

# Pizza Backen für Anfänger Rezepte & Tipps

## Pizza Backen Grundrezept Für Anfänger Einfach Erklärt.

---

### Hefeteig:

500 g	Mehl	2 geh. TL Salz
0,30 Liter	Wasser, ca.	etwas Zucker
1	Würfel frische Hefe	

### Belag:

3	Dose/n geschälte Tomaten (je 400 g)	Olivenöl
400 g		Salz, Pfeffer
1 große	Büffel Mozzarella	
	Bund frisches Basilikum	

---

Zutaten für 2 runde Pizzaformen (28 cm Durchmesser) oder ein Backofenblech  
Eigentlich ist die Zubereitung eines Pizza Teigs die einfachste Sache der Welt - sowohl was die Technik als auch die Zutaten angeht, nämlich Wasser, Mehl, Salz und Hefe und sonst nichts. Die Prise Zucker ist nicht unbedingt nötig, treibt die Hefe aber gut an. Es gelingt der Hefeteig am besten mit frischer Hefe, die geht immer. Außerdem ist natürlich gutes Kneten wichtig, etwas Geduld und Sorgfalt, dann kann eigentlich nichts mehr schief gehen.

Das fängt bei der Vorbereitung an: Schütten Sie das Mehl in eine tiefe Rührschüssel, drücken Sie mit der Hand eine kleine Kuhle hinein und darin legen Sie die locker zerbröselte Hefe. Streuen Sie den Zucker darüber und etwas Mehl, giessen Sie die Kuhle mit etwas zimmerwarmem Wasser auf, und decken die Wasseroberfläche zum Schluss mit Mehl ab. Wenn sich diese Mehldecke nach oben wölbt, und das Mehl deutliche Risse zeigt, was normalerweise spätestens nach 15 Minuten der Fall ist, dann hat die Hefe angefangen zu gären.

Jetzt verkneten Sie - am besten erst mit den Knethaken eines Rührgeräts - alles zusammen mit dem restlichen Wasser und streuen nach ungefähr einer Minute das Salz ein. Mit der Maschine weiterkneten, bis der Teig sich deutlich zu einer festen Masse entwickelt hat (nach ca. 5 Minuten), dann machen Sie die Handprobe: der Teig muss sich kühl und ganz leicht feucht anfühlen, fest sein, aber geschmeidig, und nur ganz wenig kleben. Wenn er zu trocken ist, etwas Wasser zugeben und einkneten, wenn er zu sehr klebt, etwas Mehl. Jetzt kneten Sie mit der Hand weiter, bis der Teig eine wirklich kompakte, glatte und elastische Kugel ist. Dann zurück in die Schüssel damit und mit einem Küchentuch abdecken. Bei Zimmertemperatur dürfte (und müsste) er sein Volumen spätestens nach 45 Minuten verdoppelt haben. Dann kneten Sie ihn wieder richtig kräftig durch und lassen ihn noch mal so aufgehen, jetzt ist er soweit, dass Sie ihn weiter verwenden können.

Auf die Pizza können Sie ja quasi alles drauf legen, aber versuchen Sie doch

mal die Original Farben der italienischen Fahne: Grün Weiss Rot. Während der Gehzeit können Sie schon die Dosentomaten vorbereiten, schneiden Sie den Strunk heraus und eventuelle Schalen ab, drücken Sie mit der Hand drauf, damit der Saft rausquitscht (sonst wird der Teig nicht knusprig wegen zuviel Flüssigkeit) und halbieren Sie die Tomaten, bevor Sie sie mit der Hand flach drücken. Schneiden Sie dünne Scheiben vom Mozzarella ab und verteilen Sie beides gleichmässig, auch nebeneinander, auf den beiden rund ausgerollten Pizzaböden oder dem mit Teig ausgelegten Backblech. Salzen Sie die Tomaten ein wenig, tröpfeln etwas Olivenöl darüber und schieben Sie die Pizzen so schnell wie möglich in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen. Nach ca. 20 Minuten müssten sie soweit sein, knusprig und mit schön verlaufenem Mozzarella.

Bis dahin haben Sie ja schon die Basilikumblätter quer in Streifen geschnitten und die verteilen Sie großzügig kurz vor dem Servieren - wenn Sie die mitbacken, verlieren sie fast ihr gesamtes Aroma und ihre schöne grüne Farbe. Dann würde sonst etwas fehlen, bei dieser Hymne an eines der einfachsten und leckersten Gerichte aus dem grünweissrot gestreiften Land, oder?

Im Prinzip passen alle Zutaten auf eine Pizza, die in ihrem Charakter in die Region gehören - also nach Italien, genauer nach Neapel, woher die Urpizza eigentlich stammt. Und alles, was starke Ofenhitze verträgt. Man kann also von A wie Anchovis bis Z wie Zucchini die Palette der italienischen Zutaten ausnutzen. Zutaten wie Lachs, Kaviar oder Ananasscheiben haben jedoch nichts darauf zu suchen - sie sind nicht einmal originell, weil sie in der Hitze des Ofens kaputt gehen. Und wer frische Kräuter darauf haben möchte, zum Beispiel Ruccola, muss sie entweder unter hitzebeständigen Zutaten verstecken oder zum Schluss, das heisst, nachdem die Pizza den Ofen verlassen hat, darüber streuen. So einfach ist das! Am berühmtesten ist der Klassiker unter den Pizzen, die: Pizza Margherita.

*Viel Spaß beim Pizza backen!!*

Kostenlose Rezepte und Tipps auf, [www.spiele-kinderspiele.de](http://www.spiele-kinderspiele.de)