

Pizza-Teig

30 g frische Hefe 500 ml lauwarmes Wasser 1 kg fein gemahlene Mehl
1 EL Salz 4 EL Olivenöl extra vergine

Beste Version:

Die Hefe in lauwarmem Wasser auflösen und 5 min. Minuten stehen lassen.

Eine große Schüssel mit Olivenöl einfetten. Mehl und Salz darin mischen. Das Hefewasser nach und nach beifügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig 10 min. von Hand oder in einer Knetmaschine 2 Stunden kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 3 h auf das Doppelte aufgehen lassen, dann für weitere 24 h in den Kühlschrank stellen. Vor dem Verarbeiten nochmals gut kneten und 30 min. zugedeckt bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Von Hand sechs Kugeln formen, diese flach drücken und von innen nach aussen zu einem runden Pizzaboden formen. Pizza nach Belieben belegen und bei 250°C 10-12 min. im Ofen (auf einem Pizzastein, falls vorhanden) backen.

Kurze Version:

Die Hefe in lauwarmem Wasser auflösen und 5 min. stehen lassen.

Eine große Schüssel mit Olivenöl einfetten. Mehl und Salz darin mischen. Das Hefewasser nach und nach beifügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten und von Hand 10 min. kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 3 h auf das Doppelte aufgehen lassen. Sechs Kugeln formen, diese zugedeckt nochmals 30 min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Kugeln mit dem Wallholz dünn zu Pizzaböden auswallen. Pizza nach Belieben belegen und bei 250°C 10-12 min. im Ofen (auf einem Pizzastein, falls vorhanden) backen.

NN am 12. September 2020