

BAGELS AUX OIGNONS

*400 g de farine
1 sachet de levure de boulangerie
250 g de lait de soja non sucré
50 g de margarine végétale
25 g de sucre
1/2 c. à c. de sel
1 gros oignon haché
1 c. à s. d'huile d'olive
gros sel
un peu de lait de soja non sucré*

Dans une terrine, placer la farine et le sel. Chauffer un petit peu le lait de soja, la margarine et le sucre, y délayer la levure et verser le tout dans la terrine. Pétrir jusqu'à obtenir une pâte lisse et élastique.

Laisser reposer à couvert, dans un endroit tiède, pendant plusieurs heures (de deux à trois heures). Rissoler dans l'huile d'olive l'oignon et réserver.

Retravailler la pâte en y incorporant l'oignon. Diviser en 20 boules, les faire rouler une à une dans les mains et y faire un trou, de manière à former des petits anneaux. Les déposer au fur et à mesure sur le plan de travail fariné.

Faire chauffer de l'eau dans une grande casserole. Dès les premiers frémissements, y plonger les anneaux de pâte, par groupe de 3 ou 4, pendant 5 secondes. Les sortir avec une écumoire et les déposer sur la plaque à pâtisserie huilée. Avec un pinceau, peindre de lait de soja chaque bagel, et saupoudrer de gros sel.

Chauffer le four à 180° et cuire pendant 15 à 20 minutes. Déguster chaud ou froid.