

Teig-Rezepte für 1/4 Personen

Pizza Napoletana

95 / 380g Wasser

0,06 / 0,22g Instantheefe

2-3 / 9-12g Salz

153 / 610g Mehl

Vermischen.

Nach 30min

Vierfachfaltung durchführen.

Nach 30min

Vierfachfaltung durchführen.

18h

Abgedeckt
bei Raumtemperatur gehen
lassen.

(24-48h optional)

In 250g Ballen unterteilen,
(im Kühlschrank gehen
lassen, dann)

3h

ruhen lassen.

450-480°C

Mit Rand wirken, belegen
und bei
ca. 1min backen. Kurz auf
einem Gitter abkühlen lassen
und servieren

Teig-Rezepte für 1/4 Personen

Pizza New York Style

4 / 15g Malzpulver

149 / 594g Mehl

vermischen, dass Malz nicht klumpt. Mit

94 / 374g Wasser

5 / 20g Olivenöl

0,8 / 0,32g

Instantheefe

2-4 / 11-15g Salz

vermischen.

Nach 30min

Vierfachfaltung durchführen.

Nach 30min

Vierfachfaltung durchführen.

18h

Abgedeckt
bei Raumtemperatur gehen lassen.

(24-48h optional)

In 250g Ballen unterteilen,
(im Kühlschrank gehen lassen,
dann)

4,5-5,5h

ruhen lassen. Randlos wirken,
belegen und bei

275-315°C

ca. 6-8min backen. Kurz auf einem
Gitter abkühlen lassen und
servieren

Saucen-Rezepte für 6 Pizzen

Pizza Napoletana

2g Oregano

800g ganze Dosentomaten

7g Salz

vermischen. Tomaten dabei zerdrücken oder pürieren

Pizza New York Style

2 Knoblauchzehen

2g Oregano

in

20g Olivenöl

20g Rapsöl

scharf anbraten.

800g ganze

Dosentomaten

mit

7g Salz

zerdrücken oder pürieren, zum leicht gebräunten Knoblauch-Oregano Mix hinzufügen und ca. 30 min bei niedriger Hitze einkochen

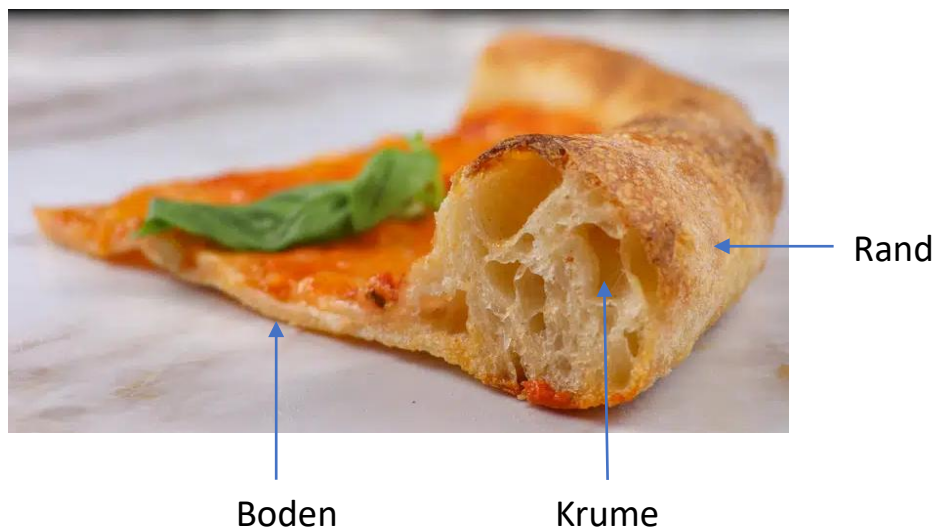
Bei den Ofentemperaturen der Napoletana kann eine vorgekochte Tomatensauce leichter verbrennen

Warum? Worauf achten?

Vorgang	Warum	Schwierigkeit
Zutaten mischen	Mehl und Wasser für Glutenbildung Hefe für Gärprozess Salz für Geschmack	Mehl und Wasser vollständig mischen Hefemenge an Reifezeit anpassen
Vierfach-falten	Vermischung der Zutaten Homogene Gare	
Stückgare	Gluten fängt CO ₂ und Aromastoffe Hefe wandelt Stärke in Zucker und Ethanol Gare am Stück für homogene Teigentwicklung	Garzeit Austrocknen
Teig teilen	Pizzagröße definieren Endgare starten	Teig richtig abschließen
Endgare	Lockerung des Glutengerüsts für finale Verarbeitung Blasenbildung durch Gare	Garzeit Austrocknen
Ballen entnehmen	Zum Formen	Kann reißen oder kleben. Genug Semola verwenden
Pizza wirken	Zum Belegen	Lochbildung Größe
Pizza auf Schieber	Zum Backen	Lochbildung durch zu wenig Semola Runterhängen des Teigs
Pizza in Ofen	Zum Backen	Platzierung des Teigs im Ofen Erhaltung der Pizzaform
Pizza wenden	Zum gleichmäßigen Backen	Loch durch zu frühes wenden

Pizza-Güte (Napoletanisch und New York Style)

- Ofen/Hitze:
 - Leopardenmuster (Maillard-Reaktion)
 - Boden auch gefleckt / Ober- und Unterhitze gut aufeinander abgestimmt
 - Knusprig und elastisch
- Teigführung:
 - Leopardenmuster
 - Elastizität entspricht Erwartungen
 - Salzgehalt und Geschmack
 - Offenporige Krume, große Luftblasen
 - Keine Gelschicht zwischen Tomatensauce und Teig
- Belag:
 - Belag ansprechend
 - Geröstet, nicht verbrannt
 - Menge ermöglicht einfaches Essen
 - Keine Gelschicht



Werkzeugkunde

- Pizzaspachtel
 - Teig teilen
 - Teig aus der Box holen



- Präzisionswaage
 - Hefe abwiegen
 - 0.001 Gramm-Schritte



- Pizzaschieber
 - Perforiert um Semola abzustreifen
 - Breite an Ofen ausrichten
 - 2-teilig für Spülmaschine



- Ofenbürste
 - Mit Schaber und Drahtbürste
 - Langer Stiel je nach Ofen



- Pizzawender
 - Perforiert
 - Sollte max. halb so groß wie Pizza sein
 - Zweiteilig



- Teigbox
 - Mit Deckel
 - Minimum 12l



Ofenkunde

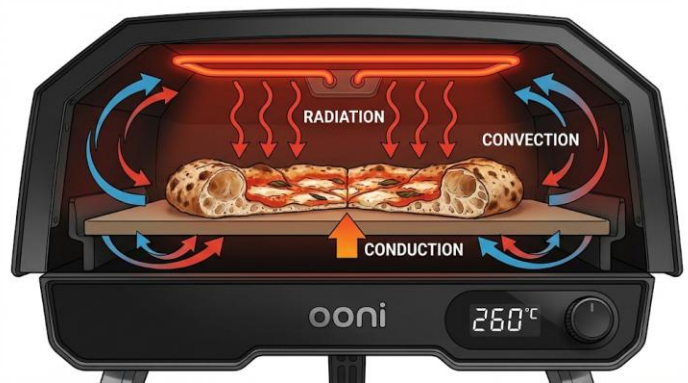
Pizzaofen

- Geschmacklich kein Unterschied zwischen Holz-, Gas- und Elektroofen
- Elektro- und Gasofen erhitzen schnell und sind leicht zu kontrollieren
- Elektroofen können innen betrieben werden
- Marken: Ooni, EffeUno

Strahlung: $\sim \Delta T^4$

Leitung: $\sim A \frac{\Delta T}{d}$

Konvektion: $\sim A \Delta T$



Haushaltsofen

- Schafft maximal 300°C
- Backstahl empfohlen, besser als Backstein
- Langes Vorheizen von mindestens 30min nötig

Allgemeines

- Backunterlage kühlt bei backen der Pizza ab. Aufheizphase zwischen zwei Pizen beachten
- Pizza backt unterschiedlich schnell von oben und unten. Experimentieren und optimieren
- Exzellente Pizza geht nicht im Haushaltsofen

Zutatenkunde

Auswahlkriterium Mehle

- *W-Zahl*: Dehnfähigkeit des Teigs
- *Tipo 00*: Asche- und Proteingehalt
- Empfehlung: Beginnend mit gutem Mehl ausprobieren. Unterschiede z.T. gering
- Z.B. Frießinger Mühle La Farina 14, Caputo Cuoco



Auswirkungen der Hydratation (Wasser)

- *TA*: Teigausbeute, Verhältnis von Wasser zu Mehl
- Hohe *TA* macht Teig klebrig, schwer zu wirken, dafür elastischer, bessere Krume, mehr Volumen, schnellere Gare

Unterschiede von Hefe

- Frischhefe (FH), aktive Trockenhefe (AH) oder Instant-Trockenhefe (IH)

- Handelsüblich ist IH (muss nicht in Wasser gelöst werden)

Ausgangshefe ↓	IH	AH	FH
IH	1	1,33	3
AH	0,75	1	2,28
FH	0,33	0,44	1

- Umrechnung mit Tabelle: Links Hefe im Rezept, Rechts eigene Hefe

- Beispiel: Im Rezept stehen 20g Frischhefe, wir verwenden Instantheefe. Wir multiplizieren dazu die 20g mit 0,33 (was der Zeile FH und Spalte IH entspricht) und erhalten 6,6g Instantheefe

- Z.B. Caputo Instantheefe, JA! Instantheefe

Zutatenkunde

Einfluss von Fetten

- Machen Teig elastischer und dehnbarer
- Halten Teig länger feucht
- Nehmen schneller Wärme auf
- Z.B. Natives Olivenöl



Enzymaktives Backmalz

- Aus getrocknetem gekeimtem Getreide
- Liefert zusätzliche Enzyme wie Amylase
- Beschleunigt Gärung, mehr Volumen
- Schönere Färbung der Kruste
- Z.B. von Seitenbacher



Salz

- Reduziert durch osmotischen Druck Hefeaktivität
- Verbessert Glutenkettenbildung
- Beeinflusst Geschmack maßgeblich
- Z.B. übliches Haushaltssalz



Semola

- Hartweizengrießmehl
- Vereinfacht Transport roher Pizza
- z.B. De Cecco



Belag und Mengen

Reihenfolge

- Frische Zutaten (Salat, Burrata)

backen

- Fein geschnittenes Gemüse
- Wurst
- Schmelzkäse
- Basilikum und Kräuter
- Sauce



Dos and Don'ts

- Belag gleichmäßig verteilen
- Freie Stellen brennen leichter an
- Weniger ist mehr, vor allem bei der Sauce
- Manches Gemüse muss vorgegart werden
- Manche Wurst sollte nicht gegart werden (Nitrite)
- Feuchte Beläge in Sieb trocknen

Zutaten	g pro Pizza
Käse	90
Sauce	120
Apfel	300g
Pilze	40
Salami	40
Schinken	40
Artischocken	60

Belag und Mengen

Worauf beim Kauf achten?

Tomaten, passiert oder ganz

- Müssen keine San Marzano Tomaten sein, aber aus einem Land mit viel Sonne kommen
- Wenn kein Herkunftsland drauf steht oder insinuiert wird durch Nationalflaggen, Finger weg
- Dosen können bleibehaftet oder Bisphenol A verseucht sein. Wenn es geht, Glas kaufen



Mozzarella

- Im Ballen sehr feucht, muss vor dem Backen 24h im Sieb abtropfen. Empfehlung geriebener oder Stangenmozzarella
- Mikrobielles Lab bevorzugen um Tierwohl zu fördern oder nachlesen wie Lab gewonnen wird



Wurst

- Gepökelte Wurst für hohe Temperaturen ungeeignet wegen Nitrit, kann nach dem Backen verwendet werden
- Manche Salamis geben viel Öl ab, was den Geschmack und die Essbarkeit der Pizza stark beeinflussen kann. Ausprobieren

Belag und Mengen

Rezepte

Eingelegte Tomaten

Nach dem Backen auf die Pizza legen

Tomaten halbieren zum leichteren Essen



Pulled Pilz 1/4 Personen

60/240g Austernpilz

7/28g Barbecue Rub

42/168g Rapsöl

mischen. Vor dem Backen
auf die Pizza legen

Führungsstile und Vorteige

Was bringt lange Stockgare/Endgare?

- Zusätzliche Aromen durch alkoholische Gärung und Mikroorganismen, mehr Zucker und Bläschen
- Bessere Glutenentwicklung durch lange Gehzeit
- Mit Temperatur wird Gare besser kontrollierbar

Was bringen Vorteige? Poolish oder Biga?

- Verlängerung der möglichen und insgesamten Gare
- Poolish leichter in der Verarbeitung
- Verwendung von Vorteig heißt *Indirekte Führung*

Kann ich auch Sauerteig verwenden?

- Ja, aber Pizza ist mit Tomatensauce und Käse ein saures Gericht. Ich empfehle es nicht

Kostenlose Empfehlung: PizzApp+

Für New York Style „Blechpizza“ wählen



Was passiert bei der Gare?

- Amylase im Mehl wandelt Stärke in Zucker um
- Hefe wandelt Zucker (Glykolyse)
 - aerob in Wasser und CO₂
 - anaerob in Ethanol, CO₂ und Aromastoffe
- Wasser verbindet Glutenin und Gliadin im Mehl zu Glutensträngen, die Glykolyseprodukte fangen und Teig Elastizität verleihen

Wie funktioniert eigentlich...?



Ballen
formen



Pizza
wirken



Pizza in
Ofen



Pizza
wenden



Vierfach-
faltung

Weiterführende Techniken

- Mehlkochstück verwenden für höhere Hydratation
- Vorteige ausprobieren (Poolish)
- Mit der Garzeit spielen
- Sauerteigstarter verwenden

- Plötzblog durchstöbern



- Mehl (und Garzeit/Hydratation!) variieren
- Andere Teige wie z.B. einen Hefezopf oder ein Brot ohne Kneten herstellen

Was bedeutet denn...?

Gare	Reifezustand des Teigs
Stockgare	Gare des gesamten Teigs
End-/Stückgare	Gare des Teigs im Ballen
Vierfachfaltung	Teig viermal ineinander falten, entspricht Stretch and Fold
Vorteig	Kleiner, zuerst gehender Teig, der Hauptteig zugeführt wird