Bagel Integral

Tempo de preparo

240 minutos

Rendimento

34 unidades

Sobre a Receita

O Bagel Integral é uma versão saudável do tradicional bagel, feito com farinha de trigo integral. Este pão em formato de rosquinha é conhecido por sua textura densa e mastigável, com uma crosta levemente crocante. Ideal para ser consumido no café da manhã ou como lanche, pode ser acompanhado por uma variedade de coberturas, como cream cheese, salmão defumado, abacate ou geleias.

Os bagels têm suas origens na Europa Oriental, especialmente entre as comunidades judaicas da Polônia no século XVII. Tradicionalmente, os bagels eram fervidos antes de serem assados, o que lhes conferia sua textura característica. Com a imigração judaica para os Estados Unidos, os bagels ganharam popularidade e se tornaram um ícone da panificação americana. A versão integral é uma adaptação moderna que atende à crescente demanda por opções mais saudáveis e nutritivas.

- Versatilidade: Pode ser consumido em diversas refeições, desde o café da manhã até lanches rápidos, ampliando seu potencial.
- Rendimento: Com um rendimento de 34 unidades por receita, é uma opção eficiente para produção em larga escala.
- Tempo de Preparo: Embora o tempo de preparo seja de 4 horas, o processo de fermentação e escaldamento permite uma gestão eficiente do tempo de produção.

Ingredientes

1. Farinha de Trigo Suprema Granos - 2Kg
2. Sal - 0,05Kg
3. Fermento Biológico Seco - 0,02Kg
4. Açúcar - 0,05Kg
5. Margarina - 0,05Kg
6. Reforçador Suprema - 0,03Kg
7. Água - 1,2Kg
8. Ingredientes para escaldar
9. Água - 2Kg
10. Bicarbonato de Sódio - 0,1Kg
11. Mel - 0,2Kg