

Pizza Rezepte

Pizzateig - Pasta Per Pizza

Gattung: Grundrezept, Pizza, Teig

30 g Frische Hefe
1/4 Liter Lauwarmes Wasser
375 g Mehl

Salz
Ö l, nach Wunsch

Pizzateig ist erstaunlich schnell gemacht und insofern einem Tiefkühlprodukt allemal vorzuziehen.

Verwenden Sie unbedingt frische Hefe, die der Trockenhefe eindeutig überlegen ist - (siehe ich nicht so (is). Die Zugabe von Öl, macht den Teig geschmeidiger. Das Öl wird mit der aufgelösten Hefe eingearbeitet.

Die Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen und etwa 10 Minuten ruhen lassen, bis sich an der Oberfläche Bläschen zeigen.

In einer großen Schüssel das Mehl mit Salz nach Geschmack vermischen. In die Mitte eine Mulde drücken. Langsam die Hefe hineingießen, dabei mit einer Gabel in kreisförmigen Bewegungen das umgebende Mehl einrühren, bis ein Teig entsteht. Eine Arbeitsfläche dünn mit Mehl bestauben und den Teig darauf mit den Plandballen kneten, bis er glatt und elastisch wird. In eine bemehlte Schüssel legen, mit Klarsichtfolie abdecken und bis zum doppelten Volumen aufgehen lassen je nach Raumtemperatur erfordert dies eine bis mehrere Stunden.

Den Teig auf der Arbeitsfläche zusammenschlagen und in der gewünschten Stärke ausziehen. Nach Wunsch belegen und bei 200 °C backen.

Wenn ich Öl verwende, dann ca. 100 ml (is)