

Rezept

Grundrezept Pizzateig

Ein Rezept von Grundrezept Pizzateig, am 18.06.2026

Zutaten

400 g	Weizenmehl (Type 550) + Mehl zum Arbeiten		Salz
1 Würfel	Hefe	1 Prise	Zucker
2 EL	Olivenöl + Öl für das Blech		

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 1 BACKBLECH (4 PORTIONEN) 20 MIN. + 1 STD. GEHEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit**
Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Mehl und 1/2 TL Salz mischen. In die Mitte eine Mulde drücken, Hefe hineinbröckeln und mit 5 EL lauwarmen Wasser beträufeln. Zucker zufügen, Hefe mit dem Wasser und 2-3 EL Mehl vom Rand her mit einer Gabel zu einem dicken Brei verrühren. Mit Mehl bestäuben und 15 Min. gehen lassen.
2. 140 ml lauwarmes Wasser und Olivenöl zum Vorteig geben. Alles mit den Knethaken des Handrührgeräts verkneten. Dann mit den Händen auf wenig Mehl kräftig weiterkneten. Teig zur Kugel formen und zugedeckt 30 Min. gehen lassen.
3. Den Teig erneut auf Mehl durchkneten und dünn ausrollen. Ein Backblech einölen, Teig darauflegen, Ränder hoch drücken. Teig nochmals 15 Min. gehen lassen und belegen und backen.