

Pizzateig

Für rund vier Personen

- 400 gr Weizenmehl (Typ 550)
- 100 gr feiner Hartweizengries
- 0,5 EL feines Meersalz
- 1 Packung Trockenhefe (7g)
- 0,5 EL brauner Zucker
- 325 ml lauwarmes Wasser

Weizenmehl, Hartweizengries und das Meersalz
ordentlich vermischen.

Die Trockenhefe und den braunen Zucker langsam in
das lauwarme Wasser einmischen und solange rühren,
bis diese sich aufgelöst haben. — Die Flüssigkeit für
rund fünf Minuten ruhen lassen.

Eine kleine Mulde in das Mehl drücken und die
Hefe-Zucker-Flüssigkeit vorsichtig hineingießen.

Vom Rand her Mehl in die Mitte streuen und langsam in
die Flüssigkeit einrühren, bis das ganze Mehl
eingearbeitet ist. Zehn Minuten nun den den Teig
durchkneten

Den Teig mit Mehl bestäubt in eine Klarsichtfolie
einwickeln und für rund 15 Minuten an einem warmen
Ort ruhen lassen.

Anschließend den Teig in vier Portionen teilen und dünn
ausrollen (3-4 Millimeter, ca 30 Centimeter
Durchmesser)

Von jakobfricke am 22.01.2012 geteilt.

Zu finden unter <http://www.unfitted-kitchen.com/recipe/141>