

PIZZATEIG

Pizzateig

Pizza selbst belegen macht schon eine Menge Spaß, wenn man dazu noch den Teig selbst gemacht hat ist das Ganze schon mehr als „nur“ Pizza. Dieser Teig ist ähnlich wie der von Jamie Oliver – ich schwöre hierbei aber auf frische Hefe anstelle von Trockenhefe!



Zutaten für 2 große Pizzen / 4 Personen:

1 Hefewürfel (42g)

420g Weizenmehl

80 g Hartweizengrieß

1 EL brauner Zucker

1 TL Salz

300 ml lauwarmes Wasser

Zubereitung:

Zuerst Mehl und Gries abwiegen und in einer ausreichend großen Schüssel vermischen. Zucker und Salz dazugeben. Den Hefewürfel kleinbröseln und in lauwarmem Wasser lösen. Das Wasser nach und nach unter die Mehlmischung rühren. Mit einer Gabel von Anfang an alles schön durchmengen. Dabei aufpassen, dass der Teig nicht zu klebrig wird. Im Zweifelsfall lieber etwas weniger Wasser nehmen und bei Bedarf welches nachgeben.

Sobald der Teig zu fest zum verrühren mit der Gabel wird kann er mit den Händen auf der gut mit Mehl bestreuten Arbeitsfläche geknetet werden. Sobald er gleichmäßig geschmeidig ist stelle ich ihn in der Schüssel, abgedeckt mit einem Handtuch, unter die Bettdecke (oder an einen anderen warmen Ort) und lasse ihn 20-30 Minuten gehen.

Wenn der Teig aufgegangen ist wird er halbiert und jede Hälfte zu einer Kugel gerollt. Diese wird ordentlich mit Mehl bestäubt und ausgerollt.

Sobald der Teig belegt ist und die Pizza in den Ofen kommt streiche ich den Rand mit etwas Olivenöl ein.

Die Pizza braucht dann in etwa 30 Minuten bei 180-200°C Ober-/Unterhitze im Backofen.

Viel Spaß beim Belegen!

