

Rezept Pizzateig - mit langer Gare



Zutaten

1kg **Huber-Mühle
Spezial-Pizza-Mehl**
oder **Dinkel-Pizza-Mehl**
3g Honig
750g kaltes Wasser
4g frische Hefe
1 TL Olivenöl
20g Salz

Belag nach Wunsch
passierte Tomaten
Mozzarella
Basilikum usw.

*„Wichtig ist Zeit, Wasser,
bestes Pizzamehl und
natürlich ein guter Ofen.“*

*„Die lange, kalte Gare lockert
den Teig und es entsteht ein
feiner, aromatischer Pizzateig.
Dieses Rezept gelingt mit
beiden Mehlsorten.“*

Zubereitung

Vorteig (ca. 2 Tage vor Backbeginn ansetzen):

2g Hefe und den Honig in 80g kaltem Wasser, mit einem Pürierstab oder Schneebesen auflösen. Dann 100g Mehl einrühren und alles in einer Schüssel mit Deckel in den Kühlschrank stellen.
Nach 12 Stunden weitere 80g Wasser und 100g Mehl einrühren und für weitere 12- 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.
Der Vorteig sollte schön Blasen bilden und fein Milchsauer duften.

Hauptteig (ca. 1 Tag vor Backbeginn ansetzen):

Die restlichen 590g Wasser, 2g Hefe und den Vorteig mit dem Pürierstab oder Schneebesen kräftig vermischen.
Olivenöl, Salz und die restlichen 800g Mehl gleichmäßig unterrühren und 1 Stunde quellen lassen. Danach den Teig nochmal von Hand oder in der Küchenmaschine kurz kneten.
Teig in einer Schüssel mit Deckel im Kühlschrank für mind. 24 Stunden kalt stellen. Während dieser Zeit den Teig mind. 3mal auf einer bemehlten Arbeitsfläche ziehen und falten, zur Kugel spannen und wieder in den Kühlschrank stellen. **Achtung:** nur vorsichtig dehnen, falten und spannen, sodass die gebildeten Gase im Teig bleiben.
Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf Raumtemperatur temperieren. 250g Stücke vom Teig abstechen und zur Kugel formen. Dafür die Arbeitsfläche gut bemehlen. Die Kugeln abgedeckt bei Raumtemperatur min. 1 Stunde gehen lassen.



Nun Pizzen von Hand durch vorsichtiges Drücken rund formen. Nach Wunsch mit passierten Tomaten, Mozzarella und Basilikum belegen.

Der Furnus Holzbackofen bringt die Pizza schnell zum Kochen. Das Feuer sollte lodern und die Flammen die ideale Oberhitze erzeugen (ca. 560°).

Backdauer beträgt ca. 2-4 Minuten vor dem Feuer.

Oder im vorgeheizten Haushaltssofen bei 250° C Ober-/Unterhitze 7 – 12 Minuten auf der untersten Schiene backen.