

## Der Vorkoster - Rezepte für die perfekte Pizza

Was macht eine richtig gute Pizza aus? Mit welchen Tricks kriegt man sie selbst zu Hause hin? Das findet der Vorkoster heute heraus!

**Rezepte nach Björn Freitag**

### 24-Stunden-Teig

Kaum Aufwand, wenig Hefe und ganz viel Geduld – das ist das Geheimnis von Björn Freitags Pizzateig.



Die Mengenangaben sind zugeschnitten auf 4 runde Pizzen oder 2 Bleche.

#### **Zutaten:**

- 500 g Weizenmehl Type 405
- 15 g Salz
- 3 g Hefe
- 100 ml warmes Wasser
- 200 ml kaltes Wasser
- 1 Prise Zucker
- 1 EL Olivenöl

**Zubereitung:**

- Mehl und Salz in einer Schüssel vermengen.
- Dann die Hefe zusammen mit etwas Zucker in 100 ml warmen Wasser auflösen.
- Nun 200 ml kaltes Wasser hinzufügen und zum Mehl geben.
- Den Teig gut durchkneten (zuerst mit dem Knethaken der Rührmaschine, dann nochmal per Hand). Zuletzt einen Esslöffel Olivenöl in den Teig einarbeiten.
- Gut abdecken und für 24 Stunden ruhen lassen.

## Tomatensauce

Weniger ist mehr – aromatische Tomaten und nicht viel Schnickschnack. So geht Björns Tomatensauce mit Geling-Garantie.



### Zutaten für 4 runde Pizzen oder 2 Bleche:

- 1 Dose geschälte Tomaten
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- Olivenöl

### Zubereitung:

- Die Sauce ist schnell gemacht. Einfach eine Dose geschälte Tomaten pürieren, mit Salz, Pfeffer und Olivenöl würzen. Wer will, kann weitere Gewürze wie Oregano und Basilikum hinzufügen.
- Den Ofen bei 250°C gut vorheizen. Das Backblech mit Mehl bestäuben und nicht einfetten, da das Öl bei den hohen Backtemperaturen verbrennen würde.
- Den Teig auf das Blech geben und per Hand vorsichtig ausbreiten. Einen kleinen Rand formen, damit die Soße später nicht herunterläuft.
- Mit der Tomatensoße bestreichen und mit Mozzarellascheiben belegen. Wer will kann weitere Zutaten hinzufügen.
- Die Pizza je nach Dicke des Bodens und des Belages so lange auf der mittleren Schiene backen, bis die gewünschte Bräunung und Konsistenz erreicht ist. In der Regel reichen bei der hohen Temperatur 10 Minuten aus.
- Zum Garnieren eignet sich frischer Basilikum.