

Cynthia Barcomi

Freitag, 18. März 2016

Zimt-Rosinen-Bagels mit Apfelbutter

Rezept für 15 Stück

Apfelbutter

2 kg	Äpfel
500 ml	Wasser oder Apfelsaft
150 bis 200g	brauner Zucker
1/4 TL	Salz
1 T	Zitronensaft
1 TL	Zimt
1 TL	Vanille Extrakt
1 Prise	Gewürznelken, gemahlen
ca. 250 g	Frischkäse



Teig

1 kg	Weizenmehl, Type 550
14 g	Trockenhefe
45 g	Zucker
15 g	Salz
530 ml	warmes Wasser

Zimt-Rosinen-Beigabe

1 EL	Zimt
100 g	Rosinen
1 EL	Zucker
40 g	Zucker für das Kochwasser
4 EL	Polenta zum Bestäuben des Backblechs

Zubereitung

1.

Für die Apfelbutter den Backofen auf 120°Grad Umluft vorheizen.

2.

Die Äpfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Obst klein schneiden. Äpfel mit Wasser, Zucker und Salz in einem backofengeeigneten Schmortopf zum Kochen bringen. 20 Minuten köcheln lassen, Zitronensaft, Zimt, Vanille Extrakt und Nelken dazu geben. Dann mit einer Küchenmaschine oder Stabmixer fein pürieren.

3.

Den Topf in den Ofen stellen und ca. 2,5 -3 Stunden weiter kochen. Dabei alle 30 Minuten kurz umrühren und zurück in den Ofen geben um weiter zu kochen.

Anschließend in ein Schraub-Glas abfüllen. Im Kühlschrank hält sich die Apfelbutter mehrere Wochen.

4.

Für den Teig in einer großen Rührschüssel Mehl, Trockenhefe, Zucker und Salz mischen. Wasser dazugeben. Mit einer Küchenmaschine oder einem Handmixer mit Knethaken 4 Minuten kneten. (Dabei sollte man Geduld haben. Dieser Teig ist recht trocken und steif. Das soll so sein.)

5.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und einige Minuten von Hand weiterkneten. Der Teig bleibt steif.

6.

In einer kleinen Schüssel Zimt, Rosinen, Zucker und 1 EL Wasser vermengen und anschließend einfach in den Teig kneten. Machen Sie das nicht zu gründlich damit der Teig *marmoriert* bleibt. Aus dem Teig eine Kugel formen, zurück in die Rührschüssel legen und mit einem feuchten Geschirrtuch bedeckt 45 Minuten gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

7.

Den Backofen auf 215 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

8.

Einen großen Topf mit Wasser und Zucker zum Kochen bringen. Teigstücke von 110 g auswiegen und auf der Arbeitsfläche ablegen. Damit sich der Teig besser rollen lässt, kein zusätzliches Mehl verwenden; der Teig sollte sich leicht klebrig anfühlen. Ist er nicht klebrig genug, ein kleine Schüssel Wasser bereit halten, in das man die Hände tauchen kann, ehe die Bagel gerollt werden.

9.

Jedes Stück Teig zu einer Wurst rollen, dann diese um die Hand wickeln und die Enden versiegeln, indem man mit der Hand darüber rollt. Gerollte Bagel auf ein Geschirrtuch legen und 15 Minuten gehen lassen.

10.

Ein Backblech großzügig mit Polenta bestreuen. Wenn das Zuckerwasser kocht, so viele Bagel wie möglich hinein geben, ohne dass diese sich gegenseitig berühren. 2 Minuten lang kochen, mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser holen und aufs Backblech setzen.

11.

Wenn die Bagel gekocht haben, 15 Minuten oder länger backen, bis sie goldbraun sind.

12.

Die abgekühlten Bagel mit der Apfelbutter und etwas Frischkäse bestreichen und genießen.

Pro Stück:

Pro Portion: 346 kcal / 1449 kJ

61 g Kohlenhydrate, 9 g Eiweiß, 6 g Fett