

1196

Ingredientes

Preparo

20g Fermento Biológico Fresco

100g Ovos

370ml Água Gelada

1kg Pizza Pizza

Acabamento

200ml Água

5g Mel



Modo de Fazer

PREPARO

01. Colocar o Zeelandia Pizza, os ovos e parte da água gelada (270 ml) na masseira.
02. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 3 minutos.
03. Adicionar o fermento fresco e o restante da água gelada (100 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 5 minutos ou até atingir o ponto de véu.
04. Dividir em partes de 80 g. Bolear.
05. Cobrir com plástico. Descansar por 30 minutos.
06. Pressionar até perfurar o centro da massa com o dedo.
07. Modelar em formato de argola.
08. Colocar em assadeiras previamente untadas.
09. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 20 minutos.

ACABAMENTO

01. Colocar a água e o mel em uma panela e levar ao fogo até obter fervura.
02. Pincelar a superfície dos bagels.
03. Fornear a 210°C por aproximadamente 17 minutos em forno lastro com vapor.

Dicas

- Outro forneamento:
- * Forno Turbo com vapor: 180°C por aproximadamente 8 minutos.
- Bagels com cobertura: após pincelar, pode-se espalhar queijo parmesão, gergelim preto ou branco ou outros grãos.
- A mistura de água e mel para pincelar pode ser substituída por ovos inteiros batidos.

Rendimento / Quebra

18 Unidades de 70 g

Validade

72 horas

Equipamentos

Masseira

Forno Com Vapor

Fogão

Panela

Balança

Assadeiras Lisas

Pincel

Câmara De Fermentação

Tabela Nutricional

Porção de 40g contém (em média): % VD (*)

V. Energético (kcal)	117	6
V. Energético (kJ)	507 kJ	6
Carboidratos (g)	20	7
Proteínas (g)	3.0	6
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	187	8
Açúcares (g)	1.5 g	**
Açúcares totais (g)	1.4	
Aç adicionados (g)	0.8	2
Gorduras totais (g)	2.6	4
Gorduras saturadas (g)	1.1	6
Gorduras trans (g)	0	0