
selbstgemachte Pizza

für drei normalgroße Pizzen

400g Mehl
100g Hartweizengrieß
250ml lauwarmes Wasser
10g Hefe
1/2 TL Salz
3 EL Olivenöl

ca. 250ml Tomatensauce
200g geriebener Mozzarella
Belag nach Wunsch



Die Hefe im Wasser lösen und zusammen mit den anderen Zutaten zu einem geschmeidigen Hefeteig, der nicht mehr klebt, verkneten.

An einem warmen Ort für 45 Minuten gehen lassen, bis der Teig sich deutlich vergrößert hat. Er geht natürlich durch den geringen Hefeanteil weniger auf, als klassischer Hefeteig.

Nach dem Gehen den Backofen auf 225°C Ober-Unterhitze vorheizen, den Teig in drei Teile aufteilen und mit Hilfe von Mehl zu runden Böden ausrollen. Die entsprechende Anzahl an Blechen oder Gittern mit Backpapier auslegen und die Böden darauf bereit legen.

Nun den Belag vorbereiten, je nachdem, was ihr gerne esst, und Soße und eventuell Gewürze bereit stellen. Die Soße mithilfe eines Pinsels auf den Böden verteilen. Dabei nicht zu viel Soße nehmen, das macht sonst den Boden und den restlichen Belag matschig. Bei Bedarf mit Kräutern oder ähnlichem würzen und den Käse gleichmäßig auf alle Böden verteilen. Oben drauf (nein, nicht drunter) kommt euer Belag, z.B. dünner gekochter Schinken, Mozzarellascheiben, Champignon, Pesto, Mais, Paprika usw. Besonders lecker ist es, nach dem Backen frische Tomatenscheiben und Rucola auf der heißen Pizza zu verteilen.

Vorher muss die Pizza aber in den Ofen und zwar für ca. 10 Minuten, bis der Rand leicht gebräunt ist und auch der Käse schön Farbe bekommen hat.
