



Pizzateig - Grundrezept (von Hand oder mit einem Handrührgerät)

Rezept für: 3 Portionen

Zutaten:

für 1 Blech oder 9 Stück Minipizzen

350 g Mehl, (ich nehme Type 550)
170 g Wasser, lauwarm(!)
25 g Olivenöl
1 TL Salz
1/2 TL Zucker
1/2 Würfel Frischhefe (21 g) oder 7 g Frischhefe

Die Teigmenge kann natürlich auch verdoppelt werden, dann reicht die Menge für 4 Portionen.

Zubereitung:

Bröckeln Sie die Hefe mit dem lauwarmen Wasser in eine Schüssel und lösen Sie sie mit dem Zucker unter Rühren darin auf. Anschließend geben Sie die restlichen Zutaten dazu und kneten daraus von Hand oder mit einem Handrührer einen glatten Hefeteig. Danach lassen Sie ihn 15-30 Minuten mit einem Tuch abgedeckt gehen. Anschließend den Backofen auf 200°C vorheizen, den Teig nochmal kurz durchkneten und auf die Größe ihres Backblechs ausrollen. Danach legen Sie Backpapier auf Ihr Backblech und legen den ausgerollten Teig darauf. Nun belegen Sie die Pizza nach Belieben und lassen den Teig anschließend nochmals 10-15 Minuten gehen. Am Schluss wird die Pizza auf mittlerer Schiene 20-25 Minuten bei 200°C gebacken.

Übrigens: Sie können den Pizzateig auch am Vortag vorbereiten und über Nacht im Kühlschrank gehen lassen – so wird er besonders feinporig und ist am nächsten Tag auch schnell zubereitet. Mein Tipp: Statt den Pizzateig auf die Größe eines Backblechs auszurollen, mache ich oft einfach Mini-Pizzen: Ich teile den Teig in 8-9 Portionen, forme jeweils Kugeln daraus und rolle aus jeder Kugel mit dem Nudelholz oder den Fingern kleine Fladen.

Quelle:

<https://www.organisation-mit-sabine.de/grundrezept-pizzateig-mit-tipps-zum-eingefrieren/>