללוש עוד כ-3 דקות.

לכדרר את הבצק ולשמן מעט.

להניח להתפחה עד שהבצק מכפיל את נפחו.

לחלק את הבצק ל-14 חלקים שווים, לכדרר ליצור בכל כדור חור באמצע בעזרת 2 אצבעות.

להתפיח לעוד 10 דקות על ריבועי נייר אפיה. (כל בייגל על ריבוע נפרד)

בסיר, להרתיח מים עם הסילאן ולהכניס חמישה בייגלים בעזרת הנייר כל פעם,

לבשל כ-3 דקות מכל צד.

להוציא לתנור מסוננת, להניח על נייר אפיה, לצפות בביצה ובתערובת הציפוי.

להכניס לתנור שחומם מראש ל-200 מעלות למשך כ-10-15 דקות.

