

# Kürbis-Bagels mit Mandelsplittern

Gebäck » Brot&Brötchen

## Zutaten (12 Stück)

- » 1kg Mehl
- » 1 EL Salz
- » 2 Würfel Hefe
- » 4 EL Öl
- » 200g Kürbisfleisch
- » 50g Mandelsplitter

## Bewertung



### Beschaffung

manchmal im Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

61-90min

## Zubereitung

1. Mehl in eine große Rührschüssel sieben. Mit dem Salz mischen. 600ml Wasser etwas erwärmen und die Hefe darin auflösen. Hefewasser sowie Öl zum Mehl geben und mit den Knethaken des Handrührgerätes so lange verkneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Den Hefeteig zugedeckt ca. 30min an einem warmen Ort gehen lassen.

2. Das Kürbisfleisch raspeln und unter den Hefeteig kneten. Falls nötig noch etwas Mehl einarbeiten.

3. Aus dem Teig ca. 12 Kugeln formen. Mit dem Finger in die Mitte ein großes Loch bohren. Den Ofen auf 180°C vorheizen. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Bagels mit Hilfe einer Schaumkelle jeweils etwa 30s hineintauchen.

4. Die Bagels anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit Mandeln bestreuen und im Ofen ca. 20min backen.

Nährwerte: 270kcal/E8g/F6g/KH48g pro Stück

angelegt am: 23.01.2004

Rezept-Nr: 843

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke