



## Concours «Régalez-vous au bureau avec les huiles d'olive, bons petits plats à emporter»

### Bagels européens à l'huile d'olive

#### Recette proposée par :

Sandrine du blog [lesdelicesdesandstyle.com](http://lesdelicesdesandstyle.com)

#### Ingrédients :

- 420 gr de farine
- 20 gr de levure fraîche du boulanger
- 35 gr de sucre
- 200 ml de lait
- 3 œufs
- **25 gr d'huile d'olive goût subtil**
- 2 gr de sel
- Des graines de sésame blanches toastées
- Et des graines de pavot bleu
- Du jambon blanc
- Du fromage spécial pizza



#### Préparation :

- Tiédir légèrement le lait et délayer y la levure fraîche dedans.
- Dans le bol de votre robot ,verser la farine ,le lait avec la levure délayée et le sucre puis mettre à vitesse moyenne pendant 1 minute .
- Ajouter un œuf entier et un jaune d'œuf puis pétrir votre pâte pendant 5 à 7 minutes à vitesse moyenne.
- Ajouter l'huile d'olive et pétrir pendant 15 minutes .La pâte doit être souple ,lisse et ne plus attacher au cul de poule .
- Grâce à une corne à pâtisserie ( ou avec vos mains lol ) rabattre les bords de votre pâte de façon à avoir un pâton en forme de boule .
- Couvrir avec un torchon propre. Laisser lever la pâte pendant 1h30 : la pâte doit doubler de volume !
- Préchauffer votre four à 180 °C .
- Dégazer» la pâte en donnant comme «des coups de poings» dans celle ci.
- Préparer du papier sulfurisé et couper des pâtons de 60 gr chacun.
- Prendre un pâton de 60 gr ,l'aplatir légèrement avec la paume de votre main puis placer dessus votre emporte -pièce en forme de « Donuts/Bagels» ,poser sur une plaque de cuisson avec la feuille de papier sulfurisé en les espaçant .
- Vous obtiendrez ainsi un « Bagels» prêt -à-cuire avec le fameux trou du milieu .



## Concours «Régalez-vous au bureau avec les huiles d'olive, bons petits plats à emporter»

### Bagels européens à l'huile d'olive (suite)

- Recommencer l'opération pour chacun des pâtons .
- Laisser de nouveau lever pendant 30 minutes.
- Dans un bol, battre un jaune d'œuf à la fourchette. A l'aide d'un pinceau en silicone badigeonner chaque Bagels Européens à l'huile d'olive avec l'œuf battu.
- Parsemer la moitié des Bagels Européens à l'huile d'olive avec des graines de sésames blanches et l'autre moitié des Bagels Européens à l'huile d'olive avec des graines de pavot bleu.
- Faire cuire les Bagels Européens à l'huile d'olive à 180°C pendant 17 minutes.
- À l'aide d'un emporte pièce rond , emportepiécer des cercles de jambon blanc de même diamètre que les Bagels .
- Couper les Bagels Européens à l'huile d'olive dans leur largeur .
- Mettre à l'intérieur de chaque Bagels Européens à l'huile d'olive un cercle de jambon puis parsemer de fromage spécial pizza. Refermer les Bagels et mettre au four à 150°C jusqu'à ce que le fromage soit fondu .
- 'Les Bagels Européens à l'huile d'olive sont prêt ! Vous pouvez les déguster au bureau en les réchauffant rapidement ;) ou faire une version jambon /emmental si pas possibilité de réchauffer ;)