



Rezepte > Andere

# Pizzateig

Zeit gesamt  
🕒 1h 30min

Zubereitungszeit  
🕒 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Mittel



## Zutaten

für 4 Portionen

Hefe, frisch	0.5 St.
Wasser	200 ml
Zucker	
Weizenmehl, Type 405	330 g
Salz	
Olivenöl	4 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Schneebesen

1. In einer Schüssel Hefe in lauwarmem Wasser mit Zucker auflösen und zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Anschließend Mehl, Salz und Öl zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig an einem warmen Ort zugedeckt ca. 1 Std. gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.
2. Ofen auf 250 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Teig nochmals auf wenig Mehl durchkneten, in 4 Portionen teilen und zu runden Pizzen ausrollen.
3. Auf mit Backpapier belegte Bleche legen, je nach Rezept belegen und nacheinander im Ofen ca. 10 Min. goldbraun und knusprig backen.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	361 kcal
Kohlenhydrate	64 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	7 g