

# Hefeteig / Pizzateig



## Zutaten für ca. 300 g Teig:

200 g Mehl  
1/2 TL Salz  
1/2 Päckchen Trockenhefe  
100 ml lauwarmes Wasser  
3 EL Olivenöl

## Zubereitung mit Trockenhefe:

1. Das Mehl, die Trockenhefe und das Salz in einer Rührschüssel vermengen. Zuerst das Olivenöl und dann das lauwarme Wasser zugießen und alles mit dem Rührgerät (Knethaken) zu einem geschmeidigen und glatten Teig verarbeiten.
2. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich sein Volumen fast verdoppelt hat.
3. Den Teig noch einmal gut durchkneten.

## Hinweise:

Ausgangsbasis für Pizza und Pizzabrot.

Pizzateig reift am besten einige Tage im 0° Fach im Kühlschrank. Dazu den Teig portionsweise in ein geeignetes Schüsselchen geben, das man straff mit Klarsichtfolie abdeckt.

Zur Zubereitung in der Küchenmaschine (mit Frischhefe) gibt es ein eigenes Rezept #3090.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 10 min, Gesamtzeit ca. 70 min, Grundrezepte, Teig, italienisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 07.06.2024