

Pizzateig

Zutaten für 4 Personen:	600 gr. Mehl 4 dl. lauwarmes Wasser 40 gr frische Hefe (1 Würfel) 2 TL Salz 2 dl. Olivenöl 2 Prisen Zucker
-------------------------	---

Zubereitung:

Die Hefe löst man in 1 dl. lauwarmen Wasser auf. Dann stellt man das Gemisch an einen warmen Ort, am günstigsten bei 50 Grad in den Backofen, und wartet, bis sich Blasen bilden.

Das Mehl sorgfältig in eine Schüssel sieben und in die Mitte der Schüssel eine Mulde drücken.

Nun gibt man die Hefe, dann alle weiteren Zutaten in die Mulde und knetet den Teig kräftig durch. Ist der Teig zu trocken, löffelweise warmes Wasser dazugeben, bis sich der Teig leicht vom Boden der Schüssel lösen lässt.

Anschliessend den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche für weitere zehn Minuten durchkneten, in eine ausreichend grosse, mit Mehl bestreute Schüssel geben und den Teig zu einer Kugel formen.

Die Teigkugel kreuzförmig einschneiden und die Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und an einen warmen Ort stellen. Der italienische Pizzateig muss mindestens eine Stunde gehen, die Teigkugel sollte auf das doppelte Volumen angewachsen sein.

Dann den Teig abermals durchkneten und ihn dünn auf einem Backblech ausrollen, belegen und bei 200 bis 250 Grad im Ofen backen.