

# Die perfekte Pizza

---

## Vorwort

Pizza backen ist eigentlich sehr einfach, jedoch wachsen die Ansprüche mit der Zeit, und da möchte man, dass alles perfekt gelingt. Da merkt man schnell, dass Pizza eine Wissenschaft für sich ist.

Viele wissen was auf einer Pizza drauf ist! Tomatensoße, Käse und dann Beilagen nach Wahl. Wer meint hiermit eine richtig gute Pizza hinzubekommen, der irrt. Pizza hat immer noch Potential nach oben.

Wie beschreibe ich die perfekte Pizza in nur einem Satz?

Anstelle eines Satzes möchte ich gerne in einer Aufzählung antworten; Teig, Teig, Teig, Teig, Teig, Käse, Teig und Teig. Im Ernst, das wichtigste ist die Grundlage für die Pizza, also der Teig. Nicht zu vernachlässigen ist auch der richtige Käse, aber wenn der Teig nicht stimmt, bringt auch der teuerste Büffelmozzarella nichts.

## Das richtige Mehl

In unsere Supermärkte findet man gewöhnlich Weizenmehl vom Typ 405 und Typ 550. Die Nummer gibt an, wie viel Vitamine und Mineralstoffe in dem Mehl auf 100g noch enthalten sind. Für viel Geschmack also eine hohe Mehltyp Nummer.

Wichtig ist neben dem Geschmack auch der Faktor Klebereiweiss, auch bekannt als Gluten. Die Menge davon ist ausschlaggebend für die Backfähigkeit. Gluten sorgt dafür dass der Teig elastisch ist und aufgeht und nicht einfach ein platter harter Fladen nach dem Backen zurückbleibt. Der Anteil an Klebereiweiss spielt daher bei der Herstellung von Pizzateig eine große Rolle.

Deutsche Mehle besitzen anders als z.B. italienisches Mehl jedoch weniger Klebereiweiss (zwischen 7% und 9%). Bei der Herstellung von Pizzateig empfiehlt es sich das italienische Weizenmehl Typ 00 (oder auch Tipo 00) zu benutzen. TIPO 00 ist ähnlich wie in Deutschland eine Typisierung des Weizenmehls, allerdings nach italienischer Norm. Doch so einfach ist es leider nicht. In Italien gibt es TIPO 00 Mehl in unterschiedlichen Arten: speziell für Pasta, fürs Brotbacken, und eben für Pizza. D.h. wenn man in Deutschland TIPO 00 Mehl kauft heißt das noch lange nicht, dass es speziell für Pizza ist. Der Klebereiweissanteil in TIPO 00 variiert ja nach Hersteller und Zweck zwischen 7 und 14%. Für Pizza eignet sich ein Wert zwischen 12,5 und 14%.

Nur bei diesem optimalen Klebereiweisswert zwischen 12,5 und 14% kann die Pizza so extrem dünn ausgerollt und verarbeitet werden. Man kennt sicher den Effekt, dass ein mit dem Nudelholz ausgerollter Teig sich wieder zusammenzieht - je höher der Gluten Anteil desto elastischer der Teig und desto weniger dieser Zusammenzieheffekt. Italienische Pizzabäcker mischen ihr Pizzamehl zur Abrundung des Geschmacks gerne auch mit anderen Mehlen, die mitunter nicht so viel Klebereiweiss enthalten aber geschmacklich intensiver sind. So kann man z.B. einen Teil des Mehls durch Hartweizengries oder andere Mehle mit höherer Typenzahl ersetzen. Man kann auch Hartweizengriess (ca. 50g) dazu mischen, das erhöht die Knusprigkeit.

# Die perfekte Pizza

## Der Pizzateig

Das Problem bei den meisten selbstgebackenen Pizzen ist dass der Teig einfach nicht so schmeckt wie beim Italiener. Meistens ist der Teig zu trocken, die Kruste zu hart, der Teig zu schwer und alles schmeckt nur nach Hefe. Viele Hausfrauen und -männer wenden ihre Jahrzehnte lange Backerfahrung auf das Pizzabacken an, aber das geht so nicht. Denn Pizzabacken ist anders. Pizzabacken ist eine Wissenschaft für sich.

Was beschreibt den perfekten Pizzateig?

In meinen Augen, muss ein perfekter Pizzateig sehr leicht sein. Er muss unten knusprig sein, innen aber weich. Der Rand ist Geschmacksache, aber keinesfalls darf der Rand zu schwer werden. Das heißt nicht, dass er nicht riesig groß werden darf — nur eben nicht schwer. Wenn man in die Pizza beißt solle es frisch schmecken, keinesfalls nach Hefe. Der Eigengeschmacks des Teigs darf die Pizza nicht übertönen, ich möchte die zarten Details des Käse schmecken und nicht den Teig.

Idealer Weise sollte mit dem Teig mind. 24 Stunden vor der Zubereitung anfangen werden. Wenn keine Zeit ist können auch 8 Stunden reichen. In dieser Ruhezeit findet die alkoholische Gärung der Hefe statt. Dadurch erhält der Teig einen ganz leicht säuerlichen Geruch und Geschmack. Dies führt nach dem Backen zu dem typisch Pizzageschmack, den man in italienischen Restaurants findet, aber nur selten bei selbstgemachten Pizzen.

## Zutaten für 6 Pizzen à 270g

1kg Mehl Standard 405er oder besser das italienische Tipo 00 speziell für Pizza

Leitungswasser– kalt, Meeressalz, ein Viertel Block/Würfel frische Backhefe, Eine große Schüssel, Einen Pizzastein

Jedes Mehl verhält etwas sich anders. Außerdem beeinflussen alle möglichen Umwelt-Faktoren die exakt notwendigen Mengen. Man sollte diese Angaben nicht zu genau nehmen. Es ist deutlich wichtiger mit Gefühl zu messen als mit einer genauen Skala.

Die meisten haben sicherlich keinen echten Pizzaofen zu Hause, trotzdem ist es notwendig, die Hitze so schnell wie möglich an eure Pizza abzugeben, dazu eignet sich ein Pizzastein sehr gut. Gute Erfahrungen habe ich mit dem Alfredo Pizza-Ofen (ca. 60€) gemacht. Durch seine hohe Temperatur (ca.325 °C) wobei die Ober- und Unterhitze getrennt einstellbar sind, gelingt eine Pizza in ca. 5 Minuten.



## Schritt 1: Der »Pfannkuchenteig«

Zunächst schütten wir rund 600g des Mehls in eine große Schüssel.

Dazu geben wir 625ml kaltes Wasser und

einen viertel Block der Hefe. Auf einem Hefe-Würfel steht für 500-1000g Mehl, aber wir verwenden bewusst deutlich weniger als auf der Packung steht. Keine Angst der Teig wird trotzdem genug steigen.

Die Hefe muss nicht erst in Wasser aufgelöst werden, sondern wird einfach in die Schüssel gegeben.

Dazu kommen nun rund 30g Meersalz, viel weniger sollte es nicht sein, dann schmeckt die Pizza nicht so richtig, eher zu fad. Wenn ihr die Masse probiert, muss es nach Salz schmecken. Denkt daran, dass der Teig später noch deutlich mehr Mehl enthält. Wenn ihr jetzt Hefe oder Mehl herauschmeckt, ist es nicht genug Salz.

Nun rühren wir alles mit einer Gabel/Löffel oder dem elektrischen Rührgerät kurz um, bis eine Masse entsteht, die von der Konsistenz eher an Pfannkuchenteig als an Pizzateig erinnert.

Nun wird die Schüssel mit einem Küchentuch abgedeckt und 20min stehen gelassen. Während dieser 20min wird das Mehl ordentlich Wasser aufnehmen können. Das Mehl kann nun das Wasser in dieser Flüssigkeit aufnehmen, was später hilfreich für die Gluten-Bildung ist. Wahrscheinlich ist das hier der wichtigste Schritt der ganzen Pizzateig-Anleitung.



Bild 1: Da noch nicht das ganze Mehl im Pizzateig ist, ist die Konsistenz des Pizzateigs im Moment eher wie beim Pfannkuchenteig.

### Schritt 2: Wir fangen an zu kneten oder »Aus Pfannkuchen- wird Pizzateig«

Wir fangen an zu kneten oder »Aus Pfannkuchen- wird Pizzateig«

Nun sollten also 20min vergangen sein. Diese Wartezeit ist wichtig und Teil des Geheimnisses zu gutem Pizzateig.

Nun rühren wir den Teig für 3-4 Minuten. Obwohl der Teig noch recht flüssig ist, (»Pfannkuchenteig«) und dies wirklich mehr Rühren als Kneten ist, bilden wir hiermit einen guten Teig, da bereits Gluten-(Eiweis)-Ketten gebildet werden. Es sind diese Proteinketten, die später das CO<sub>2</sub>, das die Hefe produziert auffängt und im Teig gefangen hält. Durch diese Luftblässchen wird der Teig später aufgehen und sehr locker und luftig.

Rührt nun weiter und gebt etwas mehr Mehl dazu. Wir wollen im Endeffekt in diesem Stadium das restliche Mehl der Packung dazugeben. Es eignet sich etwa immer 100g (bitte nicht nachmessen) in die Schüssel zu geben und dann weiter zu rühren. Dies verhindert einerseits, dass das Mehl durch die ganze Küche fliegt und andererseits habt ihr somit mehr Kontrolle über euren Pizzateig. Sollte er wider Erwarten zu trocken werden, könnt ihr jederzeit aufhören.

Wenn sich der Teig vom Boden löst und einen Ball formt, ist es genug Mehl. Dann noch 1-2min weiter kneten. Dies sollte nun recht schwer gehen.

Der Teig sollte jetzt immer noch recht flüssig sein, aber durchaus seine Form behalten. In der Tat ist das Mehl/Wasser-Verhältnis ideal, wenn ihr den Teig zu einer Kugel formt und diese ganz langsam, also etwa über eine halbe Stunde hinweg, seine Form verliert und wieder flüssig wird. Kurzfristig betrachtet, soll er aber ein Ball bleiben. Ihr werdet mit der Zeit ein Gefühl dafür bekommen was ich meine.

Wenn man nun auf den Teig schaut, sieht er sehr klebrig aus. Wenn man allerdings auf die Oberfläche eine Prise Mehl gibt, kann man ihn ertasten, wie zart er sich tatsächlich anfühlt.

Es ist mal wieder so weit, der Teig muss wieder 20min ruhen.



Bild 2: Dem Teig wird weiteres Mehl in kleinen Mengen zugegeben. Somit kann der Teig vorsichtig geknetet werden, ohne dass das Mehl durch die ganze Küche fliegt.



Bild 3: Obwohl dieser Teig sehr feucht aussieht, enthält er genug Mehl. Er behält seine Form. Gibt man geringe Mengen Mehl auf die Oberfläche des Teigs, kann man ertasten, wie zart und weich der Teig wirklich ist.

## Schritt 3: Von der Schüssel aufs Brett

1. Es sind nun also erneut 20min vergangen und der Pizzateig ist nun soweit, dass er aus der Schüssel kann.
2. Wir drehen nun die Schüssel auf den Kopf und lassen den Teig auf ein gut bemehltes Brett fallen. Der Teig sollte dabei fast ohne Hilfe aus der Schüssel »fließen«.
3. Noch haben wir einen klebrigen Brocken (Bild 4), den wir auf allen Außenseiten ordentlich mit Mehl bestäuben. Dann kneten wir mit den Händen einige wenige Sekunden, um einen Schönen Ball zu formen (Bild 5).
4. Nun schneiden wir diesen Ball in 5-6 gleichgroße Stücke und formen diese jeweils wieder mit einigem Mehl in runde Teigbälle. Beim Schneiden merkt man erst wie feucht der Teig innen ist und es ist sehr hilfreich auf die Schnittkante noch beim Schneiden Mehl zu streuen.
5. Nun platzieren wir jeden Ball in einen kleinen Plastikcontainer mit Deckel. Wichtig ist der Deckel, da der Teig sonst an den Außenkanten austrocknet und sich dann nicht mehr schön verarbeiten lässt. Wenn kein Deckel vorhanden ist, hilft Frischhaltefolie.
6. Nun kommt der Teig für idealer Weise mind. 24 Stunden in den Kühlschrank. Dort wird er innerhalb des Containers aufgehen. Manche schwören darauf, der Teig solle bis zu 6 Tage im Kühlschrank verweilen. Wenn man keine 24 Stunden Zeit hat, sollte der Teig wenigsten einige Stunden in den Kühlschrank verweilen. Wichtig ist, dass der Teig überhaupt eine gewisse Zeit im Kühlschrank verbringt, da er sich zum jetzigen Zeitpunkt nicht ideal verarbeiten lassen würde und damit auch nicht perfekt backen könnte.

# Die perfekte Pizza

---



Bild 4: Es Bedarf beinahe keinerlei Hilfsmittel, um den Teig von der Schüssel auf's Brett zu bekommen



Bild 5: Mit nur ganz wenig Mehl und etwas Kneten wird aus dem klebrigen Teig ein sehr gut zu verarbeitender Ballen Pizzateig.



Bild 6: Der Teig wurde aufgeteilt und in einzelne verschließbare Plastikcontainer gelegt. Diese kommen nun zum Gehen für mind. 24 Stunden – besser ein paar Tage – in den Kühlschrank.

## Schritt 4: Den Pizzateig ausrollen

1. Nun holen wir den Pizzateig aus dem Kühlschrank und nehmen ihn aus dem Plastikcontainer. Mit großzügigen Mengen Mehl kurz durchkneten, bis ein schöner, runder Teigball entsteht.
2. Nun können wir den Pizzateig ausbreiten. Dazu mit den Händen von innen nach außen auf den Teig drücken, so dass ein Rand entsteht. Der Rand wird auf diese Weise sehr stark aufgehen und luftig schmecken. Wenn ihr kein Fan von Pizza mit dickem Rand seid, drückt den Rand einfach ebenfalls flach und belegt die Pizza später bis weit an den Rand.
3. Wenn der Teig etwas flacher geworden ist, können wir ihn am Rand hochheben und ihn durch sein eigenes Gewicht ausdehnen lassen.
4. Außerdem kann den Teig von der einen Hand in die andere geworfen oder zwei Fäuste formt werden, den Teig darauf legen und somit weiter ausdehnen.
5. Danach sollte der Teig so wie in Bild 9 aussehen.



Bild 7: Der portionierte Pizzateig kam gerade aus dem Kühlschrank. Es ist deutlich zusehen, dass dieser aufgegangen ist. Trotzdem hält er noch schön die Form eines Pizzateigs.

## Die perfekte Pizza

---



Bild 8: Diesen Teigball können wir durch Drücken von innen nach außen mit den Fingern dehnen.



Bild 9: Dieser Pizzateig schreit danach, belegt zu werden.

Der Teig ist nun bereit zum Belegen. Sicherstellen, dass unter der Pizza, die durch die Tomatensoße, den Pizzakäse und weitere Zutaten immer schwerer wird, immer genug Mehl vorhanden ist. Somit rutscht die Pizza nachher noch problemlos auf den Pizzastein.