



Germteig für Pizza

Zutaten für 4 - 6 Personen:

640 g Weizenmehl
1 TL Zucker
1 Würfel Germ
3 EL Olivenöl
12 g Salz
400 ml Wasser, lauwarm

Der Germ wird in 50 ml lauwarmen Wasser aufgelöst, der Zucker mit eingerührt und dicht mit Mehl bestäubt. Zudecken und 30 Minuten bei Zimmertemperatur rasten lassen.

Nun wird der Vorteig mit dem Mehl, Olivenöl, Salz und dem restlichen Wasser in den Teig gerührt. Gut verkneten. Der Teig soll nicht mehr am Schüsselrand kleben bleiben.

Abermals ruhen lassen, bis sich das Teigvolumen deutlich vergrößert hat.

Für eine Pizza wird der Teig entweder in 4-6 runde Pizzen geformt, oder auf Blechgröße ausgerollt und nach Belieben belegt.

