

- [Home \(http://www.selber-machen.info\)](http://www.selber-machen.info)

## Pizzateig selber machen



Es gibt kaum jemand der Pizza nicht mag. Doch wenn der "Italiener um die Ecke" nicht immer nah ist, kommt ha Ofen. Dabei kann Pizza beliebig viele Variationen annehmen, es gibt sie mit dünnem oder dickem Boden, knusprig beim Belag sind keine Grenzen gesetzt. Gerade das macht es doch spannend Pizza, und vor allem den **Pizzateig** das ist noch nicht mal schwer. Man kann den Teig bereits fertig im Supermarkt kaufen oder man macht den **Pizzateig** weis man auch was drin ist und kann den Geschmack maßgeblich beeinflussen. Wichtig ist das richtige Rezept Zubereitung (denn die braucht etwas Zeit).

Wir wollen euch hier das Grundrezept aller Pizzen zeigen und es ist wirklich einfach. Also ab in die Küche und **machen!**

### Pizzateig Grundrezept

---

#### Zutaten

500 g Mehl TIPO 00 (alternativ Typ 450)  
250 ml lauwarmes Wasser  
42 g Frischhefe (alternativ Trockenhefe)  
2 TL Salz  
3 EL Olivenöl  
2 Prise Zucker

#### Hilfsmittel

- Nudelholz (alternativ eine stabile Flasche, z.B. vom SodaClub)
- große Schüssel
- Handtuch zum Abdecken

## Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben und Salz drüber streuen.

Eine Kuhle in das Mehl drücken und dort die Hefe hineinbröckeln und etwas Zucker drüber streuen. Anschließend und 20 - 30 Minuten ruhen lassen.

**Tipp:** Die Hefe kann völlig unterschiedlich intensiv schmecken. Der Teig sollte später nicht nach Hefe schmecken ausprobiert und bin schließlich bei Hefe aus dem Bio-Laden gelandet. Einfach ausprobieren.

Anschließend vorsichtig den Rest Wasser und das Öl dazugeben und kräftig kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht als zu kurz! Am Ende sollte er nicht an den Fingern kleben bleiben; also nicht zu viel Wasser verwenden!

Wichtig ist, dass der Pizzateig jetzt eine Stunde abgedeckt an einem warmen Ort ruhen muss, sodass er schön Ausrollen nochmals kurz durchkneten. Zum Ausrollen reichlich Mehl verwenden, damit nichts kleben bleibt. Wenn er nachträglich noch Mehl untergeknetet werden.

Alternativ kann man die Arbeit auch dem Brotbackautomaten überlassen, falls dieser zum Kücheninventar hat Programm "Teig" auswählen. Die ersten Schritte sind auch hier gleich. Den Rest erledigt der Automat. Am Ende Pizzateig.

**Tipp:** Um einen besonders geschmackvollen Teig zu erhalten, diesen am besten bereits am Vortag vorbereiten und lassen. Vor dem Zubereiten aber möglichst lange bei Zimmertemperatur liegen lassen.

Der Teig kann jetzt mehrere Tage im Kühlschrank liegen (am Besten mit einem feuchten Handtuch abgedeckt). So was davon.

Ich habe es zuerst nicht geglaubt, aber es macht extrem viel aus spezielles Pizzamehl (TIPO 00) zu verwenden. Ist wirklich wie beim Italiener. Und dann am Besten noch einen Pizzastein verwenden. Das habe ich allerdings noch nicht noch mal den letzten Pfiff geben.

## Kommentare

---