

*Einfach*  
**Pizza**

# *Einfach* **Pizza**

*Individuell & fürs Buffet*  
**So wird Pizza zum  
Highlight jeder Party**

## SCHNÄPPCHEN-OFEN

Luigi von Unold  
im Praxis-Test

## UNVERTRÄGLICHKEIT

Welche Rolle spielen  
FODMAPs wirklich?

## SÜBE VERSUCHUNG

Schritt für Schritt  
zur Schoko-Pizza

## MAXIMAL FLEXIBEL

Ein Teig für Pizza  
Romana, Napoletana  
und New York

*Besser backen  
im Haushaltsofen*

# Homemade Pizza



6,90 EUR  
A: 7,60 Euro, CH: 13,50 CHF, Benelux: 8,10 Euro

# Jetzt bestellen



Leckere und bekömmliche Rezepte, wenn es eilig ist

Gutes Brot braucht Zeit. Aber gerade diese fehlt häufig im Alltag. Kein Grund, auf einen leckeren, selbst gebackenen Laib zu verzichten. Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein gutes Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma und Bekömmlichkeit überzeugt.

Im neuen Sonderheft Schnelles **BROT** – Bekömmlich backen, wenn es eilig ist, liefern wir rund 30 Rezepte für Bröte, die sich perfekt in einen arbeitsreichen Alltag integrieren lassen. Darunter auch glutenfreie Varianten. Außerdem zeigen wir Schritt für Schritt, wie man die Gärzeiten eines Rezepts umrechnen und somit auf die eigenen Bedürfnisse zuschneiden kann. Daneben gibt es Grundlagen für saftige Bröte mit langer Frischhaltung und zur richtigen Aufbewahrung sowie leckere Rezepte für schnell gemachte Brotaufstriche.

[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)  
040/42 91 77-110, [service@brot-magazin.de](mailto:service@brot-magazin.de)

# EDITORIAL

## Zuhause genießen

Viele meinen, für eine perfekte Pizza muss man unbedingt einen teuren Ofen besitzen. Einen richtigen Pizzaofen natürlich. Einen, der fast 1.000,- Euro kostet. Besser noch mehr. Klar, ein richtig guter Ofen ist eine tolle Sache. Ich liebe meinen Effeuno über alles. Meinen Gasofen für den Sommer auch. Dennoch mache ich auch immer gerne Pizza im ganz normalen Haushaltsofen. Denn mit ein paar Kniffen und praktischen Hilfsmitteln macht man auch damit eine richtig gute, wenn nicht gar perfekte Pizza. Am Ende sind Handwerk und gute Zutaten schließlich immer entscheidender als teures Equipment.

Und auch wenn man sich für einen extra Pizzaofen entscheidet. Es muss nicht immer gleich das teure Gerät aus dem oberen Regal sein. Dass man auch mit einem vergleichsweise günstigen Gerät sehr gute Ergebnisse erzielen kann, beweist der Luigi von Unold. Wir haben diesen, in der Pizzaszene momentan heiß diskutierten Ofen, für diese Ausgabe ausgiebig getestet. So viel vorab: Er schafft für einen Elektro-Ofen seiner Preisklasse erstaunliche 400 bis 430 °C und ist damit eine gute Alternative zu günstigen, aber nur für den Outdoor-Einsatz geeigneten Gasöfen.

Und er ist damit auch eine gute Anschaffung, um die eine oder andere Pizza-Party zu schmeißen. Denn das macht mit einem guten Ofen, der für das Backen einer Pizza nicht viel Zeit benötigt, noch einmal mehr Spaß. Aber unabhängig vom Ofen will eine solche Party gut geplant und vorbereitet sein, damit es allen – Gästen und Pizzabäcker – gleichermaßen Freude bereitet. Auf was man dabei achten muss, erklären wir ebenfalls in diesem Heft und liefern dabei Anregungen für kreative Pizzabeläge.

Viel Spaß beim Nachbacken, ob nun für einen alleine oder für Freunde und Familie. Pizza geht schließlich immer.

Herzlichst, Euer

*Christoph Bremer*

Christoph Bremer, Chefredakteur

 @1fachpizza

 /1fachpizza

 /1fachpizza



30

Eine Pizza-Party will gut geplant sein, damit nicht nur die Gäste, sondern auch Hobby-Pizzaioli auf ihre Kosten kommen. Mit ein paar grundlegenden Tipps, der richtigen Vorbereitung und dem nötigen Equipment wird das Event zum Erfolg. Ein paar Ideen für kreative Mini-Pizzen inklusive.



# Inhalt

So gelingt es: Backen im Haushaltssofen	06
Backanleitung	06
Wichtigste Zutaten	11
Praktische Utensilien	12
Beim Pizzakurs von pizza1	14
Rezept: Schoko-Pizza Schritt für Schritt	18
Pizza-News	20
Wissen: FODMAPS und Unverträglichkeit	24
So plant man eine Pizza-Party	30
Mini-Pizzen für's Buffet	32
Warm halten und aufwärmen	36
Produktcheck: Crustmaker 2.0	38
Tipps vom Profi	40
Test: Schnäppchen-Ofen Unold Luigi	42
Rezept: Knoblauch-Bresaola	48
Rezept: Chorizo-Chipotle	50
So geht's: ein Teig, drei Pizzastile	52
Schritt für Schritt Romana	54
Schritt für Schritt New York	56
Schritt für Schritt Neapolitana	58
<b>Standards</b>	
Editorial	03
Einfach Pizza-Shop	28
Einfach Pizza-Standard-Teige	60
Vorschau/Impressum	62



# Pizza @home

Backen im Haushaltsbackofen  
– so gelingt's

Hot oder Schrott. So könnte das Motto etlicher Hobby-Pizzaioli lauten, die auf Pizza Napoletana schwören. Denn liefert ein Ofen nicht genug Hitze, kann aus der Pizza nichts werden. Zumindest keine Napoletana, also eine Pizza mit fluffigem Rand und saftigem Inneren. Alles unter 430 °C wird daher nur müde belächelt. Doch so eine Hitze ist mit einem normalen Haushaltsbackofen nicht zu schaffen. Und dennoch lässt sich mit ein paar Kniffen auch mit niedrigerer Temperatur eine ganz hervorragende Pizza herstellen, die durchaus das Prädikat Napoletana verdient hat.

## Teig

Grundlage jeder guten Pizza ist natürlich der Teig. Gerade Neueinsteiger schenken ihm zu wenig Beachtung. Ein guter Pizzateig sollte mindestens 8 Stunden gehen – gerne aber auch länger – und nicht mittels Einsatz von viel Hefe schnell hochgezüchtet werden. Hier empfiehlt es sich, auf unsere Standardteige ab Seite 60 zurückzugreifen. Wer sich einen individuellen Teig erstellen möchte, findet dafür Apps fürs Smartphone, zum Beispiel vom Ofenhersteller Ooni oder über die Suche in den Stores nach dem Begriff Pizza App. Auch sollte darauf geachtet werden, dass der Teig vor dem Ausbreiten entspannt ist. Nur so bekommt man per Hand und ohne Nudelholz – dieses würde den Rand zerstören – eine schöne Runde Pizza hin. Auch hier kann man der Anleitung bei unseren Standardteigen folgen.

## Zutaten

Eine Pizza lebt von guten Zutaten. Das gilt umso mehr, je beschränkter die Möglichkeiten des Ofens sind. Denn kaschiert ein Profi-Ofen vielleicht – zumindest optisch – noch die eine oder andere Schwäche, kommen sie bei einer längeren Backzeit zutage. Insbesondere bei den Grundzutaten Mehl, Käse und Tomaten sollte nicht gespart werden. Als Mehl nimmt man vorzugsweise ein Pizzamehl, das es oft auch in gut sortierten Supermärkten gibt. Die Tomaten aus der Dose sollten von hoher Qualität sein. Die Sorte San Marzano gilt als das Nonplusultra. Aber auch andere dürfen verwendet werden. Hauptsache, sie sind nicht zu wässrig. Gleiches gilt für den Mozzarella. Auch dieser darf nicht wässrig sein. Bevorzugt sollte daher der sogenannte Fior di Latte zum Einsatz kommen. Diesen findet man in hiesigen Supermärkten eher nicht und er muss daher in italienischen Feinkostläden oder im Internet bestellt werden. Die in Salzlake eingelegten

Mozzarella-Kugeln aus dem Supermarkt sind nur bedingt geeignet. Nutzt man sie dennoch, sollte man sie gut abtropfen lassen und am besten für 24 Stunden in Küchenpapier eingewickelt im Kühlschrank lagern. Will man lieber mit geriebenem Käse arbeiten, sollte dieser selbst gerieben werden. Reibekäse aus der Tüte enthält als Trennmittel in der Regel Kartoffelstärke, die beim Backen braun wird. Ein Effekt, der bei manchen Pizzasorten vielleicht gewünscht ist, nicht aber bei einer Napoletana.

## Komposition

Erlaubt ist, was einem schmeckt. Beginnt man mit dem Pizzabacken, ist es dennoch ratsam, erstmal mit Klassikern wie Margherita, Salami & Co. zu beginnen. Vor allem aber gilt: bei einer Napoletana ist weniger mehr. Während amerikanische Pizzen teils üppig belegt sind, sollte man es bei der süditalienischen Version nicht übertreiben. Wir haben 15 kleine Stücke Fior di Latte (diese werden in der Form Julienne in längliche Streifen geschnitten) und etwa 70 g Tomatensoße verwendet. Dazu ein paar Blätter Basilikum und einen Schuss Olivenöl am Ende über die Pizza gegeben.

## Tomatensoße

Für die klassische Tomatensoße braucht es nicht viel. Als Faustregel kommt auf 100 Gramm San-Marzano-Tomaten ungefähr 1 Gramm Salz. Die Tomaten in eine große Schüssel füllen und mit den Händen zerkleinern, bis eine leicht breiige Konsistenz entsteht. Wer einen Pürierstab einsetzen möchte, sollte diesen nur kurz und behutsam einsetzen, da die dadurch zerkleinerten Kerne bitter werden können. Anschließend mit Salz abschmecken. Für den Klassiker Margherita braucht es ungefähr 60 bis 80 Gramm Pomodoro, für eine Marinara, einer Pizza nur mit Tomate, Knoblauch und Oregano etwa 70 bis 100 Gramm.

6 Minuten auf Backstahl bei 275 °C ohne Pause durchgebacken. Der Rand ist schön aufgegangen und entsprechend fluffig. Auch weist er eine gute Bräune auf, sogar mit einzelnen dunkleren Stellen. Ein Effekt, der durchaus gewünscht ist. Der Käse ist nicht zu stark gebräunt. Allerdings ist er komplett zerlaufen und in seiner Struktur nicht mehr zu erkennen. Auf den ersten Blick ist so nicht erkennbar, um was für einen Käse es sich handelt. Dass es Mozzarella ist, sieht man nicht, es könnte ebenso gut Gouda oder Emmentaler sein.



2 Minuten auf Backstahl bei 275 °C nur mit Tomate vorgebacken, anschließend Käse, Basilikum und etwas Öl hinzugefügt und weitere 4 Minuten bei 275 °C fertiggebacken. Auch bei dieser Pizza ist der Rand schön aufgegangen und hat einige braune Stellen. Der Käse ist zerlaufen, wirft erste Blasen, ist aber in seiner ursprünglichen Struktur noch erkennbar. Dass es sich beim verwendeten Käse um Mozzarella handelt, wird sichtbar.



4 Minuten auf Backstahl bei 275 °C nur mit Tomate vorgebacken, anschließend Käse, Basilikum und etwas Öl hinzugefügt und weitere 2 Minuten bei 275 °C fertig gebacken. Beim Ergebnis des Randes ergibt die veränderte Backabfolge keinen Vor- oder Nachteil. Anders jedoch beim Käse. Er ist zerlaufen, aber kaum gebräunt. Seine Struktur ist klar erkennbar und es wird deutlich sichtbar, dass Mozzarella zum Einsatz gekommen ist.

Zum Vergleich eine Pizza aus einem Ofen mit deutlich höherer Temperatur. 60 bis 70 Sekunden Backzeit bei 450 °C. Optisch besteht der größte Unterschied beim Rand. Die dunklen Punkte, das sogenannte Leoparding, sind mit einem Haushaltsbackofen nur schwer hinzubekommen. Der Rand geht zudem ein wenig besser auf. Der Belag unterscheidet sich hingegen kaum von denen mit der Vorbackmethode im Haushaltsbackofen gebackenen Pizzen.

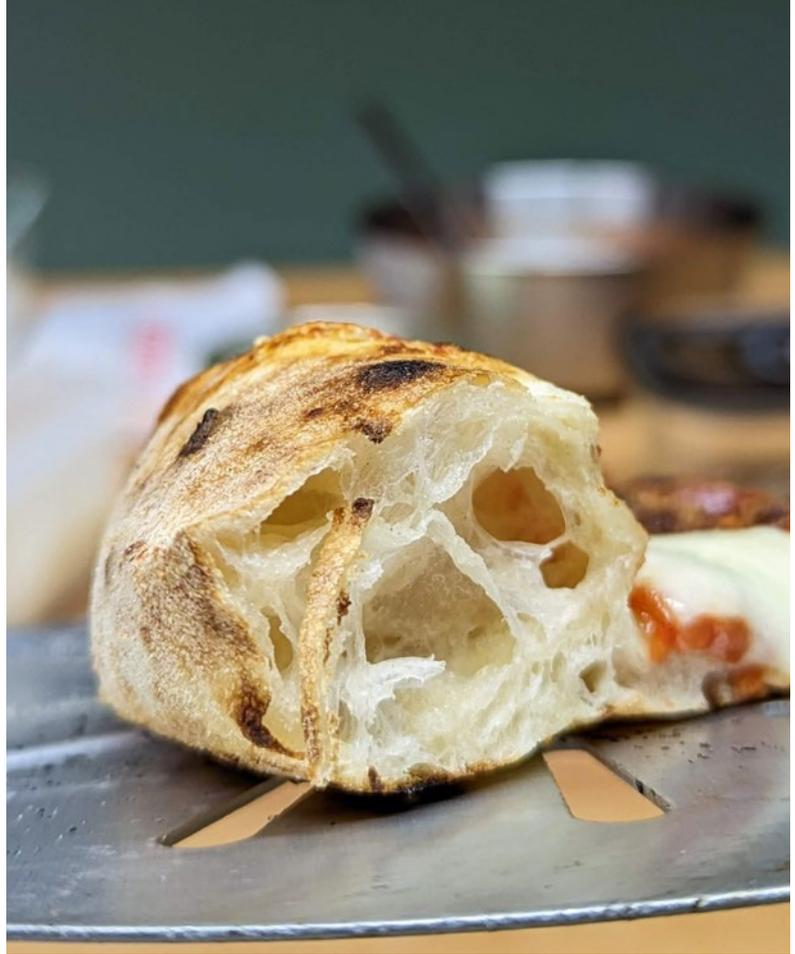


## Hilfsmittel

Für das Ausbreiten der Pizza eignet sich Semola. Es ist ein feiner Weizengrieß, der den Teig auf der Arbeitsplatte einfacher gleiten lässt und verhindert, dass er an den Fingern festklebt. Für das Einschleusen der Pizza in den Ofen sollte man sich einen Pizzaschieber zulegen. Für den Anfang tut es ein einfacher aus Holz, solche gibt es schon für unter 15,00 Euro. Für den Ofen bietet sich ein Backstahl an, der einfach auf ein Gitterrost gelegt wird. Er kann ein Stück weit ausgleichen, dass der Haushaltsofen eine zu niedrige Maximaltemperatur besitzt. Denn er bringt die Hitze dorthin, wo sie im Küchenofen nicht ausreicht: unter den Teig. Als Folge geht der Teig besser auf. Stahl ist dabei einem Stein vorzuziehen, da er große Mengen Hitze speichern und sie bei Bedarf sehr schnell abgeben kann – etwa 18-mal schneller als ein Schamottstein. Dafür ist ein Pizzastein deutlich günstiger. Während ein Stahl ab etwa 60,00 bis 70,00 Euro zu haben ist, gibt es Steine schon für um die 20,00 Euro beim Discounter.

## Vorbereitung

Egal ob mit Stein, Stahl oder Backblech, der Ofen sollte auf die maximal mögliche Temperatur mittels Ober- und Unterhitze vorgeheizt werden. Bei manchen ist hier schon bei 250 °C Schluss, andere schaffen knapp 300 °C. Und das dauert in der Regel mindestens 30 Minuten, auch wenn viele Öfen einem über entsprechende Displays oder Leuchten etwas anderes suggerieren. Ein Backblech oder Stein kann in der unteren Hälfte des Ofens platziert werden, ein Stahl hingegen am besten auf der obersten Schiene. Denn verfügt der Ofen eine Grillfunktion mittels Spirale an der oberen Seite, sollte diese ein, zwei Minuten vor dem Einschleusen der Pizza eingeschaltet werden, damit der Stahl auf die maximal mögliche Temperatur kommt. In der Zwischenzeit kann die Pizza geformt und mit Tomatensoße bestrichen werden.



**Fluffig soll die Krume, also das Innere des Randes, einer Neapolitana sein**

## Backvorgang

Bei einer original Neapolitana sollte der Käse in seiner Struktur noch erkennbar und somit nicht zu stark verlaufen sein. Auch sollte er nicht braun werden. Zumindest nicht durchgehend. Um beides zu vermeiden, wendet man die Vorbackmethode an. Die Pizza wird zunächst für 2 (bei Öfen die etwa 300 °C schaffen) bis 4 (bei Öfen die etwa 250 °C schaffen) Minuten vorgebacken. Nun wird die sie kurz aus dem Ofen genommen und mit den restlichen Zutaten belegt. Zuerst der Käse, dann die weiteren Zutaten. Danach wird die Pizza für weitere 2 bis 4 Minuten gebacken. Wer den Rand etwas brauner mag, kann diesen zudem gleich zu Beginn dünn mit Olivenöl bestreichen. Fertig ist die Pizza, wenn der Rand erste braune bis dunkelbraune Stellen aufweist. Dann heißt es, raus aus dem Ofen, kurz auf einem Rost maximal ein bis zwei Minuten abkühlen lassen und dann ab damit auf den Teller. ●

*Tipp*

Mit dem Backen der Pizza verliert der Stahl oder der Stein an Temperatur. Damit auch die zweite, die dritte und die vierte Pizza noch genauso schön aufgehen wie die erste, sollte man zwischen den Backvorgängen 5 bis 10 Minuten Pause machen, damit der Untergrund wieder auf Temperatur kommt. Bei Stahl zwischendurch zudem den Grill für das Aufheizen nutzen.

# Zutaten

Eine Pizza hat viele Zutaten, doch auf die scheinbar simpelsten – Mehl, Tomaten, Käse – sollte man sein Hauptaugenmerk richten. Sie machen den entscheidenden Unterschied.

## Tomaten

Tomatensugo ist die Basis der mit Abstand meisten Pizzen. Dabei wird der Frucht viel zu wenig Aufmerksamkeit beimessen. Eine richtig gute Tomatensugo wird nicht mit irgendeiner Tomate gemacht. Man sollte immer eine von guter Qualität nehmen. Eine solche ist die San-Marzano-Tomate. Die längliche, eindringlich rote Frucht ist sehr kernarm und hat ein festes, aromatisch süß schmeckendes Fleisch. Oftmals wird sie deshalb als Königin unter den Tomaten bezeichnet – und sowieso als einzig wahre Tomate für die originale Neapolitana. Echte San-Marzano-Tomaten erkennt man an der Bezeichnung D.O.P. Diese Abkürzung steht für die italienische Bezeichnung „Denominazione d’Origine Protetta“ und entspricht einem Gütesiegel, das eine geschützte Herkunftsbezeichnung kennzeichnet. San-Marzano-Tomaten bekommt man nicht in jedem Supermarkt, man sollte dann dennoch nicht zum billigsten Produkt greifen, sondern ein möglichst hochwertiges nehmen.



## Mehl

Bei der Pizzahauptzutat Mehl gibt es sowohl in preislicher als auch in geschmacklicher Hinsicht einige Unterschiede. Die Auswahl sollte man sich also nicht zu leicht machen. Denn mit einem guten Teig steht und fällt die selbstgemachte Pizza. Es sollte auf jeden Fall ein backstarkes Mehl sein. Und die Auswahl ist hier riesig. Von Eigenmarken in deutschen Supermärkten über italienische Markenprodukte bis hin zu kleineren deutschen Biomühlen.

## Käse

Eine entscheidende Zutat für eine gute Pizza ist der richtige Käse. Hobby-Pizzaioli widmen ihm leider viel zu häufig wenig Beachtung und verwenden simplen Streukäse. Erste Wahl für eine Pizza Neapolitana ist Fior di Latte, ein festerer Mozzarella, der in der Regel nicht in Lake eingelegt wird. In hiesigen Supermärkten findet man ihn leider selten. Als Alternative eignet sich Scamorza. Er zählt, wie Mozzarella, zu den Brühkäsesorten vom Typ Filata und ist noch etwas fester. Ein wenig Pecorino, Parmesan oder Grana Padano sorgen zu guter Letzt für ein bisschen intensiveren Geschmack.



# Utensilien

Man braucht nicht viel, um in den eigenen vier Wänden Pizza zu backen. Ein paar Utensilien machen einem das Leben leichter. Diese müssen nicht immer teuer sein. Zu Anfang kann man sich auch gut mit einfachen Dingen helfen.

## Stahl und Stein

Man kann Pizza natürlich auf einem Backblech backen. Um aber die fehlende Hitze des Haushaltsbackofen im Vergleich zu einem Profi-Ofen ein wenig auszugleichen, empfiehlt sich die Anschaffung eines Pizzasteins oder -stahls. Stahl ist etwas besser, aber auch teurer.



## Pizzaschieber

Um die Pizza in den Ofen zu bekommen, braucht man einen Pizzaschieber. Einfache aus Holz gibt es bereits für wenige Euro, sie sind leicht und die Pizza gleitet mit Semola als Hilfe darauf sehr gut. Ein Profischieber aus Metall muss es zu Beginn also nicht gleich sein. Man kann natürlich auch ein Holzbrett nehmen, am besten eines mit Griff. Das kann man anschließend auch als Servierbrett nutzen.

## Semola

Semola di grano duro rimacinato ist der italienische Begriff für Hartweizenmehl. In Italien wird es vor allem zur Herstellung von Pasta verwendet. Manche nutzen Semola auch als Zutat bei Pizza, aber vor allem ist es ein perfektes Hilfsmittel für das Ausbreiten des Teiges, ohne dass dieser klebt. Ein bisschen Semola auf dem Pizzaschieber hilft zudem, dass der Teigling gut in den Ofen gleitet. Während man beim Ausbreiten Semola sehr großzügig einsetzen kann, sollte er auf dem Pizzaschieber sparsam verwendet werden, damit er im Ofen nicht verbrennt.





## Waage

Pizzateig ist keine Wissenschaft, dennoch muss bei Abwiegen der Zutaten genau gearbeitet werden. Vor allem für die kleinen Hefemengen von 1 bis 2 Gramm empfiehlt sich eine Feinwaage. Diese gibt es auch als Kombi mit einer Waage für die Teigschüssel. Natürlich geht auch eine einfache Briefwaage. Und wer nur eine Waage hat, die im unteren Grammbereich nicht so genau ist: 1 Gramm Frischhefe entspricht in etwa der Größe einer Erbse.



## Spatel

Irgendwie muss man den Teig ja in einzelne Stücke teilen und hinterher auch wieder aus der Ballenbox bekommen. Dafür gibt es flexible Teigspatel, die wirklich sehr hilfreich sind. Zur Not geht für den Anfang aber auch ein Pfannenwender, der wahrscheinlich in jedem Haushalt vorhanden ist.



## Ballenbox

Eine Ballenbox ist hilfreich für das Aufbewahren der einzelnen Teiglinge in der sogenannten Stückgare, also wenn die einzelnen Pizzaballen bereits geformt sind. Alternativ bieten sich extra für den Zweck hergestellte Silikonbehälter an. Man kann aber auch ganz simple Vorratsboxen aus Plastik oder Glas verwenden. Hier sollte nur auf die passende Größe geachtet werden. Ein bisschen Öl hilft zudem, die Ballen danach einfacher wieder aus der Box zu bekommen.



Zu Besuch beim Pizzakurs von pizza1

*„Das ging voll  
in die Hose“*

Der eine will seine bereits erlangten Fähigkeiten verbessern, einer will das mit dem Formen der Pizza endlich richtig hinbekommen und ein weiterer hat bislang noch nichts auf die Reihe gekriegt und sucht nach Hilfe. Das Publikum beim Pizzakurs mit Gabriel Ruffert und Malte Tunkel ist bunt gemischt. Beide lieben Pizza – natürlich. Und beide haben sich ihr Wissen und ihre Fähigkeiten hart erarbeitet. Mit ihren Kursen wollen sie dazu beitragen, dass es andere ein wenig leichter haben, dass sie schneller zum Erfolg kommen, damit das Hobby Pizzabacken am Ende keinen Frust auslöst, sondern Spaß macht.

Wir sind in Bremen, in der Kochschule Vitamin V. Sie ist in einer ehemaligen kleinen Fabrikhalle untergebracht. Davor ein kleiner Hof, in dem für den Pizzakurs bereits ein großer Gasofen steht und auf Temperatur gebracht wird. Im Inneren der geräumigen und gemütlichen Küche ist schon alles für den Kurs vorbereitet. Auf dem Tresen stehen Mehl, Tomaten, Basilikum, Käse, Öl und alle möglichen anderen Zutaten bereit. Im Hintergrund werkelt ein Elektroofen, genauer gesagt ein Effeuno 134H. Für jeden der 16 Kursteilnehmer hat Pizza-Coach Malte Tunkel als kleinen Starter ein Stück frisch gebackene und belegte Focaccia vorbereitet. Neben ihm steht Gabriel Ruffert. Er ist Geschäftsführer von pizza1.de, einem großen Online-shop für alles rund um Pizza.

Unter dem Label von pizza1 läuft auch der Kurs. Wer aber glaubt, damit in einer Verkaufsshow gelandet zu sein, wird positiv überrascht. Natürlich wird mit Produkten gearbeitet, die auch im Shop von Gabriel zu kaufen sind. Das eine oder andere wird auch zwischendurch angepriesen – aber alles dezent. Im Vordergrund steht die Vermittlung von der nötigsten Theorie und ganz viel Praxis. Es herrscht eine angenehm gespannte Stimmung.

Malte und Gabriel sind ein eingespieltes Team. Kennengelernt haben sie sich 2018. Da gab es pizza1 bereits ein Jahr und Malte wurde Kunde. Der Beginn von pizza1 fällt zusammen mit dem Beginn des zu diesem Zeitpunkt langsam steigenden Hypes um selbstgemachte Pizza. Auf einer Messe entdeckte Gabriel zufällig den Pizzaofen-Hersteller Ooni. Eigentlich war er dort für das Familienunternehmen MotorGarten unterwegs. Ein Unternehmen, das Gartengeräte und auch Grills anbietet. Ooni stand damals noch ganz am Anfang, war mit einem kleinen und unscheinbaren Stand vor Ort. Doch Gabriel fand das Thema spannend. Außerdem dachte er, dass Garten, Grillen und Pizza gut zusammenpassen. So wurde MotorGarten zum ersten Ooni-Händler Deutschlands. „Im September 2017, passend zum 10-jährigen Firmenjubiläum von MotorGarten, kamen die Öfen. Auf der Firmenfeier habe ich dann ganz mutig Pizza gemacht, ohne wirklich Ahnung davon zu haben. Das ging natürlich voll in die Hose“, berichtet Gabriel. Erst kam der Frust, dann der Ehrgeiz. „Zu neapolitanischer Pizza gab es damals noch kaum Infos. Zumindest nicht auf Deutsch. Keine YouTube-Videos, keine Bücher, keine Facebook-Gruppen“, so Gabriel über seinen Start als Pizzaiolo. Das Thema



1) Mit Spaß bei der Arbeit: Pizza-Coach Malte Tunkel. 2) Gabriel Ruffert, Geschäftsführer von pizza1.de und selbst erfahrener Hobbybäcker, beantwortet in seinen Kursen geduldig alle Fragen, vermittelt viel Wissen und gibt nützliche Tipps



Es wird viel gezeigt, aber natürlich dürfen auch alle Kursteilnehmer selber ran an den Teig



1

1) Geessen wird zwischendurch natürlich auch. 2) Mit der Teigverarbeitung haben viele Teilnehmer so ihre Mühe, daher liegt darauf auch ein Schwerpunkt des Kurses. 3) Während Malte im Hintergrund erklärt, bereitet Gabriel mit einem Mozzarellaschneider den Fior di latte vor.



2



Malte und Gabriel werfen sich in dem Kurs gekonnt die Bälle zu. Die beiden sind ein eingespieltes Team

wurde zu seinem Hobby und immer größer. Schließlich wurde die Pizzasparte aus MotorGarten herausgelöst und mit pizza1 ein eigenes Label gegründet.

Maltes Weg zum Pizzaiolo ist ein etwas anderer und dennoch gibt es Überschneidungen. 2015 aß er mit einem Freund Pizza in einem Restaurant und er fragte sich, wieso man das eigentlich zuhause nicht so hinbekommt. „Ein paar Jahre probierte ich es immer wieder. Das Internet war voller – wie ich heute weiß – diskutabler Quellen und führte mich oft in die Irre. Doch ein paar Reisen durch Italien bis nach Neapel, einige Pizzakurse und viele italienische Videos später wurden die Ergebnisse besser“, so Malte.

Diese selbst gemachten Erfahrungen spiegeln sich dann auch in dem Kurs wider. Es wird Basiswissen vermittelt. Keine hochkomplexen, möglichst schwierigen Anleitungen. Die beiden machen aus dem Pizzamachen keine Wissenschaft. Das ist angenehm unpräzise und nimmt manchem Kursteilnehmer auch ein wenig die Angst selbst mit anzupacken. Denn darum geht es vor allem: um das Machen

Info

Pizzakurse bei pizza1: [pizza1.de/pizzakurse](https://pizza1.de/pizzakurse)  
 Malte bei Instagram: [@la\\_piccola\\_salsiccia](https://www.instagram.com/la_piccola_salsiccia)



Anzeige

**HÄUSSLER**

Bestes Zubehör  
für Ihre Pizza



Teigknetmaschine



Elektro-Steinbackofen



Back-Zubehör

Gratis Katalog anfordern:  
Jetzt QR-Code scannen



von Pizza. Nach dem Theorieteil über die Besonderheiten von Pizzamehl, die Wahl der richtigen Tomaten des perfekten Käses wird gemeinsam Teig gemacht, zu Ballen geformt, ausgebreitet und Pizza gebacken. Den vor Ort hergestellten Teiglinge können die Kursteilnehmer mit nach Hause nehmen. Für das Pizzabacken haben Malte und Gabriel Pizzaballen vorbereitet. Die brauchen schließlich ihre Reifezeit und der Kurs geht ja „nur“ 5 Stunden. Außerdem haben die Kursteilnehmer so die Chance, mit perfekt gemachten Teiglingen zu arbeiten und damit ein Gefühl dafür zu bekommen, wie diese sich anfühlen und verarbeiten lassen.

Während des Kurses leisten Malte und Gabriel viel Hilfestellung, sind geduldig,

gehen auf jeden Kursteilnehmer ein und beantworten alle Fragen. Vor allem aber lassen sie die angehenden Hobby-Pizzaioli vieles selbst machen und gehen nur dazwischen, wenn es wirklich nötig ist. Immer wieder streuen sie nützliche Tipps ein. Einen, damit es am Anfang nicht in die Hose geht und den wir unterstreichen können, lautet von beiden unisono: „Wenn ihr die ersten Erfolge erzielt habt. Wenn ihr ein Mehl gefunden habt, mit dem ihr gut klarkommt. Wenn ihr ein Teigrezept habt, mit dem euch die Pizzen gut gelingen. Dann bleibt dabei. Verzichtet auf Experimente. Dafür ist später noch genug Zeit. Arbeitet zunächst daran, eure Fähigkeiten zu verbessern und zu verstetigen. So erspart ihr euch eine Menge Frust.“ Recht haben die beiden. ●

# Schoko-Pizza

## Schritt für Schritt

Rezept: Malte Tunkel

Bei meinen Kursen machen wir auch immer eine Pizzablume als Dessert-Pizza. Die sieht nicht nur hübsch aus, sondern bietet insbesondere bei süßen Variationen ein optimiertes Verhältnis von Süßem zu Teig – also weniger süß und mehr Teig, als würde man einen normal ausgebreiteten Teigling mit süßer Creme bestreichen. Schneidet man die Stücke an den Rändern entlang, läuft auch kein weicher Nussaufstrich von der Pizza. Hier zeige ich, wie man eine solche Pizza-Blume leicht selber machen kann.

- 1.) Nimm Dir einen Ballen und drücke ihn zunächst am Rand ringsherum flach – wir wollen hier keinen allzu luftig hohen Rand.
- 2.) Danach drückst Du auch den Rest des Teiglings flach und ziehst ihn anschließend mit Deiner favorisierten Technik auf eine etwas größere Pizza als normalerweise.
- 3.) Ist der Teigling ausgebreitet, schneidest Du den Teigling mit einem Teigsachtel diagonal zum Rand ein.
- 4.) Für eine Blumenform eignen sich sechs bis acht symmetrisch verteilte Einschnitte.

- 5.) Nun hältst Du die äußere Spitze mit ein, zwei Fingern an Ort und Stelle und ziehst das abgestochene Ende zur Mitte. Ein entspannter und dehnbarer Teig ist hier wichtig.
- 6.) In der Mitte angelangt, drückst Du das Endstück des in die Mitte gezogenen Teigs am Teigling vorsichtig an.
- 7.) So fest, dass es hält, aber nicht so fest, dass der Teigling an der Arbeitsplatte klebt.
- 8.) Das wiederholst Du und drückst die in der Mitte liegenden Enden noch einmal aneinander, damit sie beim Backen nicht so leicht aufspringen und sich wieder trennen.
- 9.) Wenn es keine herzhafteste Pizza wird, sondern eine süße, nimmst Du den Teigling ohne Topping auf Deinen Schieber. Zuckrige Cremes oder Desserts neigen dazu, bei den hohen Temperaturen im Pizzaofen zu verbrennen. Und das ist weder schön, noch fühlt es sich gut an im Mund.
- 10.) Auf dem Schieber gibst Du dann mithilfe einer Quetschflasche oder eines Teelöffels vorsichtig etwas Wasser auf die Innenflächen – die Ränder und die zur Mitte führenden Teigstränge befeuchtest Du hingegen nicht.
- 11.) Das simuliert die hier fehlende Sauce und vermindert das Dunkelwerden und Aufgehen im Ofen. Aber Achtung: Wasser fließt leichter weg als Tomatensauce, also vorsichtig und gerade zum Ofen gehen!
- 12.) Dann wird die Pizza-Blume gebacken und nach dem Backen mit süßen Leckereien bestrichen. Wenn, wie hier, Schokocreme verwendet wird, sollte diese – zum Beispiel im Wasserbad – leicht erwärmt werden, damit sie etwas besser in die Blütenblätter fließen kann. ●





Ob extraschneller, glutenfreier oder klassischer Teig, mit Hefe, Poolish, Sauerteig oder Lievito Madre, in „Mann backt Pizza“ geht es nicht nur um die eine Pizza-Variante. Auch beim Belag wird viel probiert, mal traditionell mit Salami, Spargel, Zucchini oder Thunfisch, ausgefallener mit Bärlauchpesto, Gorgonzola und Birne oder mit frischem Salat. Und auch süße Kreationen mit Nutella, Cheesecake, Zimt oder Schoko-Banane fehlen nicht. Der Autor Marian Moschen gibt seine ganze Erfahrung an Einsteiger und Perfektionisten weiter, auch dank einer kompakten allgemeinen Einführung, einer kleinen Warenkunde und vieler persönlicher Kniffe und Tricks. Das Buch hat 208 Seiten und kostet 29,- Euro. ISBN: 978-3-7022-4156-8



# Newtz



Die Pfeffermühle Paris von Peugeot ist ein Designklassiker. Das erste Modell wurde im Jahr 1987 entworfen und hergestellt. Heute ist die Mühle mit ihrer zeitlosen Erscheinung weltbekannt und zur Referenz unter den Gewürzmühlen geworden. Es gibt die Mühle für Pfeffer und Trockensalz. Und das in den Größen von 12 Zentimetern bis hin zur XXL-Version mit 110 Zentimetern. Die Materialien des Korpus reichen von Holz über Edelstahl bis hin zu Acryl. Mit der Sonderkollektion ParisRama erhält das Kücheninstrument ein buntes Update in den Farben Waldgrün, Pazifikblau, Safrangelb, Bonbonrosa, Aubergine, Passionsrot, Schiefergrau, Elfenbein, Taupegrau und Perlgrau. Die Mühlen sind im Handel sowie im Peugeot Online-Shop unter [de.peugeot-saveurs.com](http://de.peugeot-saveurs.com) zum Preis von 52,90 Euro erhältlich (Größe: 18 Zentimeter). [peugeot-saveurs.com](http://peugeot-saveurs.com)

Seeberger stellt mit seinen neuen Nuss-Cremes drei neue Kreationen vor: Cashew-Kaffee-, Mandel-Kokos- und Haselnuss-Kakao-Creme. Alle drei perfekt geeignet für unsere hier im Heft vorgestellte Schoko-Pizza in Blumenform. Die Neuheiten sind exklusiv im Seeberger Online-Shop und im Genuss Markt von Seeberger erhältlich. Die Gläser kosten 3,99 Euro. [seeberger.de](http://seeberger.de)



Mit der neuen Chowa Serie erweitert der japanische Fein-keramikhersteller Kyocera sein Sortiment um 14 weitere Keramikmesser, darunter ein Santoku-, ein Schäl- sowie ein Obst- und Gemüsemesser in verschiedenen Farben. Der vom traditionell japanischen Hammer inspirierte Griff liegt geschmeidig in der Hand. Die handgeschliffenen Keramiklingen bestehen aus einem sehr leichten und extrem harten Hightech-Material. Die dichte und glatte Klingeoberfläche ermöglicht einen präzisen und scharfen Schnitt und transportiert keine Metallionen. Dadurch ist sie geruchs- und geschmacksneutral sowie korrosionsfrei. Zudem sind sie spülmaschinengeeignet. Die Preisspanne beginnt bei 49,- Euro. a-fine.de



Olivenöl und Pizza gehören einfach zusammen. Wer ein besonders hochwertiges und fruchtiges Öl sucht, findet es mit Crudo. Es ist ein italienisches Olivenöl nativ extra, welches ausschließlich aus Ogliarola Oliven gewonnen wird. Die Oliven für dieses monocultivare Olivenöl sind im Klima Apuliens gewachsen, wurden Anfang November in der Region um Bari gepflückt und werden innerhalb weniger Stunden nach der Ernte in der Ölmühle der Gebrüder Schiralli zu Olivenöl kaltgepresst. Das preisgekrönte Olivenöl Crudo Ogliarola belegte beim „Der Feinschmecker Olio Award 2023“ als Sieger den 1. Platz in der Kategorie leicht fruchtig. Erhältlich in der 500-ml-Flasche ist es für 14,50 Euro bei nurgutes.de



Anzeige

# HOL DIR DEN ITALIENISCHEN PIZZA DUFT NACH HAUSE



- ✓ ORIGINAL ITALIENISCHE ZUTATEN
- ✓ HOCHWERTIGES PIZZA ZUBEHÖR
- ✓ SELBSTGEMACHTE PIZZA WIE VOM ITALIENER



WALDISPIZZA.DE





Die italienische Knetschüssel aus Holz ist unter italienischen Pizzaiolos als Madia bekannt. Schon seit vielen 100 Jahren wird in dieser traditionellen Teigschüssel Pizzateig hergestellt. Man sagt, dass durch die besonderen Eigenschaften des Holzes der Pizzateig besonders geschmeidig wird. Mit einer Breite von 30 cm und Länge von 40 cm eignet sich die Madia sehr gut, um den Pizzateig in dieser rechteckigen Holzschüssel per Hand anzusetzen und zu kneten. Anschließend kann die Stockgare direkt in der Madia erfolgen. Die Wärme des Holzes sorgt für ein ideales Klima. Die Madia ist exklusiv bei Waldis Pizzashop erhältlich und kostet 64,90 Euro. [waldispizza.de](http://waldispizza.de)

PIZZycle ist eine wiederverwendbare Alternative zu Pizzakartons aus Pappe. Die Boxen sind leicht zu transportieren und halten die Pizza für einige Zeit sehr gut warm. Viele Lieferdienste bieten die Boxen im Pfandsystem oder im Rahmen eines Bonusprogramms an. Einzelnen kostet eine Box 19,95 Euro, das Viererset 69,95 Euro. [pizzycle.com](http://pizzycle.com)



Vakuuieren ist die bevorzugte Methode, wenn es um die Herstellung der eigenen Tiefkühlpizza geht. Vakuuiert halten sich Pizzen im Gefrierschrank viele Monate. Aber auch für Pizzazutaten eignet sich das Vakuuieren, bleiben Lebensmittel dadurch doch deutlich länger frisch. Und das ganz natürlich ohne Konservierungsstoffe. Wer jedoch schon einmal versucht hat, Flüssigkeiten wie ein Tomatensugo oder andere Soßen zu vakuuieren, kennt die Gefahr: Ein herkömmlicher Balkenvakuuierer schafft das nicht immer, ohne Flüssigkeit einzusaugen. Beim VRH 790 advanced Pro von CASO Design verspricht der Hersteller, dass durch einen „Liquid Stop“ der Vakuuiervorgang rechtzeitig beendet wird, sodass keine Flüssigkeit eingesaugt werden kann.



@1fachpizza  
/1fachpizza  
/1fachpizza



Einfach Pizza ist das einzige deutschsprachige Magazin, in dem sich alles ausschließlich um das wundervollste Lebensmittel der Welt dreht. Doch wir sind nicht nur als gedrucktes Magazin unterwegs. Uns gibt es auch in den sozialen Medien bei YouTube, Instagram und Facebook.

Der Gärtner und Profi-Fermentierer Olaf Schnelle und sein Sohn Georg Bagdenand zeigen in ihrem Buch „Schnelles Grünzeug“ nicht nur, wie man am besten fermentiert, sondern präsentieren auch 85 Rezepte, bei denen fermentierte Lebensmittel der wichtigste Bestandteil sind. Perfekt für die Alltagsküche, lecker und nachhaltig. Das Buch bietet sowohl Einsteigern als auch erfahrenen Fermentierenden jede Menge Inspiration. Viele fermentieren, aber nur wenige kochen damit. Außer Sauerkraut hat es im deutschsprachigen Raum bisher kaum ein Ferment in die heimische Küche geschafft. Das möchten Olaf und Georg ändern. Sie zeigen in ihrem Kochbuch, wie man fermentiertes Gemüse in seinen täglichen Speiseplan integriert. Das Buch hat 192 Seiten und kostet 28,- Euro. ISBN: 978-3832169244. schnelles-grünzeug.de



Anzeigen

**2 für 1**  
Zwei Hefte zum Preis von einem  
Digital-Ausgaben inklusive

**Jetzt abonnieren und keine Ausgabe mehr verpassen**

**Service-Hotline**  
**040/42 91 77-110**  
**www.speisekammer-magazin.de**



**DELICRET.com**  
PIZZA ZUTATEN & ZUBEHÖR

**Für alle, die neapolitanische Pizza so sehr lieben wie wir!**

**Entdecke unsere Pizza Kits**

Wir von DELICRET haben es uns zur Aufgabe gemacht, die besten Tomaten & Pizzazutaten aus Italien für Dich aufzuspüren. Darüber hinaus findest Du bei uns alles, was Du für Dich und Deine perfekte italienische Pizza benötigst.

Besuche unseren  
Onlineshop:  
[www.delicret.com](http://www.delicret.com)



**Mit dem Code EINFACH-PIZZA erhältst Du 5 % Rabatt auf das gesamte Sortiment (gültig bis 31.12.2023)**

FODMAPS  
und die Unverträglichkeit

*Falsche Fährte  
lange Teigruhe*



Blähbauch, Völlegefühl, Unwohlsein. Seit einigen Jahren gelten FODMAPs als wichtige Ursache für die Unverträglichkeit von Weizenprodukten. Und lange Teigruhezeiten als Weg, ihre Konzentration im Endprodukt zu senken. Eine Studie der Universität Hohenheim kommt zu anderen Erkenntnissen. Demnach ist der FODMAP-Gehalt in einem Teig per se nicht sehr hoch und lange Teigruhe kein entscheidender Faktor.

Wer an Reizdarm leidet – und das betrifft etwa 7% der Menschen – soll FODMAPs meiden. Da sind sich Medizinerinnen und Mediziner einig. Hinter der Abkürzung verbergen sich verschiedene schwer verdauliche Kohlenhydrate und Zuckeralkohole (fermentierbare Oligo-, Di-, Monosaccharide und Polyole). Sie kommen in vielen Lebensmitteln vor, vor allem in Obst und Gemüse.

Da sie im Dünndarm kaum resorbiert werden, gelangen sie schnell in den Dickdarm, wo sie von Bakterien fermentiert werden. Dieser Prozess setzt Gase frei. Es kommt zu Blähungen, Bauchschmerzen, teilweise zu Durchfall oder Verstopfungen.

Symptome, die Menschen auch nach dem Genuss von Teigwaren aufweisen. Daher standen FODMAPs in den letzten Jahren stark im Verdacht, eine wesentliche Ursache für die schlechte Verdaulichkeit von Teigen – und somit auch Pizzateig – zu sein. Eine Studie zeigte, dass Pizzateige nach einer Stunde Fermentation einen relativ hohen FODMAP-Gehalt zeigen, der im Verlauf einer vier- bis fünfstündigen Fermentation weitgehend abgebaut wird. Hefen verwerten die Zuckerstoffe und bauen sie auf diese Weise ab. Schnell machte es die Runde, dass vier bis fünf Stunden Teigware das Problem weitgehend lösen.

Die Laborbedingungen waren bei der Versuchsanordnung allerdings nur schwerlich mit der Realität zu vergleichen. So wurden Teige mit recht hoher Hefemenge über einen relativ langen Zeitraum bei Raumtemperatur fermentiert. Gut für den FODMAP-Abbau. Aber ein ansehnlicher Pizzateig kommt dabei am Ende nicht raus.

Der Erkenntnis folgend, nahm sich Professor Friedrich Longin des Themas noch einmal an. Diesmal mit realistischerer Herangehensweise und einem komplett neuen Aspekt. So untersuchte er nicht nur den FODMAP-Gehalt von Gebäcken mit kurzer

sowie langer Teigführung, sondern setzte zudem 21 verschiedene Weizensorten sowie je 9 Sorten Dinkel, Emmer und Einkorn ein, um zusätzlich Erkenntnisse über FODMAPs in unterschiedlichen Getreidesorten zu gewinnen.

Wichtigste Erkenntnis: Der FODMAP-Gehalt in einem Teig ist mit durchschnittlich 0,22 g pro 100 g Frischgewicht ohnehin auf einem Niveau, das zu einer FODMAP-armen Diät passt. Bei Obst und Gemüse liegen die Werte teilweise weit über 5 g. Tatsächlich lassen sie sich bei der Pizza über eine längere Teigführung noch senken. Allerdings gibt es keine schlichte Formel, nach der mehr Zeit weniger FODMAPs bedeutet. Vielmehr muss der gesamte Herstellungsprozess in Betracht gezogen werden. Und nicht zuletzt die Weizensorte. Innerhalb der 21 getesteten Sorten schwankte der FODMAP-Gehalt um den Faktor 4.

Die Hohenheimer Versuchsanordnung wurde mit Brotlaiben durchgeführt, kann aber auf Pizza übertragen werden. Bei kurzen Teigführungen kamen auf 2.000 g Mehl 40 g Salz, 50 g Hefe sowie 1.300 g Wasser.



Professor Friedrich Longin und sein Team wollten der FODMAP-Frage umfassend nachgehen

Geknetet wurde 4 Minuten langsam, 1 Minute schnell. Die Teigruhe nach dem Kneten lag bei 30 Minuten, dann wurde der Teig einmal gedehnt und gefaltet und weitere 60 Minuten zur Gare gestellt. Die Laibe mit je 850 g Teiggewicht gingen nach 20 Minuten Stückgare bei 250°C für 50 Minuten in den Ofen. Die gesamte Teigführungszeit betrug also 110 Minuten.

Für die lange Teigführung kamen auf 2.000 g Mehl 40 g Salz, 20 g Hefe sowie 1.500 g Wasser. Geknetet wurde auch hier 4 Minuten langsam, 1 Minute schnell. Die erste Gare lag bei 60 Minuten, dann wurde der Teig einmal gedehnt und gefaltet und für 17 Stunden zur Gare in die Kühlung gestellt. Nach 6 Stunden Akklimatisierung wurden die Laibe à 850 g geformt und nach 20 Minuten Stückgare bei 250°C für 50 Minuten gebacken. Die gesamte Teigführungszeit betrug hier 25 Stunden.

Bei der Untersuchung der FODMAPs fokussierte sich das Team auf Fruktan sowie Excess Fructose. Sie sind die wichtigsten im Teig vorkommenden Komponenten der Gruppe.

Lag der durchschnittliche FODMAP-Gehalt in den 21 verschiedenen Weizenmehlen im Durchschnitt noch bei 1,21 g pro 100 g Trockenmasse, fand man im Brot im Durchschnitt beider Teigführungen noch 0,4 g. Die Reduktion um etwa 65% entspricht dann den genannten 0,22 g pro 100 g Frischgewicht.

Dabei war der Unterschied zwischen der kurzen und langen Teigführung durchaus bemerkbar. Beim direkt geführten Brot lag der FODMAP-Gehalt zwischen 0,23 und 0,57 g pro 100 g Trockenmasse, bei der langen Teigführung zwischen 0,14 und 0,67 g, in der Spitze also sogar höher bei längerer Gare. Mit den Durchschnittswerten wird der Unterschied von 0,43 g (kurz) zu 0,37 g (lang) sichtbar. Für die Forscherinnen und Forscher logisch. Hefen sind entscheidend beim FODMAP-Abbau. Bei der langen Teigführung kamen weniger zum Einsatz, die aufgrund der kälteren Temperatur auch nur deutlich langsamer arbeiten konnten.

Interessanter wird es noch, wenn man auf die einzelnen Komponenten der FODMAPs schaut, in diesem Fall auf Fruktan, Glucose und Fructose. Der Fructose-Gehalt war in allen Sorten minimal und deutlich geringer als der der Glucose. Entsprechend fand sich keine Excess Fructose in den Mehlen.

Im gebackenen Brot wiederum übertraf der Fructose- den Glucosegehalt. Entsprechend war Excess Fructose in Mengen zwischen 0,03 und 0,39 g pro 100 g Trockenmasse nachweisbar. Dabei waren die Werte bei der langen Teigführung kleiner. Aber schon bei der kurzen Teigführung findet man durchschnittlich nur 0,2 g Fructose sowie 0,13 g Excess Fructose in 100 g frischen Brotes. Damit liegt das Lebensmittel deutlich unter Fruchtsäften und Früchten wie Birne oder Pfirsich.

**Der FODMAP-Gehalt schwankt stark zwischen verschiedenen Weizensorten**



Die Forscherinnen und Forscher fanden nur unzureichende Zusammenhänge zwischen der Menge an Fruktanen im Mehl sowie dem Gehalt an Fruktanen, Glucose, Fructose sowie Excess Fructose im Brot. Zudem waren die einzelnen FODMAP-Komponenten je nach Teigführung sehr unterschiedlich stark im Endprodukt vertreten. Streng genommen müsste man zur Senkung der FODMAPs die jeweilige Weizensorte passend zur geplanten Teigführung wählen.

Grundsätzlich aber kam man in Hohenheim zu der Erkenntnis, dass ein geringerer Fruktangehalt im Getreide letztlich auch zu weniger FODMAPs im Endprodukt führt. Erste Studien zur Vererbung des Fruktangehaltes im Weizen deuten darauf hin, dass man ihn über die Züchtung verringern kann. Da aber die zum Vergleich herangezogenen je 9 Sorten Dinkel und Einkorn im Durchschnitt erheblich höhere Fruktangehalte aufwiesen, wäre der züchterische Aspekt hier relevanter. Zudem wirft die Studie die Frage auf, ob FODMAPs wirklich ein Faktor sein können, wenn viele Menschen Dinkel besser vertragen als Weizen.

Wobei Fruktane für Menschen ohne Reizdarm-Syndrom wiederum nützliche Kohlenhydrate sind. Unter dem Gesichtspunkt wäre ein höherer Fruktangehalt eigentlich wünschenswerter.

Legt man zugrunde, dass 2017 Grenzwerte für das Label „low-FODMAP“, also geringe FODMAP-Gehalte, festgelegt wurden, die bei 0,3 g Fruktan sowie 0,15 g Excess Fructose liegen, dann zählt Pizzateig bereits zu einer low-FODMAP-Diät. Häufig verwendete Pizzabeläge haben teils deutlich höhere Werte. Ihnen sollte man in Hinblick auf Fodmaps also mehr Beachtung schenken als dem Teig. Das gilt unter anderem für Zwiebeln, Artischocken, Pilze oder grüne Paprika. Die gute Nachricht: Tomaten haben geringe FODMAP-Werte.

Letztlich ist die Erkenntnis: Sehr kurze Teigführungen sollte man vermeiden, knapp zwei Stunden sind aber bereits ein guter Wert. Mehr Zeit minimiert FODMAPs weiter. Abhängig ist das aber stark von Hefemengen und Temperaturen. Pauschale Aussagen jedenfalls sind unmöglich. Nicht jede lange Teigführung senkt FODMAP-Werte signifikant. Was aber natürlich nichts daran ändert, dass sie das Aroma sowie die Verfügbarkeit von Mineralstoffen verbessert und Acrylamid-Werte senkt. ●



## KLEINE HELFER, GROSSER GESCHMACK

### Vacu OneTouch & Zubehör

- Kabelloser Handvakuuierer
- Aromaverschluss „WineLock“ versiegelt geöffneten Wein, Öl, Essig u.v.m. luftdicht unter Vakuum
- Lebensmittel bis zu 8x länger frisch halten und weniger wegwerfen



### Chop & Go

- Kabelloser Design Multizerkleinerer
- Zerkleinern und Pürieren von Gemüse, Obst, Fleisch u.v.m.
- Aufschlagen und Verrühren von Saucen, Dips, Schlagsahne und Co.



SCAN MICH  
Jetzt Informieren!

# Einfach Pizza Shop

www.1fachpizza.de/einkaufen  
oder 040/42 91 77-110



199,- Euro

## Der Gär-Automat

Mit dem faltbaren Gärautomaten und Slow-Cooker von Brod & Taylor gibt es eine semi-professionelle Lösung für den Hausgebrauch, um die Gärzeit eines Brotteiges exakt zu regulieren. Der Gärautomat sorgt zuverlässig und präzise für die richtige Temperatur bei der Gare von Hefeteig, Sauerteig, Joghurt oder Kefir. Schonende und gleichmäßige Strahlungswärme erwärmt die Zutaten. Im Gärmodus stehen mit dem digitalen Temperaturregler Einstellungen von 21 °C bis 49 °C in 1-°C-Schritten zu Verfügung (Im Slowcooker-Modus lassen sich 30 °C bis 90 °C in 5-°C-Schritten einstellen). Für aufgehenden Brotteig kann die Luftfeuchtigkeit durch Verwendung des mitgelieferten Wasserbehälters (typische Luftfeuchtigkeit 60-80 %) erhöht werden. Der Automat ist platzsparend zu verstau-



15,- Euro

en und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

Das **Zusatzgitter-Gestell** verdoppelt die Kapazität für den Brod & Taylor Gärautomaten Ideal für das Gären von zwei Backblechen. Backbleche sollten 36,2 cm x 30,5 cm oder kleiner sein. Brotkästen sollte etwa 8 cm hoch sein, sodass die maximale Höhe des gegärten Teiges 10 cm ist.

**Zusätzliches Gärblech** für den Brod & Taylor Gärautomaten. ●

## Dauerback- und Grillmatte

Hochwertige Dauerback- und Grillmatte für Temperaturen bis 300 Grad. Die Matten sind 100% lebensmittelecht und mit einem Gewicht von 80 g und einer Dicke von 0,3 mm sehr robust und langlebig. Die dichten, ineinandergreifenden Fasern gewährleisten eine langfristige Nutzung. Perfekt geeignet als Backpapier-Ersatz. Auch für den Grill sind diese Matten optimal. Die Matten werden in einem 3er-Set geliefert. ●

- für Temperaturen bis 300 Grad
- Maße 50x40 cm
- Antihaftbeschichtung
- Hochwertiges Material aus teflonbeschichtetem Silikon
- 100% lebensmittelecht
- Lieferumfang: 3 Matten

24,95 Euro



## CASO GourmetVAC 280 vollautomatisches Vakuumsystem zum Vakuumieren von Lebensmitteln

Funktionales flaches Design für sehr ruhiges Arbeiten. Ideal für Fisch, Fleisch, Gemüse, Obst und Brot. Regulierbare, stufenlose Vakuumstärke ideal für empfindliche Lebensmittel. Per Stopptaste kann der Vakuumiervorgang jederzeit beendet werden. Inklusive Behälterfunktion für die Nutzung mit CASO-Vakuumbehältern. Im Lieferumfang sind 10 Folienbeutel 20x30 cm enthalten. ●



159,99 Euro



39,99 Euro

## „Vakuumspeicher-Boxen VacBoxx EcoSet“

Stapelbares Vakuumspeicher-Set aus Glas mit Kunststoffdeckel für eine platzsparende Aufbewahrung. Für eine längere Haltbarkeit von Lebensmitteln mit Hilfe eines Vakuumspeichergerätes. Besonders geeignet für druckempfindliche und flüssige Lebensmittel. Perfekt für den Transport und das Servieren von Speisen. Die Glasbehälter und Deckel sind spülmaschinen-, gefrier- und mikrowellengeeignet. Die Materialien sind frei von BPA. ●



18,99 Euro

## Gitternetzlappen „Teiger“

Stinkender Putzlappen voller Teig? Teigreste an Schüsseln, Knetwerkzeugen und Händen, die sich nur mühsam entfernen lassen? Das alles gehört mit dem Teiger der Vergangenheit an.

Jeder von uns kennt sicher verklebte und schlechtriachende Putzschwämme oder Putzlappen an denen Teigreste kleben, die sich auch nicht wieder lösen lassen. Hier schafft der simple wie geniale Teiger Abhilfe. Durch seine Gitternetzstruktur löst er Teigreste ohne, dass der Lappen komplett verklebt. Und wenn doch mal kleine Reste an ihm hängenbleiben, kann man ihn einfach in der Spülmaschine waschen. Der Teiger (30 x 30 cm) wird im Doppelpack geliefert und ist Made in Germany. ●





# Gut geplant ist lecker gegessen

## So gelingt die Pizza-Party

„Einmal mit Salami bitte“, „für mich ohne Fleisch“, „nicht so viel Käse“, „bei mir bitte extra viel“ ... Eine Pizza-Party läuft schnell aus dem Ruder, wenn der Hobby-Pizzaiolo unter Stress gerät und die Kontrolle verliert. Doch das muss nicht sein, wenn das Event gut geplant und vorbereitet ist. Dann haben Gäste und Veranstalter gleichermaßen Spaß an der Sache.

Pizza für jeden individuell zubereitet und nacheinander serviert, immer einzelne Pizzen in Stücke geschnitten in die Mitte des Tisches oder ein kleines Pizza-Buffer. Es gibt viele Möglichkeiten, wie man eine Pizza-Party organisiert. Welcher Ablauf am besten ist, liegt aber auch an den örtlichen und technischen Voraussetzungen. Ein kurze Einordnung.

### Teig

Beim Teig ist das Zeitmanagement entscheidend. Die Teigballen müssen zum Start natürlich reif für die Verarbeitung sein. Aber möglichst nicht schon kurz davor sein zu zerfließen, schließlich dauert eine Pizza-Party auch gerne mal ein paar Stunden.

### Zutaten

Man sollte sich vorher genau überlegen, was man für Pizzen machen möchte. Entsprechend sind dann die Zutaten in ausreichender Menge vorzubereiten. Bei den Grundzutaten Tomatensoße und Käse ist das eine simple Rechenaufgabe: Auf eine Pizza nach neapolitanischer Art kommen etwa 60 bis 80 Gramm Tomatensoße und 100 bis 120 Gramm Käse. Macht man eine Pizza Bianca, also ohne Tomatensoße und nur mit Käse, benötigt man vom letzteren natürlich etwas mehr.

### Pizzastation

Ausbreiten des Teiges und Belegen der Pizza sind ein fließender Prozess, der nicht viel Zeit in Anspruch nehmen sollte, damit der Teig nicht klebrig wird. Die Arbeitsfläche sollte daher so gestaltet werden, dass sämtliche Zutaten griffbereit sind und man immer stets weiß, wo was steht.

### Ofen

Der Ofen gibt das Tempo vor. Beim Haushaltsbackofen kann es aufgrund der im Vergleich langen Backzeit für eine größere Runde eigentlich nur die Möglichkeit geben, sofern man keine Pizza vom Blech machen möchte, ein oder zwei verschiedene Pizzen nacheinander zu backen, zu schneiden und in die Mitte des Tisches zu stellen. Etwas mehr Flexibilität bieten Gas- oder Einsteiger-Elektroöfen. Sie brauchen zwischendurch aber auch immer wieder etwas Zeit zum Aufheizen. Hier empfiehlt es sich also ebenfalls, zwei, drei oder vier verschiedene Pizzen schnell hintereinander zu backen, zu schneiden und in die Mitte des Tisches zu stellen. Hat man einen Profi-Ofen, in dem die Pizza in 60 bis 90 Sekunden gebacken ist, sind die Möglichkeiten vielfältiger. Wenn man selbst an der Pizza-Party teilnehmen möchte, kann man hier aber wie bei den Einsteiger-Öfen verfahren. In einer kleineren Runde hat man jedoch auch die Möglichkeit, jedem einen individuellen Wunsch zu erfüllen. ●



# Darf's ein Pizzzchen mehr sein?

## Mini-Pizzen für's Buffet

Kleine Pizzen sind nicht nur ein Hingucker auf dem Buffet. Sie sind auch eine wunderbare Gelegenheit, neue Kreationen auszuprobieren und zu gucken, was bei den Gästen ankommt. Sie eignen sich ebenso als Vorspeise oder als Fingerfood zum Cocktail- oder Sektempfang.

Die Herstellung des Teiges unterscheidet sich nicht von der bei anderen Pizzen. Sämtliche Zutaten abwiegen und in eine Rührschüssel geben. Etwa 5 Minuten auf der langsamsten Stufe der Knetmaschine oder per Hand gut durchmischen. Weitere etwa 15 Minuten auf höherer Stufe in der Knetmaschine oder ordentlich per Hand durchkneten. Den Teig in einer abgedeckten Schüssel 60 Minuten ruhen lassen. Auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 10 gleich große Portionen à 80 oder 50 g teilen. Die Teiglinge zu Ballen formen (rundwirken) und abgedeckt bei Raumtemperatur weitere 7 Stunden oder im Kühlschrank 18 Stunden ruhen lassen, je nachdem, ob man sich für mehr oder weniger Hefe entschieden hat (siehe Zutaten). Bei kalter Gare die Pizzaballen 4-6 Stunden vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen, bevor man mit dem Verarbeiten der Pizza beginnt.

### Backzeit

Bei 250 bis 300 °C: 8 bis 10 Minuten

Bei 430 bis 450 °C: 60 bis 90 Sekunden ●

### Zutaten

für 10 Teigballen à ca. 80 g

- 490 g Mehl
- 295 g Wasser
- 10 g Salz
- 2 g Frischhefe (bei 24 Stunden Gare mit Kühlung)
- 3 g Frischhefe (bei 8 Stunden Gare ohne Kühlung)

### Zutaten

für 10 Teigballen à ca. 50 g

- 300 g Mehl
- 185 g Wasser
- 6 g Salz
- 1,5 g Frischhefe (bei 24 Stunden Gare mit Kühlung)
- 2 g Frischhefe (bei 8 Stunden Gare ohne Kühlung)

*Tipp*

Sollen die Pizzen heiß aufs Buffet, helfen unsere Tipps zum Warmhalten und Aufwärmen. Sollen die Pizzen als kaltes Fingerfood serviert werden, den Teig sehr dünn und mit wenig Rand ausbreiten, dann bei 250 °C 8 bis 10 Minuten knusprig backen.

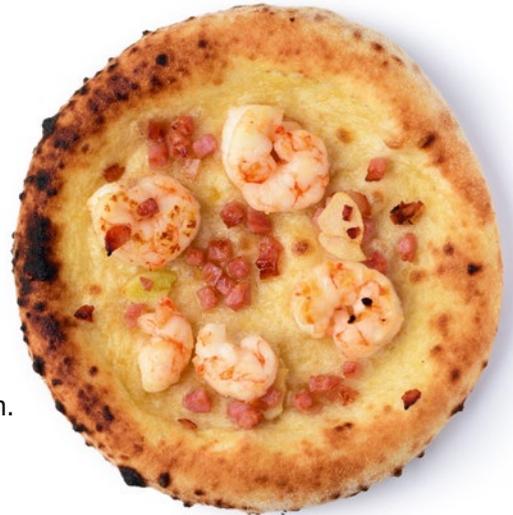


## Hirsch-Cracker-Cheddar

Hirschmedaillon rosa braten und zur Seite stellen. Die Pizza zuerst mit Cheddar belegen und dann backen. Die Hirschmedaillons in feine, dünne Scheiben schneiden und zwei bis drei Scheiben auf die Pizza legen. Cracker (alternativ Grissini) drüberstreuen. Mit einem Klecks Remoulade in der Mitte der Pizza verfeinern. Anstatt des Hirsches kann Roastbeef verwendet werden.

## Garnelen-Knoblauch-Speck

Die Garnelen zunächst in Öl und Knoblauch marinieren. Den Speck in einer Pfanne kurz anbraten. Anschließend zu den Garnelen und dem Knoblauch geben. Alle Zutaten samt Öl auf der Pizza verteilen. Der Pizzaboden sollte dünn mit Öl bedeckt sein, damit der beim Backen nicht verbrennt. Wer keinen Knoblauch mag, legt die Garnelen alternativ in Kräuter ein.



## Ente-Rotkohl-Preiselbeere

Entenbrust auf der Hautseite scharf anbraten. Anschließend bei mittlerer Hitze rosa braten und zur Seite stellen. Fertigen Apfelrotkohl großzügig auf der Pizza verteilen und backen. Ente in feine, dünne Scheiben schneiden und zwei bis drei Scheiben auf die Pizza legen. In der Mitte der Pizza mit einem Teelöffel großen Klecks Preiselbeeren verfeinern. Als Alternative zur Ente passt auch Hirsch oder anderes Wild gut zu dieser Variante.

## Räucherlachs- Meerrettich

Die Pizza dünn mit Sahnemeerrettich bestreichen und backen. Mit Räucherlachs belegen und entweder mit einem größeren Klecks Sahnemeerrettich verfeinern oder kleinere Kleckse scharfen Meerrettich auf den Lachsscheiben verteilen. Anstatt Räucherlachs kann hier auch frischer Lachs zum Einsatz kommen. Dieser sollte dann vorab gebraten und kann anschließend auf der Pizza mitgebacken werden.





## Speck-Cashew-Crème fraîche

Speck in der Pfanne kurz anbraten. Cashews grob zerbröseln. Die Pizza mit Crème fraîche bestreichen und mit reichlich Speck und Cashews bestreuen. Pizza in den Ofen schieben. Achtung, die Cashews werden sehr schnell dunkel, daher die Pizza im Blick behalten. Wer sie nicht so stark gebräunt mag, streut sie etwas später oder nach dem Backen über die Pizza.

## Gorgonzola-Birne-Walnuss

Birne in dünne Streifen schneiden. Hierfür eignet sich ein Sparschäler.

Die Pizza mit Gorgonzola und Mozzarella belegen. Birnenstreifen darauf verteilen, anschließend Walnüsse auf die Pizza geben. Wer keinen Blauschimmel mag, kann auch milderen Weichkäse wie Camembert, Brie oder Taleggio verwenden. Als Walnuss-Alternativen sind Mandeln eine hervorragende Wahl.



## Tomate-Basilikum-Stracciatella

Die Pizza mit Tomatensugo bestreichen. Ganz so, wie man es von einer Margherita gewohnt ist. Ein paar Basilikumblätter darauf verteilen und etwas Öl darüber geben. Nun die Pizza backen. Nach dem Backen Stracciatella di Burrata auf der Pizza verteilen. Hierbei handelt es sich um das Innere, den sahnigen Kern einer Burrata. Alternativ kann hier auch fein gerupfter Mozzarella di Bufala verwendet werden.

## Marinierte Tomate-Pepperoni

Tomaten in kleine Würfel schneiden, das feuchte Innere entfernen. Knoblauch und Basilikum fein hacken. Alles zusammen in eine Schüssel geben und mit Olivenöl übergießen. Mindestens eine Stunde ruhen lassen, danach mit Salz abschmecken. Pepperoni in Ringe schneiden. Pizza mit den marinierten Tomaten belegen und darauf achten, dass der Teig mit Öl bedeckt ist. Pepperoniringe nach Geschmack und gewünschter Schärfe dazugeben und die Pizza in den Ofen schieben.



# Pizza warm halten und aufwärmen

## Heiße Ecke

Eine Pizza ist immer am besten, wenn sie direkt vom Ofen auf den Teller und dann auf den Tisch kommt. In einigen Situationen kommt man aber nicht drum herum, Pizzen warm zu halten oder gar aufzuwärmen. Damit die Qualität dabei nicht zu sehr leidet, hier ein paar Tipps.

Text: Christoph Bremer

### Warm halten in Pizzaboxen

Was Lieferdienste können, kann man natürlich auch zu Hause machen. Die Pizza nach dem Backen einfach in einen Pappkarton legen und so über die Eigenwärme warm halten. Pizzaboxen gibt es auch für den Hausgebrauch. Pappboxen können allerdings nur einmal verwendet werden, danach wird es unhygienisch. Alternativ bieten sich daher wiederverwendbare Boxen an, zum Beispiel von PIZZycle ([www.pizzycle.com](http://www.pizzycle.com)). Wenn man die Boxen vorwärmt, können die Pizzen darin etwa 10 bis 15 Minuten einigermaßen warm gehalten werden. Danach fangen sie an zu schwitzen und werden labbrig.

### Warm halten im Ofen

Wer zwei Öfen hat, zum Beispiel einen Pizaofen und einen Haushaltsbackofen, kann Pizza gut im letzteren bei etwa 75 °C warm halten. Entweder ganz einfach auf dem Backblech oder in einer Box, dann trocknet die Pizza nicht so schnell aus. Auch dafür kann man ebenfalls Pizzaboxen nehmen. Die Boxen von PIZZycle halten Temperaturen unter 100 °C für eine gewisse Zeit aus und sind stapelbar. Alternativ kann man auch

eine Pizza-Etagere, ein Gestell mit mehreren Pizzarundblechen, nutzen.

### Aufwärmen im Ofen

Ist die Pizza erst einmal kalt, kann man sie im Ofen wieder aufwärmen. Hier sollte man genauso arbeiten wie beim eigentlichen Backen der Pizza: hohe Temperatur, möglichst kurze Zeit im Ofen. Dann trocknet die Pizza nicht so schnell aus. Organisiert man eine Pizza-Party und weiß bereits vorher, dass man Pizzen aufwärmen muss, backt man sie im ersten Backgang nicht ganz fertig und schiebt sie später nochmal kurz zum Fertigbacken in den Ofen.

### Aufwärmen in der Pfanne

Eine stromsparende und erstaunlich gut funktionierende Alternative zum Aufwärmen im Ofen bietet die Pfanne. Dafür einfach eine beschichtete Pfanne ohne Zugabe von Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Pizza hineinlegen und mit einem Deckel zudecken. So lange erhitzen, bis der Käse wieder weich wird. Ohne Deckel noch ein, zwei Minuten weiter erhitzen. Der Vorgang dauert in etwa 5 Minuten. ●





 **STOOVIS** *Crustmaker<sup>2</sup>*  
PASSION FOR PIZZA

*Info*

Maße je Schublade: 32 x 35 x 5 (B x T x H)

Preis: 299,00 Euro

 [stoovis.de](http://stoovis.de)

Text & Bild: Christoph Bremer

# Zwischenablage

## Crustmaker 2.0 von Stoovis

Es ist für viele Hobbypizzabäcker die Gretchenfrage: Wie bekomme ich mehrere Pizzen gleichzeitig heiß auf den Tisch? Man kann es mit mehreren Öfen versuchen, nur ändert das nichts an dem Umstand, dass man auch dann nur zwei Hände hat. Bleibt nur noch die Pizza warm zu halten. Leichter gesagt als getan, denn auch dafür benötigt man entsprechende Möglichkeiten. Eine davon ist der Crustmaker von Stoovis.

Der Crustmaker ist ein Gebilde komplett aus Edelstahl, bestehend aus vier Schubladen mit einer jeweiligen Fläche von 32 x 35 Zentimetern und einer Höhe von 5 Zentimetern. Es gibt ihn als Add-on für Gasöfen verschiedener Hersteller. Hier werden die Schubladen auf dem Ofen platziert und es wird die Hitze des Ofens genutzt. Bei der von uns getesteten externen Variante, dem Crustmaker 2.0, kommt die Hitze von zwei separat zu erwerbenden Töpfen mit Brennpaste. Diese bekommt man entweder im Internet, aber auch in manchen Drogeriemärkten.

Der Aufbau gestaltet sich wirklich einfach und ist nahezu selbsterklärend. Die Seitenwände werden mit den mitgelieferten Edelstahlschrauben verbunden und fixiert. Jede Schublade passt modular in die nächste, ebenso der Deckel. Es handelt sich also um eine Art Stecksystem. Praktisch, denn so kommt man gut an das Innere der Schubladen, um diese nach dem Gebrauch zu reinigen. Zudem kann man die Anzahl der Schubladen an den eigentlichen Bedarf anpassen.

Das Prinzip ist simpel: von unten kommt die Hitze und verteilt sich nach oben. Folglich ist die Schublade ganz unten mit Abstand am heißesten. Hier

haben wir nach 35 Minuten fast 170 °C gemessen. Ganz oben waren es hingegen knapp 50 °C. Dieses Prinzip der unterschiedlichen Temperaturen kann man sich zu Nutze machen, indem man die Pizzen rotierend lagert. Die erste gebackene Pizza wandert in das unterste Fach, ist Pizza Nummer 2 fertig, wandert Pizza Nummer 1 eine Etage höher und Pizza Nummer 2 nimmt ihren Platz ein. Pizza Nummer 3 landet wieder im untersten Fach, Pizza Nummer 2 und 1 wandern zuvor wieder eine Etage nach oben und so weiter. So bleiben die Pizzen gleichmäßig warm und der Boden wird, sofern nicht gewünscht, nicht zu kross. Denn der Name Crustmaker ist wörtlich zu nehmen. Im unteren Fach wird die Pizza praktisch weitergebacken und bei längerer Lagerung entsprechend knusprig. Bei längerem Betrieb kann man daher auch gut auf einen Brennpastentopf verzichten und nur noch einen einsetzen. Hier muss man ein bisschen mit der Wärmeverteilung spielen.

Der Crustmaker ist wirklich eine tolle Möglichkeit, sogar 5 Pizzen gleichzeitig und dabei gleichmäßig heiß auf den Tisch zu bringen. Denn während man 4 Pizzen zwischenlagert, kann man Nummer 5 ja bereits backen und direkt mit den anderen servieren. ●

### Temperaturen der Schubladen von unten nach oben

#### Nach 10 Minuten

Fach 1: 128 °C  
Fach 2: 58 °C  
Fach 3: 35 °C  
Fach 4: 30 °C

#### Nach 15 Minuten

Fach 1: 142 °C  
Fach 2: 70 °C  
Fach 3: 40 °C  
Fach 4: 32 °C

#### Nach 35 Minuten

Fach 1: 168 °C  
Fach 2: 98 °C  
Fach 3: 67 °C  
Fach 4: 59 °C

# 7 Tipps, damit die Pizza-Party ein Erfolg wird

Moritz und René sind die beiden Köpfe hinter der Facebook-Gruppe „Pizza für alle“, der wohl größten deutschsprachigen Pizza-Community. Seit 2017 tauschen sich hier Enthusiasten aus. Moritz und René haben dabei viele Einsteiger auf ihrem Weg zur perfekten Pizza beobachtet und begleitet. Vor allem Moritz backt regelmäßig für größere Runden und hat dabei viel Erfahrung gesammelt. Hier hat er zusammengefasst, wie er die Sache angeht.

## 1. Checkliste

Wer kennt es nicht? Man schmeißt eine Pizza-Party und plötzlich fehlt etwas Wichtiges. Vor allem, wenn man nicht zu Hause backt, ist das ärgerlich. Da hat man die Pizzaschaufel zuhause vergessen und muss dann improvisieren. Um das zu vermeiden, habe ich mir eine Checkliste angelegt, damit ich an alles denke und alles ins Auto packe. Diese Checkliste nutze ich aber nicht nur für unterwegs, sondern auch daheim, damit ich beim Start alles an Ort und Stelle habe.

## 2. Ablaufplan

Als Zweites erstelle ich mir einen Ablaufplan, um für alles das richtige Timing zu haben. So verfall ich nicht in Hektik, wenn es richtig losgeht. Wichtig ist hier auch das Eintakten des Teiges, damit dieser zum gewünschten Zeitpunkt die entsprechende Reife hat.

## 3. Vorbereitungen

Was man vorbereiten kann, sollte man auch unbedingt vorbereiten, damit man sich nur noch auf das Belegen und Backen der Pizen konzentrieren kann. Das hilft, einen optimalen Ablauf hinzubekommen. Es ist immer ärgerlich, wenn man zwischendurch Toppings neu vorbereiten müsste, einem der Käse oder die Tomatensoße ausgehen. Das sorgt für unnötige Arbeit und somit vermeidbaren Stress.

## 4. Wetter einplanen

In Sachen Wetter sollte man auf alles vorbereitet sein, wenn draußen gebacken werden soll. Mit einem Elektroofen muss man vor Regen geschützt stehen, mit einem Gas- oder Holzofen kann man nicht mal eben nach drinnen umziehen. Entweder man baut sich ein Zelt auf, um vor dem Wetter geschützt zu sein, plant von Anfang an drinnen zu backen oder stellt sich irgendwo unter. Auch sollte man auf den Standort eines Gas- beziehungsweise Holzofens achten, da diese windanfällig sein können.



## 5. Helfen

Ist ein größeres Event geplant, empfiehlt es sich, einen Helfer zu organisieren. Nicht immer muss der Helfer in der Lage sein, den Teig zu öffnen oder am Ofen stehen zu können. Es reicht oft, wenn er die fertig gebackene Pizza übernimmt, diese schneidet und verteilt. Es ist auch immer von Vorteil wenn einer sich um die Gäste kümmern, spezielle Wünsche aufnehmen und Fragen beantworten kann, so hat man selbst Zeit für das Wesentliche: die Pizza

## 6. Die Pizza servieren

Im Kreise der Familie serviert man meistens pro Person eine Pizza nach Wunsch oder man serviert eine Pizza nach der anderen, stellt diese in die Mitte des Tisches und sie wird dort geteilt. Auf einer Party muss man sich überlegen, ob man ganze Pizzen servieren möchte, Viertelstücke oder vielleicht nur kleine Pizza-Slices. Je nach Event kann das eine oder andere passender sein. Für den Pizzaiolo selbst können kleinere Häppchen vorteilhafter sein, so verteilt sich die Pizza schneller auf mehrere Personen.



## 7. Nach dem Event ist vor dem Event

Ich schreibe mir sehr gerne im Vorfeld einen Plan, genauso schreibe ich mir nach dem Event aber auch gerne auf, ob dieser aufging. Gerade am Anfang empfiehlt es sich, nach einem Event zu überlegen, was gepasst hat und was nicht. So kann man die Checkliste und den Ablaufplan optimieren und ist für kommende Events noch besser aufgestellt.



**DIE PIZZACOMMUNITY  
AUF FACEBOOK**



René, Familienvater, Hobby-Pizzaiolo und BBQ-Enthusiast aus tiefster Passion. Gute Pizza liebt er schon seit seiner Kindheit. Auch das Selbstbacken spielt dabei schon lange eine Rolle. Der Wunsch, eine authentische Pizza Napoletana selbst backen zu können, kam aber erst nach einem Italien-Trip 2018 auf. Nach intensiver Recherche traf er auf eine (noch) kleine Facebook-Gruppe namens „Pizza für alle“. Dort fand er endlich Gleichgesinnte. 2019 stieg er als Administrator ein. Er betreibt zudem den Blog [renesfoodpassion.de](http://renesfoodpassion.de). Pizza als Hobby ist fester Bestandteil des Alltags. Diese Passion mit Moritz und der Community zu teilen, macht es für ihn perfekt.

Moritz hat das Hobby 2017 für sich entdeckt. Inzwischen backt er ab und an auch auf Straßenfesten. Die Gruppe „Pizza für alle“ gründete er, weil er sich mit anderen zu dem Thema austauschen wollte, es aber noch keine Plattform dafür gab. Dass die Facebook-Gruppe einmal auf über 20.000 Mitglieder anwachsen würde, hätte er damals nie erwartet. Er genießt es, die Werdegänge einzelner Mitglieder zu verfolgen und sich mit Pizzaliebhaberinnen und -liebhabern auszutauschen. Einen ganz besonderen Tipp hat er noch: Wenn man Hunger hat, sollte man die Gruppe besser meiden. Bei den ganzen tollen Pizzen, die die Mitglieder präsentieren, läuft einem schnell das Wasser im Mund zusammen.





**UNOLD®**

# Einstieg zum Schnäppchenpreis

## Unold Luigi

Es ist das derzeit wahrscheinlich am heißesten diskutierte Gerät unter Hobbypizzabäckern: der Unold Luigi. Ein Elektro-Ofen für etwa 200,- Euro, der dennoch Temperaturen bis oder sogar über 400 °C erreicht. Ein Novum. Aber hält das Gerät, was es verspricht? Wir haben es getestet.





Leistung:	1.700 Watt
Backprogramme:	4
Temperaturbereich:	80-400°C (Ober-und Unterhitze)
Außenmaße (LxBxH):	46,9 cm x 43,1 cm x 28 cm
Innenmaße (LxBxH):	32 cm x 34 cm x 9 cm
Backfläche:	32 x 32 cm
Gewicht:	10,6 kg
Empfohlener Verkaufspreis:	239,- Euro
Straßenpreis:	etwa 199,- Euro

**Die per Infrarotthermometer gemessene Temperatur kann sich sehen lassen**

Nicht jeder möchte oder kann sich einen Elektro-Pizzaofen für 800,- Euro kaufen. Ein deutlich günstigerer Gasofen kann hingegen nur im Freien benutzt werden. Dafür hat mancher nicht die örtlichen Voraussetzungen, geschweige denn Lust, bei jedem Wind und Wetter draußen zu backen. Der Luigi von Unold kommt da als Lösung scheinbar gerade recht. Er soll Temperaturen um 400 °C schaffen, also deutlich mehr als ein Hauhaushaltsbackofen. Und damit auch mehr als andere Mini-Öfen in ähnlicher Preisklasse, die meistens nicht über 350 °C kommen.

Positiv bei Unolds neuem Superstar ist die Verarbeitung. Zumindest optisch macht das Gerät etwas her und wirkt sehr wertig. Der Ofen ist nicht sonderlich groß und auch nicht besonders schwer. Er kann also im Schrank verstaut oder auch mal zu einem Pizza-Event bei Freunden mitgenommen werden. Die Backfläche des Cordieritsteins ist mit 32 x 32 cm absolut ausreichend für eine normal große Pizza. Er verfügt über Ober- und Unterhitze.

Es gibt sechs voreingestellte Programme: Napolitan (400 °C Oberhitze/400 °C Unterhitze/2:00 Minuten Backzeit), DIY (400 °C/400 °C/2:00), Thin&Crispy (330 °C/ 270 °C/6:00), Pan Pizza (340 °C/220 °C/12:00), New York (270 °C/245 °C/8:00) und Frozen (205 °C/450 °C/16:00) für Tiefkühlpizza. Alle Programme

lassen sich individuell verändern, aber nicht speichern. Sie bieten damit aber vor allem für Einsteiger eine Orientierung für Temperatur und Backzeit. Gesteuert wird der Ofen über ein Touchdisplay, was intuitiv ist und gut funktioniert.

Für unseren Test haben wir natürlich Pizza Napoletana vorgesehen, schließlich braucht diese Variante die höchste Temperatur. Also den Ofen auf volle Pulle angestellt. Der Lüfter springt sofort und deutlich hörbar an. Dass er seine eingestellte Temperatur erreicht hat, vermeldet Luigi nach 20 Minuten mit einem gut wahrnehmbaren Piepston. Die Temperaturmessung erstaunt. In der Mitte der Platte hat er 435 °C und damit deutlich mehr als die versprochene Höchstleistung. An den Seiten des Backsteins sind es dagegen ein wenig enttäuschende 330 bis 350 °C. Wir gönnen dem Ofen noch weitere 10 Minuten. Danach sind dann auch an den Rändern über 400 °C erreicht. Dafür ist das Außengehäuse jetzt spürbar warm. Um nicht zu sagen, heiß. Wir haben hier an allen Außenseiten Temperaturen von über 70 °C gemessen. Hinten am Ofen sogar fast 100 °C. Man sollte also auf seine Kinder achten und darauf, dass der Ofen frei und auf einem hitzebeständigen Untergrund steht.

Wird die Pizza eingeschossen, muss nur noch der Startknopf für den Timer gedrückt



**Außen wird das Gerät ordentlich warm. Nach 30 Minuten bereits über 70 °C. Nach einer Stunde waren es auf der Rückseite fast 100 °C**

werden. Jetzt laufen beim Napoletana-Programm die 2 Minuten runter. Das sind 30 bis 60 Sekunden mehr als bei dieser Pizza-Variante in einem Profi-Ofen üblich. Wir probieren es erstmal, ohne die Pizza zu drehen, um die Wärmeverteilung zu checken. Bei Gasöfen und auch bei den meisten hochpreisigen Elektroöfen muss die Pizza mindestens einmal gedreht werden, damit sie von allen Seiten gleichmäßig braun wird. Das ist beim Luigi nicht unbedingt nötig, wie das Ergebnis unserer ersten Pizza zeigt. Bei der zweiten haben wir sie einmal um 180 ° gedreht. Zwar wird ein Unterschied sichtbar, aber dieser ist nur minimal. Der Rand geht in dem Ofen wunderbar auf und ist innen herrlich fluffig. Der Käse bräunt leicht und schlägt erste Blasen. Hieran sieht man, dass die Backzeit von 2 Minuten für eine Napoletana 30 bis 60 Sekunden zu lang ist. Verkürzen sollte man die Backzeit einer Napoletana im Luigi jedoch nicht, sonst wird der Rand nicht braun genug.

Während des Tests ist ein Stromverbrauchsmessgerät zwischengeschaltet. Und das liefert ein erfreuliches Ergebnis. Während einer Stunde

Betriebsdauer wurde exakt die vom Hersteller versprochene 1 Kilowattstunde verbraucht. Damit fallen bei den derzeitigen Strompreisen pro Stunde mit dem Gerät etwa 30 bis 35 Cent an. Ein guter Wert. Und da der Ofen außen schön warm ist, spart man noch ein bisschen Heizkosten.

Aber Spaß beiseite. Der Unold ist sicher kein Kraftpaket für größere Gesellschaften oder gar fürs Catering. Um eine kleinere Gesellschaft, Familie oder Freunde zu versorgen, reicht es aber allemal. Denn hier geht es in der Regel ja nicht um Geschwindigkeit, sondern um das Beisammensein. Und da stören Pausen, die der Unold bei mehreren Pizzen zwischendurch einfach zum Wiederaufheizen braucht, weit weniger. Sie sind vielleicht sogar gewollt. Größter Kritikpunkt ist die Hitzeabstrahlung. Pluspunkte sind dagegen die Optik, das geringe Gewicht, die hochwertig wirkende Verarbeitung, die einfache Bedienung, der geringe Stromverbrauch und natürlich der Preis. Einen günstigeren Ofen mit entsprechender Leistung gibt es derzeit nicht. Das macht ihn dann für Einsteiger zu einer guten Wahl. ●

#### Größenvergleich zwischen dem Stein des Unold Luigi (oben) und dem eines Elektro-Ofens von Effeuno

- + Edelstahlgehäuse
- + Doppelverglaste Tür
- + Optik
- + Verarbeitung
- + Höchsttemperatur
- + Bedienung
- + Gewicht und Kompaktheit
- + Stromverbrauch
- Relativ dünner Cordieritstein
- Hitzeentwicklung der Außenwände



# Pizza-Ofen

- 🔥 Pizzaofen, Holzbackofen, Backhaus
- 🔥 Ofen-Bausätze oder fix und fertig
- 🔥 Befuerung mit Holz oder Gas
- 🔥 Verschiedene Größen
- 🔥 Für Garten, Terrasse und Outdoorküche



Vor Ort: Ausstellung mit einer Vielzahl original italienischer Holzöfen für gastronomische Ansprüche oder den ambitionierten Hobbykoch.



Unsere erste Pizza im Unold Luigi. Der Rand ist wunderbar aufgegangen und hat eine schöne Bräunung. Der Käse ist nicht zu stark gebräunt und in seiner Struktur noch gut zu erkennen. Diese Pizza haben wir gebacken, ohne sie zu drehen. Am unteren Rand ist sie, da wo sie nah an der Tür lag, etwas heller als im oberen Bereich, der im Ofen hinten lag.

Bei der zweiten Pizza haben wir einmal eine 180 °-Drehung vorgenommen. Die Bräunung des Randes ist dadurch etwas gleichmäßiger. Ansonsten unterscheidet sich das Ergebnis nicht.





Perfekt gelungene Krume. Das Innere des Randes zeigt sich von seiner besten Seite. Fluffig, mit Luftblasen durchzogen. Außen knusprig. So wie es sein soll. Für einen Ofen um 200,- Euro ein tolles Ergebnis.

Auch die Unterseite ist gelungen. Auch hier eine schöne Bräunung. Zudem ist der Teig durchgebacken, aber oben noch saftig. Ganz so, wie es bei einer Napoletana sein soll. Etwas vorsichtig sollte man beim Umgang mit Mehl oder Semola sein, wenn man dieses zum Ausbreiten der Pizza nutzt. Beim Einschließen der Pizza sollte davon nicht zu viel am Boden kleben, da es sonst auf dem Cordieritstein schnell verbrennt.



# Knoblauch-Bresaola





Bresaola ist wunderbar mild und zart. Gleiches gilt für den schwarzen Knoblauch. Der ist nicht etwa eine andere Art, sondern schlicht und ergreifend fermentiert. Das Besondere: Er liefert den typischen Knoblauchgeschmack, aber der Atem riecht anschließend nicht danach.

### Zutaten

- 60 bis 80 g Tomatensoße
- 100 g Fior di Latte
- 3 bis 5 Scheiben Bresaola
- 2 Zehen schwarzer Knoblauch

### Bresaola

Er ist ein italienischer Klassiker und verwandt mit dem schweizerischen Bündnerfleisch. Allerdings ist Bresaola etwas milder. Dieser luftgetrocknete Rinderschinken ist ein wahres Gedicht.

### Schwarzer Knoblauch

Es bedarf ein wenig Geduld, um schwarzen Knoblauch selbst herzustellen. Schwarzer Knoblauch ist äußerst bekömmlich, schmeckt mild, leicht süßlich und hat in etwa die Konsistenz von weichem Lakritz. Und selbst pur verzehrt entsteht keinerlei Mundgeruch.

Um aus weißem Knoblauch schwarzen zu machen, muss man diesen 6 Wochen luftdicht einer konstanten Temperatur von 60 Grad aussetzen. Es gibt ihn inzwischen aber auch in gut sortierten Supermärkten und natürlich im Feinkostladen.



# Zu kalt draußen?

Dann backe doch drinnen!  
Mit den Elektro-Pizzaöfen von  
**EFFEUNO**



*Pizza Napoletana*  
in 90 Sekunden!



**Jetzt bestellen  
& verschenken**



# Chorizo- Chipotle

Diese Pizza bringt echtes Latino-Feuer auf den Tisch. Chorizo und Chipotle haben beide einen sehr markanten Geschmack, harmonisieren aber perfekt miteinander.

## Zutaten

- 60 bis 80 g Tomatensoße
- 100 g Fior di Latte
- 6 bis 8 Scheiben Chorizo, dünn geschnitten
- 2 große Chipotle-Chilis

## Chorizo

Bei der Chorizo handelt es sich um eine sehr würzige, feste, meist grobkörnige Rohwurst vom Schwein. Sie wird mit Knoblauch und vor allem viel Paprika gewürzt, was ihr auch die typisch rote Farbe verleiht. Sie ist eine traditionelle Wurst der spanischen und portugiesischen Küche.

## Chipotle

Sie sind geräucherte Jalapeños und werden meistens in einer tomatigen Soße, der Adobesoße eingelegt: Chipotle. Das leicht rauchige Aroma der Chilis zusammen mit der fruchtigen Soße ergibt eine tolle Kombination, die der Pizza das gewisse Etwas verleiht.





Anzeige

Mühlentradition  
seit über 400 Jahren



**Bestellen Sie bei NRW's  
einziger Biomühle:  
Vollkorn- und  
Typenmehle aller Art,  
Zutaten & Zubehör**

**Denn wir stehen für:**

- 100 % bio & fair
- Transparenz, Qualität, Regionalität und Nachhaltigkeit
- über 450 Jahre Familientradition im Müllerhandwerk und Passion für natürliche Zutaten ohne technische Enzyme

**Gutes liegt uns am Herzen.**



**JETZT  
NEU**

Bio Pizzamehle in Premiumqualität aus deutscher Produktion 2 aromatische Pizzamehle aus natürlichen Zutaten, schonend vermahlen. Pizzamehl „Andante“ (Tipo 0), für langzeitgeführte, elastische Teige mit tollem Trieb. Die luftig, krosse Pizza überzeugt durch traumhaften Geschmack. Pizzamehl „Allegro“ (Tipo 00), gemahlen für die „schnelle“ Küche, aber den dennoch anspruchsvollen Gaumen.



Bio-Mühle Eiling GmbH  
Möhnstraße 98  
59581 Warstein-Sichtigvor

**Besuchen Sie  
unseren Shop**

[www.biomuehle-eiling.de](http://www.biomuehle-eiling.de)



# Verschiedene Pizza-Varianten backen

# 3 Mal Pizza Ein Teig.

Einer will wenig Rand, dem anderen kann er gar nicht dick genug sein, der nächste will seine Pizza schön dünn und kross. Jedem Tierchen sein Pläsierchen. Bei Pizza aber gar nicht so einfach. Beim Belag sind Extrawürste ja noch problemlos zu bedienen, aber bei der Pizza-Variante? Das geht, wenn man es vorher etwas einplant und kleinere Abstriche in Sachen Perfektion erlaubt sind.

Jeder Teig hat seine Besonderheit. Ob neapolitanisch, römisch oder New-York-Style. Hier müssen wir Abstriche machen und verwenden einen Universal-Teig, der sich von unserem Standardteig (Seite 60) nur durch die Zugabe von Olivenöl unterscheidet. Bei römischer Pizza ist es in der Regel Bestandteil, bei New-Yorker Pizza ist Fettzugabe obligatorisch, während Napoletana ohne auskommt. Irgend-einen Tod muss man hier sterben.

Den Teig wie gewohnt zubereiten: Sämtliche Zutaten abwägen und in eine Rührschüssel geben. Etwa 5 Minuten auf der langsamsten Stufe der Knetmaschine oder per Hand gut durchmischen. Weitere 15-25 Minuten auf höherer Stufe in der Knetmaschine oder ordentlich per Hand durchkneten. Den Teig in einer abgedeckten Schüssel 60 Minuten ruhen lassen. Auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 6 gleich große Portionen à zirka 270 g teilen. Die Teiglinge zu Ballen formen (rundwirken) und abgedeckt bei Raumtemperatur weitere 7 Stunden oder im Kühlschrank 18 Stunden ruhen lassen, je nachdem, ob man sich für mehr oder weniger Hefe entschieden hat (siehe Zutaten). Bei kalter Gare

die Pizzaballen 4-6 Stunden vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

Der Rest wird beim Ausbreiten der Pizza, dem sogenannten Öffnen des Teiges, gemacht. In der Schritt-für-Schritt-Anleitungen auf den kommenden Seiten wird erklärt, wie man die Teiglinge behandelt, damit daraus unterschiedliche Pizzen-Varianten werden. Backt man in einem Haushaltsbackofen, ist die Reihenfolge egal. Wer einen Profi-Ofen hat, sollte die Reihenfolge der für die jeweilige Variante empfohlenen Backtemperatur anpassen und mit der niedrigsten beginnen, die Temperatur dann für die folgenden Pizzen hochdrehen. Daraus ergibt sich folgende Reihenfolge:

1. Romana (330 bis 350 °C),
2. New-York-Style (350 bis 380 °C),
3. Napoletana (430 bis 480 °C). ●

## Zutaten

für 3 Teigballen à ca. 270 g

- 500 g Mehl
- 300 g Wasser
- 10 g Salz
- 5 g Olivenöl
- 2 g Frischhefe (bei 24 Stunden Gare mit Kühlung)
- 3 g Frischhefe (bei 8 Stunden Gare ohne Kühlung)

## Zutaten

für 6 Teigballen à ca. 270 g

- 1.000 g Mehl
- 600 g Wasser
- 20 g Salz
- 10 g Olivenöl
- 4 g Frischhefe (bei 24 Stunden Gare mit Kühlung)
- 5 g Frischhefe (bei 8 Stunden Gare ohne Kühlung)

## Zutaten

für 9 Teigballen à ca. 270 g

- 1.500 g Mehl
- 900 g Wasser
- 30 g Salz
- 15 g Olivenöl
- 5 g Frischhefe (bei 24 Stunden Gare mit Kühlung)
- 7 g Frischhefe (bei 8 Stunden Gare ohne Kühlung)

Text: Christoph Bremer

Bilder: Jan Schnare

# Romana

## Schritt für Schritt

Die römische ist eine Thin-Crust-Pizza, dünn ausgerollt und kräftig gebacken. Ähnlich wie bei der Schwester aus Neapel kommen auch hier bevorzugt San-Marzano-Tomaten und Fior di Latte zum Einsatz. Sie wird dafür nicht per Hand, sondern mit dem Nudelholz ausgebreitet. Dadurch hat sie einen kleineren, flachen und knusprigen Rand.



1. Den Teig in Semola wenden, auf der Arbeitsplatte flach drücken und mit dem Nudelholz bearbeiten ...
2. ... bis sie schön flach wird
3. Um eine schöne Runde Pizza zu bekommen, den Teig mit dem Holz vertikal und horizontal bearbeiten
4. Vor dem Belegen hat der Teigling etwa 24 bis 25 cm Durchmesser
5. Dünn mit Tomatensoße bestreichen
6. Etwas Parmesan, Grana Padano oder Pecorino drüberstreuen
7. Für eine Margherita Basilikumblätter verteilen ...
8. ... und den Käse hinzugeben. Wahlweise weitere Zutaten verwenden
9. Etwas Olivenöl in einem dünnen Strahl über die Pizza geben.
10. Auf den Pizzaschieber bringen und durch Ziehen an den Rändern noch etwas vergrößern, sodass die Pizza den Schieber nahezu ausfüllt. Nun ab damit in den vorgeheizten Ofen.

### Backzeit

Bei 250 bis 300 °C: 8 bis 10 Minuten

Bei 330 bis 350 °C: 4 bis 5 Minuten





# New-York-Style

## Schritt für Schritt

Pizza aus New York hat es zu Weltruhm gebracht. Italiener behaupten natürlich, weil sie von Auswanderern nach Amerika gebracht wurde. Das stimmt, dennoch haben die New Yorker die Pizza nach ihrem Geschmack verändert. Typisch amerikanisch, üppig belegt, vor allem mit viel Käse. Daher muss sie auch etwas kräftiger gebacken werden, damit der Belag von dem mit der Hand ausgebreiteten Teig getragen werden kann.

1. Den Teig in Semola wenden und auf die Arbeitsplatte legen
2. Flach drücken ...
3. .. und den Rand dabei nicht aussparen
4. Über die Handrücken weiter auseinanderziehen ...
5. ... und auf der Arbeitsfläche etwas weiter flachdrücken, bis der Teig etwa 24 bis 25 cm Durchmesser hat
6. Mit Tomatensoße bestreichen
7. Etwas Oregano drüberstreuen
8. Mit geriebenem Käse – am besten einem festen Mozzarella, Scamorza oder einem Jungen Cheddar – bestreuen. Dabei nicht zu sparsam sein
9. Je nach Geschmack weitere Zutaten wie Salami auf die Pizza legen und auch dabei nicht zu sparsam sein
10. Auf den Pizzaschieber bringen und durch vorsichtiges Ziehen an den Rändern noch etwas vergrößern, sodass die Pizza den Schieber nahezu ausfüllt. In den gut vorgeheizten Ofen einschießen.

### Backzeit

Bei 250 bis 300 °C: 6 bis 10 Minuten

Bei 350 bis 370 °C: 3 bis 4 Minuten



# Napoletana

## Schritt für Schritt

Die Neapolitaner ist die Königin unter den Pizzen. Ihre Zubereitung erfordert etwas mehr Fingerspitzengefühl, will man das bestmögliche Ergebnis erreichen. Und das heißt, ein außen leicht krosser, ausladender und innen fluffiger, mit Luftblasen durchsetzter Rand. Dazu ein saftiger Boden, der sich beim Hochheben deutlich nach unten verneigt. Bei den Auflagen sollte man sparsam sein, hier ist weniger mehr.



1. Den Teig in reichlich Semola wenden und auf der Arbeitsplatte von der Mitte aus nach außen flachdrücken. Den Rand dabei aussparen
2. Entweder über den Handrücken legen, vorsichtig drehen und mit dem Eigengewicht des Teiges die Fläche weiter vergrößern ...
3. oder den Handrücken in den Teig legen ...
4. ... und mit leichtem Zug, ohne den Rand zu berühren, über ihn führen sowie zurücklegen. Den Teig leicht drehen und das Prozedere mehrmals wiederholen
5. Am einfachsten ist es, die flachen Hände in den Teig zu legen ...
6. ... den Teig zu drehen und dabei leicht auseinanderzuziehen. Auch hierbei den Rand nicht berühren. Die Pizza sollte einen Durchmesser von 24 bis 25 cm haben
7. Mit Tomatensoße bestreichen (etwa 60 bis 80 g genügen)
8. Parmesan, Grana Padano oder Pecorino drüberstreuen
9. Mit Fior die Latte belegen
10. Basilikumblätter verteilen und Olivenöl in einem dünnen Strahl über die Pizza geben.
11. Auf den Pizzaschieber bringen und durch Ziehen an den Rändern noch etwas vergrößern. Auch hier vorsichtig vorgehen, damit der Rand nicht eingedrückt wird. Nun ab damit in den vorgeheizten Ofen.

**Tipp** Für das Backen einer Neapolitaner im Haushaltsbackofen unsere Vorbackanleitung in diesem Heft befolgen

### Backzeit

Bei 250 bis 300 °C: 5 bis 6 Minuten

Bei 430 bis 480 °C: 60 bis 90 Sekunden



# Die <sup>Einfach</sup> Pizza Standard-Teige

## Einfach Pizza Standard-Teig - 24 bis 48 Stunden

Dieser Teig ist die perfekte Basis für eine Original Pizza Napoletana. Er kann aber auch für andere Varianten eingesetzt werden. Einsteiger sollten zunächst mit einer niedrigeren Hydratation mit 600 g Wasser (60 %) beginnen. Wer Erfahrung mit weichen Teigen hat, kann hier je nach Mehlsorte bis 70 % oder mehr gehen.

### Zutaten

für 6 normal große Pizzen

- 1.000 g Pizzateig
- 600-650 g Wasser (kalt)
- 2 g Frischhefe (1 g Trockenhefe)
- 20 g Salz

Sämtliche Zutaten abwägen und in eine Rührschüssel geben.

Nun sämtliche Zutaten gut vermischen, etwa 5 Minuten auf der langsamsten Stufe der Knetmaschine oder per Hand.

Weitere 15-25 Minuten auf höherer Stufe in der Knetmaschine oder ordentlich per Hand durchkneten.

Der Teig ist fertig, wenn er sich dünn ausziehen lässt (sogenannter Fenstertest) und dabei nicht reißt.

Achtung: Beim Kneten sollte der Teig eine Temperatur von 25 °C nicht überschreiten.

Den Teig in einer abgedeckten Schüssel 60 Minuten ruhen lassen. Nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.

Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 6 gleich große Portionen à zirka 270 g teilen.

Die Teiglinge zu Ballen formen (rundwirken) und abgedeckt im Kühlschrank 18-42 Stunden ruhen lassen.

Die Teiglinge müssen genügend Platz haben, am besten also eine Teigwanne oder einzelne Schüsseln verwenden.

Die Pizzaballen 4-6 Stunden vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen. ●

Tipp

Backzeiten und Temperatur richten sich nach der gewünschten Pizza-Variante. Im normalen Haushaltsbackofen gilt fast immer volle Power, also in der Regel 250 bis 275 °C.

# Einfach Pizza Standard-Teig - 8 Stunden

Guter Pizzateig braucht Zeit. Aber manchmal muss es eben schnell gehen, wenn morgens entschieden wird, dass es abends Pizza geben soll. Die Machart des Teiges unterscheidet sich nur bei Gare, die restlichen Schritte sind ähnlich bis gleich. Man sollte hier allerdings mit einer nicht so hohen Hydratation arbeiten, da der Teig weniger Zeit hat zu reifen. Wer im Übrigen noch mehr Geschwindigkeit benötigt, kann die Reifezeit durch eine Hefemenge von 6-8 g auf 4-6 Stunden verkürzen. Empfehlen würden wir das aber nicht.

## Zutaten

für 6 normal große Pizzen

- 1.000 g Pizzamehl
- 600-650 g Wasser (kalt)
- 5 g Frischhefe (2 g Trockenhefe)
- 20 g Salz

Sämtliche Zutaten abwägen und in eine Rührschüssel geben.

Nun sämtliche Zutaten gut vermischen, etwa 5 Minuten auf der langsamsten Stufe der Knetmaschine oder per Hand.

Weitere 15-25 Minuten auf höherer Stufe in der Knetmaschine oder ordentlich per Hand durchkneten.

Der Teig ist fertig, wenn er sich dünn ausziehen lässt (sogenannter Fenstertest) und dabei nicht reißt.

Achtung: Beim Kneten sollte der Teig eine Temperatur von 25 °C nicht überschreiten.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 6 gleich große Portionen à zirka 270 g teilen.

Die Teiglinge zu Ballen formen (rundwirken) und abgedeckt bei Raumtemperatur 8 Stunden ruhen lassen.

Die Teiglinge müssen genügend Platz haben, am besten also eine Teigwanne oder einzelne Schüsseln verwenden. ●

# 100 Prozent Biga

Biga ist ein aus Italien stammender, fester Vorteig. Er sorgt für ein ganz besonderes Aroma im fertigen Produkt. Dabei ist ein Teig mit Biga nicht viel aufwendiger herzustellen, wenn man die 100-Prozent-Methode anwendet. Hierbei werden für die Biga schon fast alle Zutaten komplett verwendet, beim Kneten des Teiges kommen nur noch eine anteilige Menge Wasser und das Salz hinzu.

## Zutaten

für 6 normal große Pizzen

Für die Biga

- 1.000 g Pizzamehl
- 500 ml Wasser
- 3 g Frischhefe (1 g Trockenhefe)

Für den Teig

- 150 ml Wasser (kalt)
- 20 g Salz

Mehl in eine große Schüssel oder in eine Teigballenbox geben. Hefe im Wasser auflösen.

Das Wasser-Hefe-Gemisch zum Mehl hinzugeben. Nun alles mit den Händen grob vermengen, aber nicht kneten.

Gut zugedeckt, sodass die Biga nicht austrocknen kann, für 12-16 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Die Biga in die Knetmaschine geben, Salz im restlichen Wasser auflösen. Auf niedriger Stufe nach und nach das Salzwasser sehr langsam unterkneten. Gleiches geht natürlich auch per Hand.

Ist das Wasser komplett untergeknetet, den Teig auf mittlerer Stufe etwa 10-15 Minuten fertig kneten.

Den Teig abgedeckt für etwa 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Teig aus dem Kühlschrank nehmen und zu 6 gleich großen Kugeln formen. Für weitere 4-6 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. ●

# Vorschau

Die nächste Ausgabe von  
*Einfach*  
**Pizza**  
erscheint am 02. Februar 2024.

Darum geht es unter anderem:

Digital-Ausgabe erhältlich  
ab 19. Januar 2024



*Vollkorn-Pizza*  
Gesund, lecker, einfach



*Neues Jahr, neue Rezepte*  
Mediterrane Pizza-Ideen

## *Einfach* **Pizza**

### HERAUSGEBER

Sebastian Marquardt,  
Tom Wellhausen

### REDAKTION

Mundsburger Damm 6  
22087 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-300  
redaktion@wm-medien.de  
www.1fachpizza.de

### LEITUNG REDAKTION/GRAFIK

Jan Schönberg

### CHEFREDAKTION

Christoph Bremer (V.i.S.d.P)

### REDAKTION

Mario Bicher, Edda Klepp,  
Jan Schnare, Max Stecker

### AUTOR/INNEN

Moritz Mayer, René Müller,  
Malte Tunk

### FOTOS

Steffen Hoeft, stock.adobe.com – boomeart,  
Christian Jung, fahrwasser, Iakov Kalinin,  
Надія Коваль, nerudol, Nik\_Merkulov,  
smspsy, sonyakamoz, Ulf Thürmann

### VERLAG

Wellhausen & Marquardt  
Mediengesellschaft bR  
Mundsburger Damm 6  
22087 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-0  
post@wm-medien.de  
www.wm-medien.de

### GESCHÄFTSFÜHRER

Sebastian Marquardt  
post@wm-medien.de

### VERLAGSLEITUNG

Christoph Bremer

### ANZEIGEN

Dennis Klippel  
Telefon: 040/42 91 77-402  
anzeigen@wm-medien.de

### GRAFIK

Martina Gnaß, Sarah Thomas,  
Bianca Buchta, Jannis Fuhrmann,  
Kevin Klatt  
grafik@wm-medien.de

### ABO- UND KUNDENSERVICE

Leserservice Einfach Pizza  
65341 Eltville

Telefon: 040/42 91 77-110  
Telefax: 040/42 91 77-120  
E-Mail: service@wm-medien.de

### DRUCK

Grafisches Centrum Cuno  
GmbH & Co. KG  
Gewerbering West 27  
39240 Calbe

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.  
Printed in Germany.

### COPYRIGHT

Nachdruck, Reproduktion oder sonstige  
Verwertung, auch auszugsweise, nur mit  
ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.

### BEZUG

Bezug über den Fach-, Zeitschriften-  
und Buchhandelsbuchhandel. Direktbezug  
über den Verlag.

### EINZELPREIS

Deutschland: € 6,90  
Österreich: € 7,60  
Schweiz: CHF 13,50  
Benelux: € 8,10

### GROSSO-VERTRIEB

DMV Der Medienvertrieb  
GmbH & Co. KG.  
Meßberg 1  
20086 Hamburg

Für unverlangt eingesandte Beiträge kann  
keine Verantwortung übernommen werden.  
Mit der Übergabe von Manuskripten,  
Abbildungen, Dateien an den Verlag  
versichert der Verfasser, dass es sich um  
Erstveröffentlichungen handelt und keine  
weiteren Nutzungsrechte daran geltend  
gemacht werden können.

# Nichts zu Essen auf dem Tisch?



## JETZT TESTEN

2 Ausgaben  
für 6,90 Euro  
Im Schnupper-Abo  
testen

- 10% sparen
- Keine Versandkosten
- Jederzeit kündbar
- Anteilig Geld zurück bei vorzeitiger Abo-Kündigung

[www.1fachpizza.de](http://www.1fachpizza.de) | 040/42 91 77-110

# Brot Akademie

**\*NEU\***  
Masterclass Brötchen



## Masterclass Sauerteig

In diesem 10-Tages-Kurs setzt Du Deinen eigenen Sauerteig an und lernst alles über den Umgang mit ihm. Außerdem backen wir gemeinsam Dein erstes Sauerteig-Brot.



## Masterclass Baguette

Mit einfachen Zutaten und wenig Aufwand zum perfekten Baguette. Wir zeigen Dir, wie Du auf dem Niveau Pariser Boulangerien backen kannst.



## Masterclass Hefezopf

Von der Teigbereitung bis zur Flechttechnik lernst Du alles, um bald schon selbst die perfekten Hefezöpfe herzustellen, die auf jedem Büffet zu einem Hingucker werden.



## Masterclass Croissant & Pain au chocolat

Tourierte Teige sind eine besondere Herausforderung. Wir zeigen Dir, wie Du mit einfachen Hausmitteln luftige Croissants und verführerische Pain au chocolat herstellen kannst.

- ✓ Videokurse mit ausführlichen Anleitungen
- ✓ Praxisnahe Tipps und Tricks
- ✓ Einfache Zutaten, gelingsichere Rezepte

- ✓ Begleitende Kursmaterialien und Rezepte zum Download
- ✓ Lerne, wann und wo Du willst – in Deinem Rhythmus
- ✓ Einmal gebucht, immer wieder verfügbar



### Uwe Riebow

Die Kurse sind super! Fachlich versiert und inhaltlich klasse strukturiert, egal ob man noch Anfänger ist oder schon zu den fortgeschrittenen Hobbybäckern zählt. Ich habe den Sauerteigkurs mitgemacht und mit dem neuen Wissen direkt ein Bombenergebnis erzielt.



### Beate Kircheis

Ich bin total begeistert von den Inhalten und der Umsetzung. Die Videos sind sehr lehrreich, überfordern dabei nicht und werden durch hilfreiche Beschreibungen ergänzt. Es gibt viel Bonusmaterial mit praktischen Ideen zur Wissenserweiterung. Absolut empfehlenswert!



### Sven Schwarzat

Ich habe die Masterclass Hefezopf belegt und kann den Kurs nur jedem Hobbybäcker empfehlen. Vor allem die Lektionen zum Flechten des Zopfes haben mir sehr weitergeholfen. Als Ergebnis bekam ich einen hübsch aussehenden und sehr leckeren Hefezopf.

**Jetzt buchen unter [brot-akademie.com](https://brot-akademie.com)**