Rezept

24-Stunden-Pizzateig

Ein Rezept von 24-Stunden-Pizzateig, am 28.04.2024

Zutaten

- **5 g** frische Hefe (ersatzweise 3 g Trockenhefe)
- Salz
- Mehl zum Arbeiten
- **500 g** Mehl (Type 00 oder 550)
- **1 EL** Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 runde Pizzas (28 cm Ø) oder 2 Backbleche (à 36 × 39 cm) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal, 4 g F, 13 g EW, 89 g KH

Zubereitung

1. Hefe unter Rühren in 300 ml lauwarmem Wasser auflösen.
2. Zum Mehl gießen. 1 leicht gehäuften TL Salz und das Öl zugeben und alles in ca. 15 Min. zu einem glatten Teig kneten.
3. Anschließend mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken. Bei Zimmertemperatur 30 Min. und dann im Kühlschrank 24 Std. gehen lassen.
4. Die Schüssel mit dem Teig 30 Min. vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen und in 45 bis 60 Min. Zimmertemperatur annehmen lassen.
5. Den Backofen samt Backblech auf 250° vorheizen. Teig vierteln. Stücke in Mehl wenden und durch Drücken und Ziehen zu einem dünnen runden Boden formen.
6. Den Pizzaboden auf ein leicht bemehltes Backpapier legen. Nach Belieben belegen, aufs heiße Backblech gleiten lassen und je 12-15 Min. backen.