

# Pełnoziarniste bajgle



## Składniki

800 g - Mąka  
Pełnoziarnista  
100 g - Mąka pszenna  
20 g - Drożdże świeże  
2 łyżka - Cukier Brzozowy  
2 łyżeczka - Sól drobna  
himalajska  
600 ml - woda ciepła  
2 szt. - żółtko jaja kurzego  
10 g - czarnuszka  
10 g - kumin  
10 g - ziarna słonecznika

## Opis wykonania

Czy Może być coś wspanialszego zaczynając Dzień Od Pysznego, Chrupiącego, Pełnoziarnistego Bajgla? Nie sądzę! :) Przepis na 12 szt.

Mąkę Pełnoziarnistą wsypuję do miski. Pszenną przesiewam i również dodaję do tej pierwszej. Dodaję cukier, drożdże i sól. Mieszam całość delikatnie dodając ciepłą wodę. Wyrabiam masę. Przekładam do Miski opruszonej mąką i odstawiam na półtorej godziny w celu wyrośnięcia. Po upływie czasu na wysypaną mąką stolnicę kładę ciasto. Chwilę wyrabiam po czym roluję duży wałek. Dzielę go na 12 równych części. Formuję kuleczki delikatnie je spłaszczając. Kieliszkiem wykrawam dziurkę. W dużym garze zagotowuję dużą ilość wody z dodatkiem cukru brzozowego. Gdy woda jest wrząca, wrzucam uformowane bułeczki i parzę je z każdej strony po minucie, Następnie odkładam na kratkę kucharską w celu osuszenia. Czynność powtarzam do końca bułek. Piekarnik nagrzewam do 200 stopni na grzanie góra dół. Blachę wykładam papierem do pieczenia, kładę bułeczki. Żółtka jaja rozkłócam i wszystkie bułki smaruję nim. Wierzch bułek posypuję dowolnymi ziarnami. Wstawiam do rozgrzanego piekarnika i piekę w temp. 200 stopni ok. 18-20 min. ( do zarumienienia bułeczek). Gotowe!