

Pizza-Teig

Für 4 Personen

500 g Mehl, 00	325 ml lauwarmes Wasser	10 g Salz
5 g Zucker	2 g Trockenhefe	20 ml Olivenöl

Gib das lauwarme Wasser in eine Schüssel und löse die Trockenhefe sowie den Zucker darin auf. Lass es 10 Minuten ruhen, bis es schäumt.

In einer großen Schüssel das Mehl und das Salz gut vermengen.

Mache eine Mulde in der Mitte des Mehls und füge die Hefemischung und das Olivenöl hinzu.

Beginne, die Zutaten mit einer Gabel zu vermengen. Nach dem Vermengen arbeite den Teig mit den Händen weiter. Knete den Teig etwa 10 Minuten lang, bis er glatt und elastisch ist.

Forme den Teig zu einer Kugel und lege ihn in eine leicht geölte Schüssel. Decke die Schüssel mit einem feuchten Tuch ab und lass den Teig an einem warmen Ort für etwa 45 Minuten ruhen.

Nach der Ruhezeit den Teig erneut durchkneten und in Portionen aufteilen. Je nach Vorliebe kannst du kleine oder große Portionen herstellen.

Nimm eine Portion Teig und forme sie mit den Händen oder einem Nudelholz zu einer runden Pizza. Achte darauf, dass der Rand dicker bleibt als die Mitte.

Jetzt kannst du deine Pizza mit deinen Lieblingszutaten belegen und sie im vorgeheizten Ofen bei 250°C backen, bis der Teig goldbraun ist, etwa 10-15 Minuten.

Lass die Pizza kurz abkühlen und schneide sie dann in Stücke.

NN am 11. Juli 2026