



Pizzateig

Hefeteig Grundrezept

1 Kg Mehl, 400 ml lauwarmes Wasser, 30 g Hefe, 100ml Olivenöl, 2 EL Zucker, 2 El Salz

Die Hefe und Zucker mit dem Wasser in einer großen Schüssel verrühren. Ca. 10 Minuten stehen lassen. Die Hälfte des Mehls dazugeben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine verkneten. Das restliche Mehl, den Zucker das Öl und das Salz dazugeben und bei kleiner Geschwindigkeit ca. 5 Minuten kneten bis der Teig seidig glänzt. Den Teig abgedeckt zum gehen an einen warmen Ort stellen.

Wenn der Teig sein Volumen verdoppelt hat wird er noch mal mit der Hand geknetet und die Luft wird heraus geschlagen.

Aus dem Teig tischtennisgroße Kugeln formen und diese halbieren. Die kleinen Teigstücke nun in einer Mischung aus Maißmehl, Polenta und Salz wälzen und auf ein Backblech legen. Noch mal ca. 20 Minuten gehen lassen und anschließend in vorgeheizten Backofen bei 200° Umluft ca. 15 Minuten backen.