

Peter Stahl



Pizzateig:

680g Wasser (lauwarm)
1000g Mehl 00
1,5EL Honig
2g frische Hefe
28g Meersalz

- 1)
Das Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe mit der Hand auflösen. Danach den Honig hinzugeben und ebenfalls auflösen.
- 2)
1/3 Mehl ins Wasser geben und mit der Hand gleichmäßig, klümpchenfrei, zu einem Brei verarbeiten.
- 3)
Jetzt das zweite Drittel Mehl hinzugeben und wieder mit der Hand, klümpchenfrei, zu einem Brei verarbeiten.
- 4)
Nun das Salz vorsichtig hinzugeben. Und das letzte Drittel des Mehls in mehreren Schritten nach und nach einarbeiten.
- 5)
Jetzt den Teig aus der Schüssel nehmen und auf der Arbeitsplatte ca. 20 Minuten mit beiden Händen gut durchkneten. Der Teig wird in dieser Zeit immer geschmeidiger!!
Zum Ende des Knetvorganges den Teig links und rechts fassen, mittig anheben und falten. (Stretch and Fold). Das auch mehrere Male.
- 6)
Zwischendurch ein wenig Olivenöl auf den Teig träufeln und wieder falten.
- 7)
Den Teig zwei Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen und dann abgedeckt für 48 Stunden in den Kühlschrank.
- 8)
Den Teig morgens aus dem Kühlschrank nehmen, 6-7 Ballen formen und sie bei Zimmertemperatur ca. 2 Stunden in einer Pizza-Box ruhen lassen, danach noch einmal durchkneten und wieder ca. 2 Stunden ruhen lassen.
Wenn man jetzt die einzelnen Ballen ca. 20 Minuten vor der Zubereitung nochmals mit Stretch and Fold bearbeitet, wird die fertige Pizza nochmals fluffiger.
- 9)
Teigballen mit der Hand zur Pizza formen und belegen.

Ich wünsche euch viel Spaß und einen guten Appetit. 😊😊