

Veronika Pichl

Perfekte Pizza

Die besten
Rezepte für
den italienischen
Klassiker

© 2023 des Titels »Perfekte Pizza« von Veronika Pichl (978-3-7423-2270-8) by riva Verlag
München/Verlagsgruppe Smbh, München. Nähere Informationen unter: www.rv-vg.de

riva

Pizza – ein Stück Italien auf dem Tisch

Kaum ein anderes Gericht wird als so typisch italienisch angesehen wie die Pizza. Kross gebackener Teig, eine fruchtige Tomatensoße und zart schmelzender Mozzarella machen die herzhaften Teigfladen zu einem der beliebtesten Gerichte weit über Italien hinaus. Das verwundert kaum, denn Pizza ist unglaublich wandelbar:

- Sie lässt sich mit den unterschiedlichsten Zutaten belegen und wird damit zu einem ganz individuellen Genuss. Ob Fleischliebhaber, Vegetarier oder Veganer: Pizza gibt es in unzähligen Varianten, sodass wirklich jeder seinen persönlichen Favoriten findet.
- Pizza lässt sich allein, zu zweit oder in geselliger Runde genießen. Je nach Anzahl der Personen können die Mengenangaben der Zutaten ganz einfach angepasst werden.
- Pizza ist das ideale Gericht für alle, die gerne gemeinsam kochen. Der Teig lässt sich wunderbar vorbereiten, und beim Belegen haben alle ihren Spaß. Selbst die Kleinsten können da schon mithelfen und ihre Pizza ganz nach Wunsch verzieren – vielleicht mit einem lustigen Gesicht oder einem Muster aus buntem Gemüse? Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Wie aber gelingt nun die Pizza im heimischen Ofen ebenso gut wie beim Italiener? Um auch zu Hause eine knusprige Gaumenfreude auf den Tisch zu bringen, müssen lediglich einige wenige Dinge beachtet werden. Dieses Buch liefert eine kurze Einführung in die Grundlagen der Pizzaherstellung, sodass selbst Einsteiger schnell Erfolgserlebnisse verbuchen können.

Die nachfolgende Rezeptesammlung lässt das Herz eines jeden Pizzaliebhabers höher schlagen, hält sie doch Kreationen für jeden Geschmack bereit. Alle, die ihre Lieblingspizza auch zu Hause genießen möchten, finden hier sämtliche Klassiker wie etwa Pizza Salame, Quattro Formaggi oder Calzone.

Auch Fans ausgefallener Variationen erhalten jede Menge Inspiration. Neben der klassischen Zubereitung mit Hefe werden weitere Teigvarianten vorgestellt. So freuen sich ganz Eilige sicher über Teige, die ganz ohne Gehzeit auskommen.

Oder wie wäre es einmal mit einer rustikalen Sauerteig-Pizza?

Pizza zubereiten - so geht's

DER TEIG

Um in den Genuss einer Pizza mit knusprig zartem Boden zu kommen, ist die sorgfältige Teigzubereitung von großer Bedeutung. Für einen klassischen Pizzateig braucht es im Grunde nur wenige Zutaten: Mehl, Wasser, Hefe und Salz.

Optional kann etwas Olivenöl hinzugegeben werden. Es verbessert die Geschmeidigkeit des Teiges und sorgt dafür, dass der Pizzaboden besonders knusprig wird. Um das Aufgehen des Teiges zu unterstützen, wird zudem gerne eine Prise Zucker oder etwas Honig zugefügt. Pizzateig-Grundrezepte mit Hefe, aber auch mit Sauerteig, Backpulver oder als Quark-Öl-Teig-Variante findest du ab Seite 14.

DAS RICHTIGE MEHL

Bei der Auswahl eines geeigneten Mehles kommt es vor allem auf den Anteil an Klebereiweiß (Gluten) an. Das Gluten bindet Wasser und sorgt für einen elastischen Teig, der bei der Verarbeitung nicht reißt. Folgende Mehle können zum Pizzabacken verwendet werden:

Weizenmehl Type 405: Dieses Weizenmehl eignet sich hervorragend zur Herstellung eines guten Pizzateiges. Es enthält nur wenige Randschichten des Weizenkorns und ist daher besonders glatt und fein. Der Glutengehalt liegt bei rund 8600 mg pro 100g Weizenmehl.

Weizenmehl Type 550: Weizenmehl der Type 550 kann ebenfalls sehr gut verwendet werden. Es

enthält etwas mehr Ballaststoffe und Mineralien als das Mehl der Type 405. Der Glutenanteil ist hingegen etwas geringer (rund 7500 mg pro 100g). Der Pizzateig wird mit diesem Mehl ein klein wenig dunkler und geschmacksintensiver als mit Weizenmehl der Type 405.

Mehl Tipo 00 (Pizzamehl): Online oder im gut sortierten Supermarkt ist spezielles Pizzamehl erhältlich. Empfehlenswert ist hier der Griff zu original italienischen Mehlen mit der Bezeichnung »Tipo 00«.

Doch Vorsicht: Tipo 00 gibt es in unterschiedlichen Varianten, zum Beispiel auch für Pasta oder zum Brotbacken. Daher unbedingt zur explizit zum Pizzabacken geeigneten Sorte greifen. Diese enthält in der Regel einen Anteil von rund 12,5 bis 14 Prozent Gluten.

Weitere Mehle: Für Abwechslung beim Pizzabacken sorgen weitere Mehle, die die oben angegebenen Sorten entweder gänzlich ersetzen oder die diesen beigemischt werden. So kann durchaus auch eine Pizza aus Vollkornmehl gebacken werden. Spezielle Pizzavarianten wie etwa die Pinsa enthalten Anteile an Kichererbsen- oder Reismehl. Bei der Zubereitung einer glutenfreien Pizza können unter anderem Kartoffel- und Reismehl zum Einsatz kommen.

Hefe

Hefe sorgt dafür, dass der Pizzateig aufgeht. Sie verstoffwechselt Zucker zu Alkohol und Kohlendioxid und verleiht dem Hefeteig seinen charakteristischen Geschmack. Ein Pizzateig

gelingt sowohl mit frischer Hefe als auch mit Trockenhefe. Trockenhefe ist besonders praktisch, da sie lange haltbar und daher meist ohnehin im Lebensmittelvorrat vorhanden ist.

Generell gilt: Je länger die Ruhezeit des Teiges, desto weniger Hefe wird benötigt. Daher lässt sich ein traditioneller Pizzateig bei langer Gehzeit sogar mit nur 0,5–3 g Frischhefe zubereiten.



Kneten

Gründliches Durchkneten bringt genügend Luft in den Pizzateig, sodass dieser in der anschließenden Ruhezeit optimal aufgeht. Es empfiehlt sich, den Teig etwa 10–15 Minuten in der Küchenmaschine oder mit den Knethaken eines Handmixers durchzukneten. Alternativ kann selbstverständlich auch von Hand geknetet werden.

Teigruhe

Die Gehzeit ist abhängig von der Art des Teiges. Bei jedem Pizzateig-Rezept findest du die empfohlenen Ruhezeiten.

Portionieren und zweite Teigruhe

Nach der ersten Gehzeit wird der Teig in die gewünschten Portionen aufgeteilt. Dazu trennt man Teiglinge zum Beispiel mithilfe eines Spatels ab und formt sie dann zu Kugeln. Dabei ist es wichtig, Spannung in die Teigoberfläche zu bringen, den Teig also mit der hohlen Hand zu Kugeln zu »schleifen«.

Die Teigkugeln danach in eine bemehlte oder mit Öl ausgestrichene Pizzabox oder einen ausreichend großen bemehlten oder mit Öl ausgestrichenen Behälter geben und mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken. Das Abdecken der Teiglinge ist wichtig, um zu verhindern, dass sich eine trockene Kruste bildet.

Im Anschluss daran folgt die zweite Gehzeit, die je nach Art des Teiges unterschiedlich lang ausfallen kann. Auch dies ist in den Rezepten angegeben.

Jetzt geht's rund: Formen der Pizza

Hat der Pizzateig ausreichend Ruhe genossen, geht es ans Formen der Pizza. Das Arbeiten per Hand ist dem Ausrollen mit dem Nudelholz unbedingt vorzuziehen, denn so werden die im Teig entstandenen Gase nicht herausgedrückt, und die fertige Pizza gelingt wunderbar fluffig. Und so geht's:

Die Arbeitsfläche mit Mehl oder – für extra knusprigen Pizzaboden – mit einer Mehl-Hartweizengrieß-Mischung (z. B. 2 Teile Mehl und 1 Teil Hartweizengrieß) bestäuben. Teigling mithilfe eines Teigspatels aus dem Behälter nehmen. Die glatte Oberfläche der Teigkugel sollte dabei unversehrt bleiben. Dann Teigling auf die Arbeitsfläche setzen und mit den



© 2023 des Titels »Perfekte Pizza« von Veronika Pichl (978-3-7423-2270-8) by riva Verlag
München/Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.rivv-vg.de

Fingerspitzen von innen nach außen leicht flach drücken, sodass eine Mulde im Teigfladen entsteht. Den Rand (etwa 2 cm) nicht bearbeiten, damit er luftig bleibt und beim Backen schön aufgeht. Die Mulde mit beiden Handinnenflächen und Drehbewegungen vorsichtig auseinanderziehen, bis die gewünschte Pizzagröße und -dicke erreicht ist. Darauf achten, dass der Teig in der Mitte nicht zu dünn wird oder sogar reißt.

Es gibt natürlich mehrere Möglichkeiten, um einen Pizzaboden auszuformen. Fortgeschrittene bringen den Teig etwa in Form, indem sie ihn von einer Hand in die andere »werfen«.

DIE PIZZASOSSE

Für den perfekten Pizzagenuss ist auch eine aromatische Soße von entscheidender Bedeutung. In der Regel wird eine fruchtige Tomatensoße verwendet, die aus Tomaten, Zwiebeln und Kräutern besteht (Grundrezepte ab Seite 26). Besonders wenn es schnell gehen soll, sind dabei gehackte oder passierte Tomaten eine praktische Alternative zu frischem Gemüse. Einige Pizzavarianten kommen jedoch ohne Tomatensoße aus. Wer seine Geschmacksnerven einmal auf andere Weise verwöhnen möchte, kann mit verschiedenen italienischen Frischkäsesorten wie Mascarpone oder Ricotta oder auch mit Crème fraîche eine leckere Pizzagrundlage kreieren. Gerne kommen auch Oliven- oder Trüffelöl zum Einsatz.

DER BELAG

Bei der Auswahl des Pizzabelags sind der Fantasie so gut wie keine Grenzen gesetzt. Puristen belegen ihre Pizza lediglich mit Mozzarella und genießen – mit ein wenig Basilikum garniert – eine schmackhafte Pizza Margherita. Die Rezepte zeigen dir viele weitere leckere Belagvarianten.

Neben Mozzarella aus Kuhmilch oder dem hochwertigeren Büffelmozzarella werden bei der Pizzazubereitung weitere Käsesorten wie etwa Parmesan (Parmigiano Reggiano) oder Pecorino verwendet. Hinsichtlich der weiteren Zutaten ist der persönliche Geschmack entscheidend. Beliebte Beläge sind beispielsweise:

- Fleisch und Wurstwaren – Salami, Schinken, Hackfleisch, gebratene Putenbruststreifen etc.

- Fisch und Meeresfrüchte – Sardellen, Thunfisch, Räucherlachs, Garnelen etc.
- Gemüse – Kirschtomaten, Champignons, Brokkoli, Paprika, Zwiebeln, Artischocken, Mais etc.



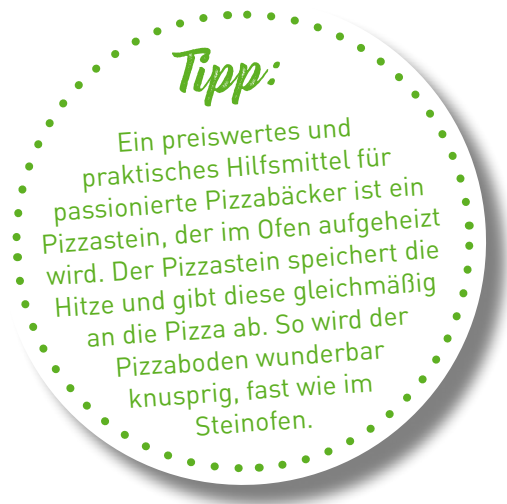
AB IN DEN OFEN!

Das beste Backergebnis wird grundsätzlich bei hoher Hitze erreicht. Während in einem traditionellen Steinofen Temperaturen von 400–500 °C herrschen, ist dies im Backofen zu Hause natürlich nicht möglich. Im Handel sind allerdings spezielle Pizzaöfen für den Hausgebrauch erhältlich, die vergleichbar hohe Temperaturen erzielen.

Für eine knusprige Pizza wird der Pizzaofen auf die Maximaltemperatur (350–400 °C) vorgeheizt. Während der Vorheizzeit wird der Pizzateig geformt und nach Belieben belegt. Um die Pizza ohne Ankleben auf einen Pizzaschieber zu ziehen, ist es empfehlenswert, den Pizzaschieber mit Hartweizengrieß zu bestreuen. Mithilfe des Pizzaschiebers wird die Pizza dann auf den heißen Stein im Pizzaofen geschoben. Innerhalb von meist schon

3–5 Minuten ist die Pizza kross gebacken und kann mit dem Pizzaschieber wieder aus dem Ofen geholt werden. Selbstverständlich kann eine Pizza auch in einem normalen Ofen zubereitet werden.

Dazu Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen. Währenddessen Pizzateig formen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und nach Belieben belegen. Im vorgeheizten Backofen benötigt die Pizza etwa 15–20 Minuten. Normalerweise ist die Pizza fertig, wenn der Rand leicht gebräunt und der Käse schön verlaufen ist.



Hinweise zu den Rezepten

PIZZATEIG

Die Grundrezepte für die Teige sind ausgelegt auf 3–4 Pizzen, je nach gewünschter Teigstärke und Pizzagröße.

Der Durchschnittswert für eine Pizza mit einem Durchmesser von 27–30 cm und einem dünnen Boden mit leicht erhöhtem Rand liegt bei etwa 220–250 g Teig. Für ein ganzes Backblech benötigt man in etwa die doppelte Menge.

Teile die Gesamtmenge des Grundrezepts einfach in die gewünschten Portionsgrößen.

TOMATENSOSSE

Für 1 Pizza mit einem Durchmesser von ca. 30 cm brauchst du etwa 70–80 g Soße. Auch hier kann die Menge nach Belieben variiert werden. Die Tomatensoße trägt man am besten mit einem großen Löffel oder einer Schöpfkelle in kreisförmigen Bewegungen von innen nach außen auf.

MOZZARELLA

Traditionell wird für Pizza Mozzarella verwendet. Er schmilzt gut und überdeckt durch seinen milden Geschmack nicht das Aroma der anderen Zutaten.

Im Supermarkt findet man meist Mozzarella-Kugeln in Salzlake, die aus Kuhmilch hergestellt werden. Etwas teurer ist der Büffelmozzarella (Mozzarella di bufalo). Durch seinen höheren Fettgehalt ist sein Geschmack intensiver und die Konsistenz feiner.

Mozzarella enthält oft sehr viel Feuchtigkeit. Um zu vermeiden, dass sich beim Backen Wasser auf der Pizza absetzt, sollte man ihn vorher in Scheiben schneiden und diese auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

Meine besondere Empfehlung ist Fior di Latte. Dieser Mozzarella aus Kuhmilch hat eine festere Konsistenz und ist etwas trockener als herkömmlicher Mozzarella, weil er nach der Herstellung gut abtropfen kann und nicht in Lake gelagert wird.

HARTWEIZENGRIESS

Um die Pizza ohne Ankleben auf einen Pizzaschieber zu ziehen, ist es empfehlenswert, den Pizzaschieber mit Hartweizengriess zu bestreuen.

Ich wünsche dir viel Freude beim Ausprobieren der Rezepte – und noch viel mehr beim anschließenden Pizzagenuss!

Guten Appetit!

Grundrezepte

Pizzateig - einfaches Grundrezept

FÜR 3-4 TEIGPORTIONEN (SIEHE S. 10)

ZUTATEN:

250–270 ml zimmerwarmes

Wasser

42 g Frischhefe oder

14 g Trockenhefe

500 g Weizenmehl Type 405 oder

Mehl Tipo 00

1 Prise Zucker (optional)

2 EL Olivenöl

10 g (feines Meer-)Salz

Olivenöl oder Mehl

für die Pizzabox

Mehl/Mehl-Hartweizengrieß-

Mischung zum Bestreuen der
Arbeitsfläche

1. 100 ml des Wassers in eine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröseln oder -streuen und durch Rühren auflösen.
2. Mehl und Zucker in der Schüssel der Küchenmaschine vermischen.
3. Hefewasser und 150 ml Wasser hinzufügen und alles gut durchkneten.
4. Olivenöl und Salz zugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Dabei nach Bedarf noch etwas Wasser zugießen, falls der Teig zu trocken ist.
5. Teig 10–15 Minuten kneten, dann zu einer Kugel formen, in eine Schüssel legen und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch abdecken. Teig 30–45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich in etwa verdoppelt hat.
6. Danach Teig in 3–4 etwa gleich große Stücke teilen. Diese jeweils zu Kugeln formen bzw. rund schleifen (siehe S. 10).
7. Eine Pizzabox oder einen Behälter mit Olivenöl auspinseln oder mit Mehl bestreuen und die Teigkugeln mit Abstand zueinander hineinsetzen. Mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken und Teig mindestens weitere 30–45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Tipp:

500 g Weizenmehl Type 405
kann man durch Dinkelmehl
Type 630 oder eine Mischung aus
250 g Weizenmehl Type 405 und
250 g Weizenmehl Type 550 ersetzen.
Mit dem gleichen Rezept funktioniert
auch ein Vollkornpizzateig. Statt
Weizenmehl einfach Weizen- oder
Dinkelvollkornmehl nehmen
und die Wassermenge um
ca. 30 ml erhöhen.

8. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
9. Teigkugeln auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Pizzaböden formen (siehe S. 10), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.

Neapolitanischer Pizzateig

FÜR 3-4 TEIGPORTIONEN (SIEHE S. 10)

ZUTATEN:

50 ml lauwarmes Wasser

1 g Frischhefe

250 ml eiskaltes Wasser

15 g (feines Meer-)Salz

500 g Mehl Tipo 00

Olivenöl oder Mehl für die Pizzabox

Mehl/Mehl-Hartweizengrieß-Mischung zum Bestreuen der Arbeitsfläche

1. Das lauwarme Wasser in eine kleine Schüssel geben, die Hefe hineinbröseln und durch Rühren auflösen.
2. 3 EL vom kalten Wasser abnehmen, in eine kleine Schüssel geben und das Salz darin auflösen.
3. Mehl, Hefewasser und restliches kaltes Wasser in der Schüssel der Küchenmaschine vermengen und 10–15 Minuten kneten. Nach ca. 5 Minuten das Salzwasser zugießen und einarbeiten.
4. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch abdecken. Bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten gehen lassen.
5. Danach Teig in 3–4 Portionen teilen und diese jeweils zu Kugeln formen bzw. rund schleifen (siehe S. 10).
6. Eine Pizzabox oder einen Behälter mit Olivenöl auspinseln oder mit Mehl bestreuen und die Teigkugeln mit Abstand zueinander hineinsetzen. Mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken und für ca. 36–48 Stunden in den Kühlschrank stellen.
7. Teiglinge ca. 2 Stunden vor Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen.
8. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
9. Danach auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Pizzaböden formen (siehe S. 10), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Tipp:

Bei Neapolitanischer Pizza ist es wichtig, Mehl Tipo 00 zu verwenden. Wird die Pizza im Backofen gebacken, sollte der Teig mindestens 48 Stunden im Kühlschrank ruhen. Außerdem kann man ca. 10 g Backmalz hinzufügen, um die Bräunung zu unterstützen, ansonsten ist der Pizzaboden nach dem Backen noch sehr hell.

Bei der Zubereitung im Pizzaofen ist das nicht nötig, da hier höhere Temperaturen herrschen und der Pizzaboden ohnehin eine schöne Bräune bekommt.

Neapolitanische Pizza hat einen dünnen Boden und einen fluffigen Rand.

Die passende neapolitanische Tomatensoße besteht aus 1 Dose (ca. 400 g) geschälten San-Marzano-Tomaten, einer sehr aromatischen italienischen Flaschentomatensorte, und 1 Prise feinem Meersalz. Einfach vermischen und mit der Gabel zerdrücken (ergibt ca. 4–6 Portionen).

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.

Pizzateig mit Sauerteig

FÜR 3-4 TEIGPORTIONEN (SIEHE S. 10)

ZUTATEN:

100 g Weizen-Sauerteig
250 g Weizenmehl Type 405
250 g Mehl Tipo 00
12 g (feines Meer-)Salz
2 EL Olivenöl
260–300 ml zimmerwarmes
Wasser

Olivenöl oder Mehl
für die Pizzabox

Mehl/Mehl-Hartweizengrieß-
Mischung zum Bestreuen der
Arbeitsfläche

1. Alle Zutaten in der Schüssel der Küchenmaschine vermischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Wassermenge dabei anpassen, damit der Teig nicht zu nass oder zu trocken ist. Teig 10–15 Minuten kneten, dann zu einer Kugel formen, in eine Schüssel legen und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch abdecken. Ca. 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.
2. Danach Teig in 3–4 Portionen teilen. Diese jeweils dehnen und falten, dann zu Kugeln formen bzw. rund schleifen (siehe S. 10).
3. Eine Pizzabox oder einen Behälter mit Olivenöl auspinseln oder mit Mehl bestreuen und die Teigkugeln mit Abstand zueinander hineinsetzen. Mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken.

FÜR DIE SCHNELLE VARIANTE

1. Teiglinge mindestens 6–12 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
3. Dann jeweils auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Pizzaböden formen (siehe S. 10), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

LANGSAME VARIANTE FÜR NOCH MEHR GESCHMACK:

1. Teiglinge mindestens 24 Stunden in den Kühlschrank geben.
2. Dann nochmals gut dehnen und falten, wieder zu Kugeln formen und rund schleifen. In die Pizzabox zurücklegen, abdecken und weitere 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.
3. Teiglinge ca. 2 Stunden vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen.
4. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
5. Danach auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Pizzaböden formen (siehe S. 10), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.

Pizzateig mit Hartweizengrieß

FÜR 3-4 TEIGPORTIONEN (SIEHE S. 10)

ZUTATEN:

270–300 ml zimmerwarmes Wasser
21 g Frischhefe oder 7 g Trockenhefe
400 g Weizenmehl Type 405 oder Tipo 00
100 g Hartweizengrieß
1 TL Zucker (optional)
3 EL Olivenöl
12 g (feines Meer-)Salz
Olivenöl oder Mehl für die Pizzabox
Mehl/ Mehl-Hartweizengrieß-Mischung zum Bestreuen der Arbeitsfläche

1. 100 ml Wasser in eine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröseln oder -streuen und durch Rühren auflösen.
2. Mehl, Hartweizengrieß und Zucker in der Schüssel der Küchenmaschine vermischen.
3. Hefewasser und 170 ml Wasser hinzufügen und alles gut durchkneten.
4. Olivenöl und Salz hinzugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten, evtl. noch etwas Wasser zugießen, falls der Teig zu trocken ist. Teig 10–15 Minuten kneten, dann zu einer Kugel formen, in eine Schüssel legen und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch abdecken. Teig ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich in etwa verdoppelt hat.
5. Danach Teig in 3–4 etwa gleich große Stücke teilen. Diese jeweils zu Kugeln formen bzw. rund schleifen (siehe S. 10).
6. Eine Pizzabox oder einen Behälter mit Olivenöl auspinseln oder mit Mehl bestreuen und die Teigkugeln mit Abstand zueinander hineinsetzen. Mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken und Teiglinge mindestens 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.
7. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
8. Teigkugeln auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Pizzaböden formen (siehe S. 10), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.

Pizzateig mit Backpulver

FÜR 2 RUNDE PIZZEN ODER 1 BLECH

ZUTATEN:

350 g Weizenmehl Type 405 oder
Dinkelmehl Type 630
3 EL Olivenöl
3 TL Backpulver
1 TL (feines Meer-)Salz
200–230 ml Milch oder
Pflanzendrink oder Wasser
Mehl/Mehl-Hartweizengrieß-
Mischung zum Bestreuen der
Arbeitsfläche

1. Alle Zutaten in die Schüssel der Küchenmaschine geben, dabei zunächst 200 ml Milch nehmen. Alles gut verkneten und evtl. noch etwas Milch hinzufügen, falls der Teig zu trocken ist.
2. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
3. Teig in 2 Portionen teilen und jeweils auf der bemehlten Arbeitsfläche mit einem Teigroller zu einem runden Pizzaboden ausrollen. Oder den ganzen Teig auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausrollen. Pizza nach Belieben belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Tipp:

Der Teig kann sofort
ohne Ruhezeit verarbeitet
werden und ergibt schnell
eine leckere Pizza, falls
man mal keine Hefe zu
Hause hat.

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.

Pinsateig

FÜR 3-4 TEIGPORTIONEN (SIEHE S. 10)

ZUTATEN:

300 ml kaltes Wasser
3 g Frischhefe oder
1 g Trockenhefe oder
50 g Lievito Madre*
350 g Weizenmehl Type 550
50 g Dinkelvollkornmehl
60 g Reismehl
50 g Kichererbsenmehl
1 EL Olivenöl
10 g (feines Meer-)Salz

Olivenöl oder Mehl
für die Pizzabox

Mehl/Mehl-Hartweizengrieß-
Mischung zum Bestreuen der
Arbeitsfläche

1. 50 ml Wasser in eine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröseln oder -streuen und durch Rühren auflösen.
2. Die Mehle in der Schüssel der Küchenmaschine vermischen.
3. Hefewasser und restliches Wasser hinzufügen und alles gut durchkneten.
4. Dann Olivenöl und Salz zugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Evtl. noch etwas Wasser zugießen, falls der Teig zu trocken ist. Teig 10-15 Minuten kneten, dann zu einer Kugel formen, in eine Schüssel setzen und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch abdecken. (Hinweis: Pinsateig ist etwas klebriger als herkömmlicher Pizzateig.) Ca. 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

Tipp:

Man kann bei einer langen Ruhezeit sogar noch weniger Frischhefe verwenden, z. B. nur ½-1 g.

Pinsateig ist durch den Einsatz von wenig Hefe sehr bekömmlich. Je länger der Teig reift, desto aromatischer wird er. Generell kann der Teig sogar bis zu 120 Stunden im Kühlschrank lagern.

Pinsa hat einen etwas dickeren Boden und eine schöne dunkle, knusprige Kruste mit rustikalem Geschmack.

*Lievito Madre =
milder Weizen-Sauerteig

5. Danach Teig nochmals in der Küchenmaschine gut durchkneten, wieder zurück in die Schüssel geben, abdecken und mindestens 48 Stunden, besser sogar 72 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
6. Pinsateig aus dem Kühlschrank nehmen und in 3–4 Portionen teilen. Diese jeweils dehnen und falten, dann zu Kugeln formen bzw. rund schleifen (siehe S. 10).
7. Eine Pizzabox oder einen Behälter mit Olivenöl auspinseln oder mit Mehl bestreuen und die Teigkugeln mit Abstand zueinander hineinsetzen. Mit einem Deckel oder Frischhaltefolie bedecken und Teiglinge mindestens 3 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
8. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze (oder 230 °C Umluft) vorheizen.
9. Teigkugeln auf der bemehlten Arbeitsfläche jeweils zu ovalen Fladen formen (siehe S. 10, aber nicht in runde Form bringen, sondern oval), nach Wunsch belegen und im Ofen 15–20 Minuten knusprig backen.

Backzeiten (produktabhängig):

- Im vorgeheizten Pizzaofen (350–400 °C) benötigt die Pizza nur 3–5 Minuten.
- Auf dem im Backofen bei auf 250 °C Ober-/Unterhitze aufgeheizten Pizzastein ist die Pizza in 10–15 Minuten fertig gebacken.