

Einfach  
Pizza

# Einfach Pizza

NEU

GAS VS. ELEKTRO

Duell der  
Einsteiger-Öfen

HEFE ALS HELFER

Unverzichtbar und  
besser als ihr Ruf

PRAXISTIPPS

So gelingt der  
optimale Pizzateig

GEGEN DIE  
LANGeweile

Alternative  
Pizzabeläge

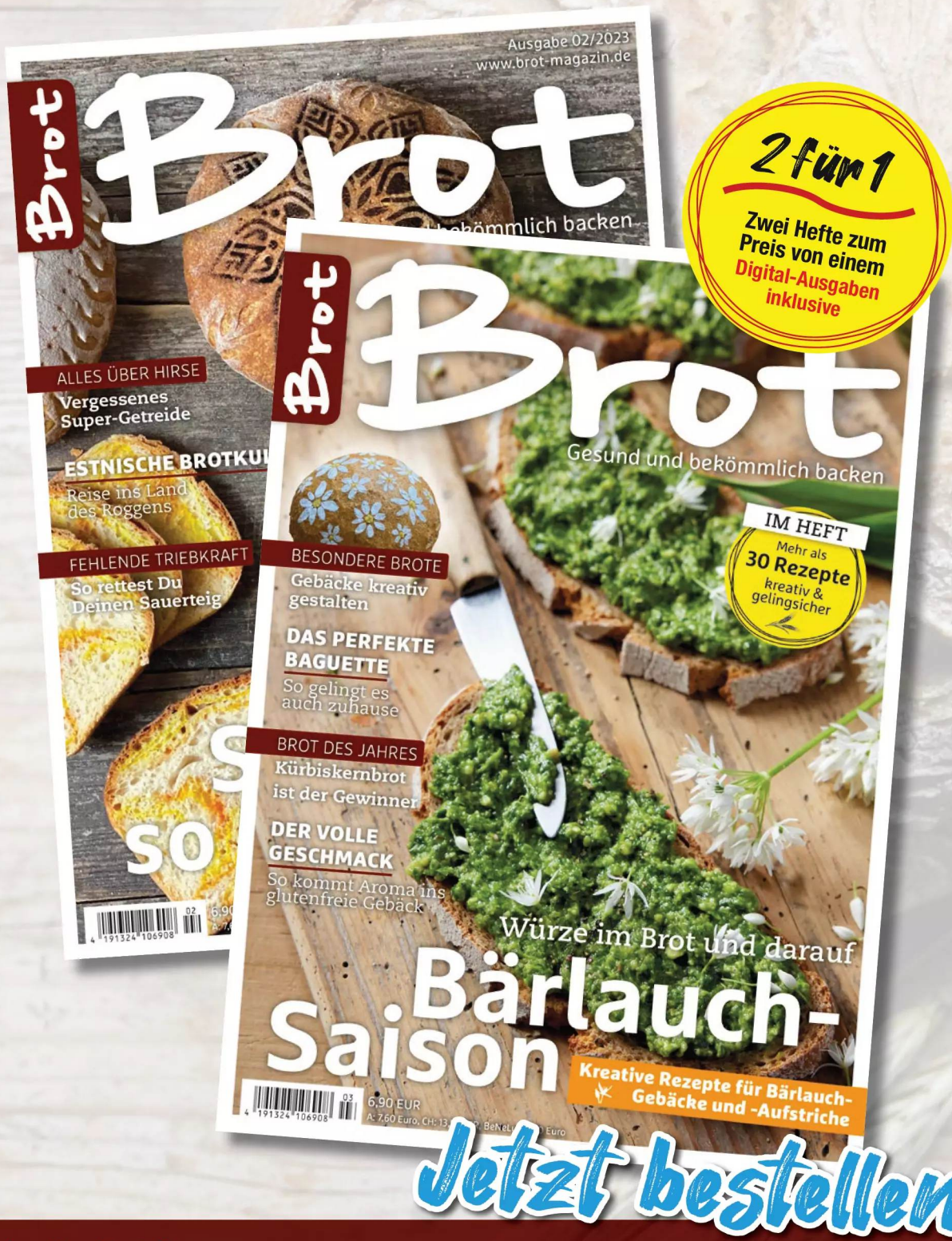
Unterschätzten  
Pizzaklassiker aus  
Amerika

# New Havens Ah-beetz



6,90 EUR

AT: 7,60 Euro, CH: 13,50 CHF, Benelux: 8,10 Euro



#### Deine Abo-Vorteile:

- 10% Ersparnis auf den Heftpreis
- Zugriff auf das gesamte Digital-Archiv mit mehr als 1.500 Rezepten
- Das Magazin im Umschlag frei Haus
- 2 Wochen vor Erscheinen Zugriff auf die Digital-Ausgabe
- Preisvorteile für Sonderhefte und BROTFibeln bei Neuerscheinung

**www.brot-magazin.de/einkaufen**  
service@wm-medien.de • 040/42 91 77-110

# EDITORIAL

## Mutiger sein

Wer sich durch die sozialen Netzwerke scrollt, bei Instagram, Facebook oder TikTok, der bekommt eine Menge Pizza-Content geliefert. Je länger man aber guckt, desto öfter wiederholen sich die Bilder. Margherita, Margherita, Margherita. Als Pizza Napoletana natürlich, mit dickem Rand. Oder besser noch: mit noch dickerem Rand. Ja, es stimmt natürlich, diese Pizza ist und bleibt das Nonplusultra, sie ist extrem foto- und telegen und daher perfekt geeignet für tolle Bilder, Reels und Shorts. Wir lieben sie natürlich auch.

Aber es gibt noch so viel mehr als die gerade so angesagte Napoletana mit Canotto, dem Schlauchbootrand. New-Napoletana, wie einige US-amerikanische Pizzaioli gerne abschätzig sagen. Denn die aus Neapel stammende Mutter aller Pizzen hatte nicht immer oder zumindest nicht in jeder Pizzeria einen so üppigen Rand.

So ist vielleicht auch zu erklären, dass es in den USA zahlreiche Pizza-Varianten gibt, die von italienischen Auswanderern kreiert, aber dennoch scheinbar nur entfernt etwas mit den Pizzen aus Neapel zu tun haben. New-Haven-Style-Pizza ist so ein Beispiel. Diese Art der Pizza ist so ganz anders als ihre euro-

päische Verwandte. Sie hat kaum Rand, wird ebenfalls sehr heiß aber dafür etwas länger gebacken. Dadurch wird sie deutlich knuspriger. Ein tolles Geschmackserlebnis, das man mal testen sollte. Aus meiner Sicht ist Apizza, wie sie in New Haven genannt wird, eine in Europa total unterschätzte Variante. Man sollte sie einfach mal probiert haben. Und da es sie in Pizzerien hierzulande nicht gibt, hilft nur eine Reise in die USA oder selbermachen. Für die zweite Möglichkeit liefern wir in diesem Heft eine Schritt-für-Schritt-Anleitung und entsprechende Rezepte.

Aber kurz noch einmal zurück zu den sozialen Netzwerken. Da sind wir natürlich auch präsent und freuen uns, wenn ihr uns dort folgt. Für noch mehr Infos, Bilder, Videos rund um Pizzen aus aller Welt.

Herzlichst, Euer

*Christoph Bremer*

Christoph Bremer, Chefredakteur



@1fachpizza

/1fachpizza

/1fachpizza

Fermente sind gesund. So gesund, dass fermentierte Produkte sogar als gesundheitsförderlich beworben werden dürfen. Und sie passen auch ganz hervorragend auf Pizza. Natürlich in der richtigen Kombination. Zum Beispiel mit einem Brotaufstrich statt Tomatensugo als Basis. Wie man Fermente selbst herstellt und was gut auf eine Pizza passt, das zeigen wir in diesem Heft.





# Inhalt

Apizza: Geschichte eines US-Klassikers	06
Apizza Step-by-Step	08
Rezept: White Seafood	12
Rezept: Potato-Pie	14
Rezept: Chicken Ah-beetz	16
Wissen: Was Hefe so besonders macht	18
Pizza-News	22
Ofen-Duell: Gas vs. elektro	26
Tipps & Tricks für die Teigherstellung	34
Mehltest: Andante von Eiling	36
Interview: Vivi D'Angelo über ihre Pizza-Leidenschaft	38
Mehr Vielfalt auf der Pizza	40
Rezept: Karotte-Holunder	42
Rezept: Tartufo-Spargel	44
Rezept: Cacio Pepe-Brokkoli	46
Rezept: Tomate-Cashew	48
Rezept: Tomate-Paprika	50
Pizza-Zutaten selbst gemacht	52
Grundkurs Fermentation	52
Rezept: Holunderkarotten	55
Rezept: Tomatenmix	56
Rezept: Brokkoli	57
Rezept: Grüner Spargel	58

## Standards

Editorial	03
Einfach Pizza-Shop	32
Einfach Pizza-Standard-Teige	60
Vorschau/Impressum	62

# Ah-beetz

## Die Unterschätzte: New-Haven-Style-Pizza

New Haven nennt sich gern selbst Pizza-Hauptstadt. Das ist vielleicht etwas hoch gegriffen, aber zumindest darf sich die Stadt im US-Ostküsten-Bundesstaat Connecticut rühmen, es mit einer sehr eigenen Pizza-Kreation zur Bekanntheit gebracht zu haben. Zumindest in den USA, wo praktisch jeder New-Haven-Style-Pizza kennt. Hierzulande ist diese Variante hingegen weit weniger geläufig. Die sogenannte Apizza – ausgesprochen Ah-beetz beziehungsweise Ah-biez – ist eine Thincrust-Pizza, mit dünnem, leicht angebranntem Rand. Und sie ist alles, aber selten richtig rund. Wer also mit dem Formen einer runden Pizza auf Kriegsfuß steht, für den ist Ah-beetz vielleicht die Lösung.

Text: Christoph Bremer

Bilder: Jan Schnare

Die Geschichte der New-Haven-Style-Pizza reicht zurück bis ins Jahr 1925, als Frank Pepe, ein italienischer Einwanderer, seine erste Pizzeria in der Stadt eröffnete. Frank Pepe's Pizzeria Napoletana ist bis heute eine der bekanntesten Pizzerien in den USA und hat den Grundstein für den Erfolg des New-Haven-Styles gelegt. Seitdem haben sich weitere Pizzerien in der Stadt etabliert, die den einzigartigen Stil weiterentwickelt und verfeinert haben. Die meisten davon tummeln sich um die Wooster Street, so wie Sally's Apizza, der neben Frank Pepe wohl bekanntesten New-Haven-Pizzeria.

Pepe hat nicht nur einen Pizza-Stil, sondern mit diesem auch echte Klassiker geschaffen. Berühmt ist seine White Calm Pizza mit Pecorino und Venusmuscheln. Ein weiterer Klassiker ist die Tomato-Pie, nur mit Tomatensoße und Oregano. Kommt noch Mozzarella hinzu, wird sie Mooz (gesprochen Muhs) genannt.

Die New-Haven-Style-Pizza unterscheidet sich deutlich von einer

klassischen Napolitana. Aber auch mit einer New-Yorker Pizza hat sie trotz ihrer Nähe zu der US-Metropole wenig gemein. Sie wird per Hand komplett dünn ausgebreitet, auch am Rand. Dabei wird wenig darauf geachtet, dass sie schön rund ist. Ganz im Gegenteil. Gebacken wird sie ursprünglich in speziellen Kohleöfen bei relativ hohen Temperaturen um 350 °C bis 400 °C. Sie bleibt etwas länger im Ofen als eine neapolitanische Pizza, wodurch sie knuspriger wird und der Rand bereits leicht verbrannt ist. Geschnitten wird sie recht unkonventionell, nicht in klassische Pizzadreiecke, sondern ziemlich wahllos.

Apizza ist mittlerweile auch außerhalb von Connecticut populär. Pizzerien in verschiedenen Teilen der USA haben diesen Stil adaptiert und ihre eigenen Interpretationen davon kreiert. In einigen Städten kann man nun auch in den Genuss einer authentischen Apizza kommen, ohne nach Connecticut reisen zu müssen. In Europa ist sie weniger bekannt, aber das darf sich gerne ändern. ●



# Apizza

## Schritt-für-Schritt

### Zutaten für den Teig

für 6 Pizzen

- 1.000 g Mehl
- 680 g Wasser
- 20 g Salz
- 2 g Hefe
- 20 g Salz
- 30 g Olivenöl
- 5 g enzymaktives Malzpulver (optional)

### Zutaten für den Belag

pro Pizza

- 80 bis 100 g Tomatensugo
- 1 g Salz
- 80 g Mozzarella (dünn geschnitten)
- 20 g Pecorino
- Blätter von ca. 4 Stängeln Oregano

### Vorbereitung

Alle Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben und in der Knetmaschine zunächst 5 Minuten mischen. Danach auf schnellerer Stufe weitere 10 bis 15 Minuten kneten. Den Teig abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen, optional nach 30 Minuten einmal dehnen und falten. 6 gleich große Ballen formen und für 18 bis 20 Stunden in den Kühlschrank geben.

Für das Sugo hochwertige Dosentomaten fein hacken, salzen und etwas durchziehen lassen.

Den Teig 4 bis 5 Stunden vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und bei Raumtemperatur stehen lassen.

### Schritt-für-Schritt

1. Teig in ein Bett aus Semola legen, zum Beispiel in einer Auflauf- oder Backform, und von beiden Seiten damit bedecken.
2. Den Teig im Semola zunächst am Rand, anschließend von der Mitte zum Rand hin flachdrücken.
3. Teig umdrehen und den Vorgang wiederholen.
4. Den Teig nun auf die Arbeitsfläche legen, erneut erst am Rand und dann in der Mitte flachdrücken.
5. Mit einem Stipproller oder einer Gabel einstechen.
6. Tomatensoße mit einer Kelle von der Mitte aus gleichmäßig auf der Pizza verteilen.
7. Die Tomatensoße sollte die Pizza fast bis zum Rand bedecken.
8. Mit den dünnen Mozzarellascheiben komplett belegen.



9. Den Pecorino drüberstreuen.
10. Oregano-Blätter von den Stielen zupfen und auf der Pizza verteilen.
11. Olivenöl in einem dünnen Strahl über die Pizza geben.
12. Die fertig belegte Pizza auf einen Schieber ziehen oder ihn mittels einer schnellen Bewegung unter den Teig bringen.
13. Die Pizza auf dem Schieber noch etwas auseinanderziehen. Auf eine perfekte Rundung muss dabei nicht geachtet werden. Im Pizzaofen bei 350 °C etwa 5 bis 6 Minuten backen. Alternativ im Haushaltssofen auf einem Backstahl bei maximaler Temperatur 8 bis 10 Minuten backen. ●







# White Seafood

White Clam ah-beetz ist mit der Tomato-Pie die wohl bekannteste New-Haven-Style-Pizza, kreiert vom italienischen Immigranten Frank Pepe. Pecorino, frische Venusmuscheln, Knoblauch, Oregano und Olivenöl gehören auf diese Apizza. Da Venusmuscheln hierzulande nicht so häufig verfügbar sind – schon gar nicht frisch – haben wir das Rezept ein wenig angepasst.

Mit einer Pizza mit Muscheln, Käse, Knoblauch, Oregano und einem Schuss Olivenöl wurde Frank Pepe berühmt, sogar so sehr, dass seine „White Clam Pizza“ zur besten in den USA gewählt wurde. Pepe eröffnete seine Pizzeria 1925 und backte als einer der ersten im Ort im Holzkohleofen. Bei der **Einfach-Pizza**-Abwandlung von Pepes Klassiker nehmen wir zum Pecorino noch Scamorza hinzu, die Venusmuscheln ersetzen wir durch Meeresfrüchte.

## Zubereitung

New-Haven-Teig wie im Schritt-für-Schritt-Rezept beschrieben zubereiten.

Den Pecorino reiben und den Scamorza in dünne Scheiben schneiden.

Den frischen Oregano von den Stielen befreien, die Meeresfrüchte waschen, trockentupfen und mit etwas Saft einer Zitrone beträufeln.

New-Haven-Teig ausbreiten und mit den dünnen Scamorza-Scheiben bis fast zum Rand belegen. Geriebenen Pecorino drüberstreuen.

Eine Handvoll Meeresfrüchte auf der Pizza verteilen, Oregano drüberstreuen.

Olivenöl in einem dünnen Strahl auf die Pizza geben.

Im Pizzaofen bei 350 °C etwa 5 bis 6 Minuten backen. Alternativ im Haushaltsofen auf einem Backstahl bei maximaler Temperatur 8 bis 10 Minuten backen.

Die Pizza ist fertig, wenn sie am Rand leichte Verbrennungen aufweist. ●

## Zutaten

### pro Pizza

- Grundteig New-Haven-Style-Pizza
- 30 g Pecorino
- 100 g Scamorza (nicht geräuchert)
- Blätter von ca. 4 Stängeln Oregano
- 80 bis 100 g Meeresfrüchte
- Zitrone
- Olivenöl

# Potato-Pie

Kartoffeln auf Pizza? So ungewöhnlich ist das nicht. Auch in Neapel findet man Pizzen mit Kartoffeln, Kartoffelcreme und sogar Kartoffelchips. Bei der Potato-Pie handelt es sich einmal mehr um einen Apizza-Klassiker, den man in ähnlicher Form in New Havens Wooster Street bei Sally's Apizza findet, einer der bekanntesten Pizzerien der Stadt.

## Zutaten

### pro Pizza

- Grundteig New-Haven-Style-Pizza
- 1 große Kartoffel (festkochend)
- 2 Scheiben Bacon
- 20 g Pecorino
- 100 g Mozzarella (schnittfest)
- 20 g Oliven
- Olivenöl
- Rosmarin (optional)

Auch diese Pizza überzeugt durch ihre und saftige Konsistenz beim Belag, die in einem angenehmen Kontrast zu dem knusprig dünnen Teig steht. Vorsicht mit dem Bacon: Diese Pizza soll keine Schinkenpizza werden. Der Bacon dient als hintergründiger Geschmacksträger und sollte sparsam eingesetzt werden.

## Zubereitung

New-Haven-Teig wie im Schritt-für-Schritt-Rezept beschrieben zubereiten.

Kartoffel mit Schale je nach Größe etwa 15 Minuten kochen. Die Kartoffel sollte nicht roh, aber noch schön fest sein. Abkühlen lassen, pellen und in dünne Scheiben schneiden.

Bacon in einer Pfanne knusprig anbraten und auf einem Küchenpapier abkühlen lassen. In kleine Stücke reißen.

Den Pecorino reiben und den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.

New-Haven-Teig ausbreiten und mit den Mozzarella-scheiben bis fast zum Rand belegen. Geriebenen Pecorino drüberstreuen.

Die Kartoffeln über der Pizza bis zum Rand verteilen, sodass diese fast vollständig damit bedeckt ist. Dann den Bacon dazugeben.

Olivenöl in einem dünnen Strahl auf die Pizza geben.

Im Pizzaofen bei 350 °C etwa 5 bis 6 Minuten backen. Alternativ im Haushaltssofen auf einem Backstahl bei maximaler Temperatur 8 bis 10 Minuten backen.

Die Pizza ist fertig, wenn sie am Rand leichte Verbrennungen aufweist. ●





# Chicken- Ah-beetz

Auch diese Variante ist angelehnt an Frank Pepes Klassiker, die White Clam ah-beetz. Statt Meeresfrüchte – die sind nun mal nicht jedermanns Sache – wird die Pizza mit Zitronenhähnchen belegt. Dadurch wirkt sie genauso frisch wie das Seafood-Pendant.

Zitronenhähnchenschenkel aus dem Ofen sind an sich schon ein perfektes und gleichfalls einfaches Abendessen. Die Kombination aus saftigem Hähnchenfleisch, dem Aroma der Zitrone und den würzigen Kräutern ist einfach unwiderstehlich.

## Zubereitung

New-Haven-Teig wie im Schritt-für-Schritt-Rezept beschrieben zubereiten.

Hähnchenschenkel trockentupfen und in eine Auflaufform legen. Mit einem Schuss Olivenöl übergießen, anschließend die Kräuter drüberstreuen.

Zwei Scheiben Zitrone auf den Hähnchenkel legen. Zwiebel schälen, vierteln und in die Auflaufform legen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C etwa 20 Minuten backen. Abkühlen lassen und das Fleisch mit der Haut vom Knochen lösen und dabei in kleine Stücke reißen.

Den Pecorino reiben und den Scamorza in dünne Scheiben schneiden. Oliven in Ringe schneiden.

New-Haven-Teig ausbreiten und mit den dünnen Scamorza-Scheiben bis fast zum Rand belegen. Geriebenen Pecorino drüberstreuen.

Das Hähnchenfleisch auf der Pizza verteilen.

Olivenöl in einem dünnen Strahl auf die Pizza geben.

Im Pizzaofen bei 350 °C etwa 5 bis 6 Minuten backen. Alternativ im Haushalts-ofen auf einem Backstahl bei maximaler Temperatur 8 bis 10 Minuten backen.

Die Pizza ist fertig, wenn sie am Rand leichte Verbrennungen aufweist. ●

## Zutaten

### pro Pizza

- Grundteig New-Haven-Style-Pizza
- 1 Hähnchenschenkel
- 1 TL Kräuter der Provence
- 2 Zitronenscheiben
- 1 Zwiebel
- 20 g Pecorino
- 100 g Scamorza (nicht geräuchert)
- 20 g Oliven
- Olivenöl

# Besser als ihr Ruf

Was Hefe  
so besonders  
macht

Ohne Hefe müssten so manche Menschen auf Genuss verzichten. Sie ist die entscheidende Zutat für unzählige Genüsse – von Brot über Bier bis hin zu Prosecco. Und natürlich Pizza. Dennoch haftet ihr seit einigen Jahren ein schlechter Ruf an. Diesem Trend zuwider wurde die Backhefe 2022 zur Mikrobe des Jahres gewählt. Die Gründe dafür sind stichhaltig.

Immer wieder wird Schlechtes über sie erzählt: Hefe, egal ob trocken oder frisch, hat keinen guten Ruf. Ihr wird vieles vorgeworfen und das nicht immer komplett zu Unrecht. Dem zuwider wurde sie 2022 von der Vereinigung für Allgemeine und Angewandte Mikrobiologie (VAAM) zur Mikrobe des Jahres gewählt. Denn trotz der negativen Wahrnehmung vollbringen Hefen kulinarische Heldentaten. Mit der Ehrung will die Organisation auf den Wert der Hefe für die menschliche Ernährung aufmerksam machen und deren Wichtigkeit für Ökologie, Medizin, Technik, Lebensmittelwirtschaft und Forschung zeigen. Damit folgt die Hefe so namhaften Mikroorganismen wie dem Laktobazillus oder dem Rhizobium mit der seit 2014 verliehenen Auszeichnung.

Zirka 700 Hefearten mit mehr als 5.000 Stämmen sind laut Forschung bekannt. Die geehrte Backhefe zählt zu den einzelligen Pilzkulturen, die sich durch Teilung kontinuierlich vermehren. In der menschlichen Nahrungsproduktion spielt die „*Saccharomyces cerevisiae*“, so der Fachbegriff der Backhefe, eine herausragende Rolle. Übersetzt bedeutet die Fachbezeichnung Zuckerpilz, was auf die Hauptnahrungsquelle der Kultur abzielt.

Hefebakterien werden bereits seit Jahrtausenden zur Herstellung von Grundnahrungsmitteln genutzt. Forschungen haben gezeigt, dass Hefen schon vor mehr als 10.000 Jahren zum Einsatz kamen. Im Alten Rom gab es sogar den Beruf des Hefners, der sich explizit um die Pflege und Produktion der Hefe kümmerte. Erst im 17. Jahrhundert wurden Hefebakterien allerdings durch ein Vergrößerungsglas sichtbar. Der niederländische Tuchhändler Antoni van Leeuwenhoek baute aus Interesse ein einfaches Mikroskop und begann, sich Dinge





genauer anzuschauen. Unter die Lupe kamen Läusepfoten, Bienenstachel und Bläschen auf Oberflächen. Als er wissen wollte, was sich so im Bier rumtreibt, sah er Hefen, bestehend aus winzigen Kügelchen, die zu mehreren auftraten. Komplette sicher war sich Leeuwenhoek aber nicht. Erst Chemiker Louis Pasteur gelang es dann 200 Jahre später, den Stoffwechsel der Mikroorganismen als eigentliche Ursache der Gärung in Bier und Teig zu erkennen. Nach dieser Entdeckung konnte Pasteur mit seinen Experimenten beweisen, dass die im Teig vorhandenen Hefen lebendige Wesen mit bestimmtem Stoffwechselverhalten sind. Er zeigte auch, dass ohne Hefe keine Fermentation stattfinden kann.

## Stoffwechselprozesse der Hefe

Hefen gedeihen überall, wo Kohlenhydrate wie Zucker oder Stärke vorhanden sind. Sie befinden sich auf Früchten, auf der Haut – auf allen organischen Oberflächen. Man nennt diese natürlich vorkommenden auch „wilde“ Hefen. Werden aus ihnen unter kontrollierten Bedingungen jene mit den besten Eigenschaften gezielt industriell gezüchtet und bei der Herstellung von Lebensmitteln wie Getränken eingesetzt, spricht man von Kultur- oder

Reinzuchthefen. Um sich zu vermehren, benötigen Hefen immer Energie, also Nahrung. Für deren Aufnahme gibt es zwei Wege: die Zellatmung und alkoholische Gärung.

Im ersten Fall wird Zucker durch Zellatmung in Kohlendioxid, Wasser und Energie umgewandelt. Hier arbeiten die Mikroorganismen mit Sauerstoff, der Stoffwechsel wird also durch Oxidation möglich. Die alkoholische Gärung findet hingegen anaerob, also ohne Sauerstoff, statt. In diesem Prozess werden die Kohlenhydrate, unter anderem Glucose (Traubenzucker) und Fructose (Fruchtzucker), durch die in der Hefe enthaltenen Enzyme zu Alkohol und Kohlendioxid vergoren. Der entstandene Alkohol ist giftig für viele andere Mikroorganismen und eliminiert somit Nahrungskonkurrenten der Hefe.

## Verwendung

Hefen spielen überall da eine zentrale Rolle, wo fermentiert oder vergoren wird. Die Backhefe wurde erstmals 1888 von Botaniker Emil Christian Hansen isoliert. Hauptsächlich kommt sie bei der Produktion von alkoholhaltigen Getränken und in Gebäcken zum Einsatz. Hefen sind essentiell bei der Herstellung von Backwaren. Das Wasser im Teig aktiviert die Mehl-eigenen Enzyme. Sie beginnen, Stärke aus dem Mehl zu Zuckern abzubauen. Diese Zucker sind Nahrung für die Hefen und werden verstoffwechselt. Dadurch vermehren sich die Hefen und produzieren durch ihren Stoffwechsel Kohlendioxid und Alkohol. Das Kohlendioxid lockert den Teig, der Alkohol gibt Aroma, verdampft aber während des Backprozesses.

## Gesundheitliche Vorteile

Gelegentlich ist zu lesen oder hören, Hefe sei „ungesund“ und hätte keinen Vorteil für den menschlichen Körper. Ihr wird nachgesagt, für Menschen unverträglich zu sein. So schlecht wie ihr Ruf, sind die Mikroben aber bei weitem nicht. Zwar gibt es Menschen mit Hefe-Allergie oder -Unverträglichkeit, die sie tatsächlich meiden müssen, aber in der Breite ist Hefe selbst nicht das Problem. Im Gegenteil enthält sie wertvolle Inhaltsstoffe: Neben verschiedenen Vitaminen wie B1, B2 oder B6 und Mineralstoffen wie Kalium, Natrium, Kalzium, Magnesium und Eisen, auch Spurenelemente und Aminosäuren. Sie wirken sich positiv auf den Stoffwechsel und die Darmflora aus und fördern das Immunsystem. Biotin sowie Folsäure stärken Haut, Haar und Nägel.

Missverständnisse haben aus der Hefe eine umstrittene Zutat gemacht, die für Backwaren von minderer Qualität, kürzerer Haltbarkeit und schlechterer Verträglichkeit steht. Gelogen ist das Ganze nicht, aber vermeidbar. Der Schlüssel ist die Dosierung. Große Hefemengen





im Teig sorgen für eine sehr schnelle Gare, also eine kurze Fermentation. Dem Mehl bleibt zu wenig Zeit, um gründlich mit dem Wasser zu verquellen. Das Aroma eines Pizzateigs bleibt flach, er schmeckt praktisch nach nichts. Das wiederum wird häufig durch die Zugabe von mehr Salz ausgeglichen, was die Qualität des Teigs nochmals verschlechtert.

Mit der Verringerung des Hefeanteils lässt man dem Teig mehr Zeit für die Fermentation. Das sorgt für erheblich mehr Aroma und die schwer verdaulichen Getreide-Bestandteile werden abgebaut. Das sorgt für erheblich bessere Verträglichkeit.

Lange galten FODMAPs als Auslöser des Unwohlseins nach dem Verzehr von Teigwaren. Dabei handelt es sich um Kohlenhydrate und Zuckeralkohole, die für Menschen schwer verdaulich sind. Sie wandern unverdaut durch den Darm und werden dort von Bakterien fermentiert, das löst die Blähungen aus, die man auch nach besonders FODMAP-haltigen Lebensmitteln wie Zwiebeln oder Hülsenfrüchten kennt. Neuere Forschungen zeigen aber, dass der FODMAP-Gehalt im Pizzateig zu jeder Zeit so gering ist, dass solche Gebäcke per Definition zu einer FODMAP-armen Ernährung passen.

Was aber nun letztlich das Unwohlsein nach dem Konsum von vor allem Weizenteigen auslöst, wird noch immer untersucht. Die Forschung steckt in den Kinderschuhen. Die Erfahrung zeigt nur: Längere Teigfermentation erhöht die Verträglichkeit. Und die erreicht man durch geringeren Hefe-Einsatz. Bereits 0,1 bis 0,5 Prozent Frischhefe, gerechnet auf die Mehlmenge, reichen aus, um hervorragende Pizzateige zu backen. Setzt man auf Trockenhefe, genügt aufgrund ihrer Konzentriertheit ein Drittel der Frischhefe-Menge.

## Forschung und Entwicklung

Hat man Reinzuchthefen bislang durch Selektion unter Laborbedingungen aus Wildhefen gezüchtet und kultiviert, geht es in Zukunft wohl auch ans Genom der Mikroorganismen. Bei der genetischen Weiterentwicklung von Hefen gibt es bereits erprobte Methoden, um ihre Eigenschaften dem jeweiligen Verwendungszweck anzupassen. So ist das Ziel bei Backhefe zum Beispiel, Gärzeiten von Teigen zu verkürzen und die Teigstabilität zu verbessern. Die Optimierung der Bierhefe soll hingegen Geschmacksstabilität gewährleisten und weniger Rückstände beim Filtrieren erzeugen. Bei der Weinhefe geht es um die Optimierung von Gärprozessen und Aroma.

Das Hefegenom wurde in den letzten Jahrzehnten intensiv beobachtet und erkundet. An seiner Sequenzierung beteiligten sich mehr als 600 Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen aus aller Welt. Mehr als 5.800 Gene wurden definiert. Sie sollen so angepasst werden, dass sie positiv auf den menschlichen Organismus wirken. Das würde dabei helfen, Arzneimittelwirkstoffe, Spezialchemikalien, Enzyme oder Aromen zu für verschiedene Anwendungsgebiete zu optimieren. So hat man bereits Insulin-produzierende Hefen kreiert, die bei der Diabetes-Therapie zum Einsatz kommen können.

Auch wenn aus wissenschaftlicher Sicht positive Prognosen zur genetischen Weiterentwicklung gibt, liegt die vollständige Optimierung des Hefegenoms noch in ferner Zukunft. Solche wissenschaftlichen Meilensteine werden den Ruf der Hefe kaum verbessern. Was man tragisch finden kann, denn Backhefe ist ein exzellentes Triebmittel, mit dem sich – richtig dosiert – hervorragende Teige herstellen lassen. Nicht umsonst fiel die Wahl der Mikrobe des Jahres 2022 auf einen Mikroorganismus, der es wahrlich verdient hat. ●

Mit einem Durchmesser von 35 Zentimetern ist das Pizzabrett „Salerno“ aus Eiche perfekt für eine frisch gebackene Pizza geeignet. Die Pizza ist meist zu groß für einen normalen Teller und ragt darüber hinaus. Auf dem Pizzabrett kann man die Pizza ofenfrisch servieren und direkt auf dem Teller schneiden. [www.waldispizza.de](http://www.waldispizza.de)



# Newtz

In Ausgabe 01/2023 von Einfach Pizza haben wir eine Margherita-Variante mit Chili-Crunch vorgestellt. Passend dazu gibt es von Firelli jetzt ebenfalls ein kerniges Chili-Topping. Der Preis für das 200-Gramm-Glas: 8,99 Euro. [www.pizza1.de](http://www.pizza1.de)



Für die mobile Outdoorküche oder die temporäre Erweiterung der Möglichkeiten zu Hause sind die Edelstahlklapptische von GGM-Gastro optimal geeignet. Die Oberfläche eignet sich perfekt für das Zubereiten von Pizzen. Auch ein Ofen findet auf den 60 Zentimeter tiefen Tischen Platz. Die Klapptische gibt es in verschiedenen Größen von einem bis zwei Meter. Der Preis: ab 120,- Euro. [www.ggm-gastro.com](http://www.ggm-gastro.com)

Ein bisschen Semola landet fast immer auf dem Stein. Damit man dieses auch während des Backens entfernen kann, benötigt man eine entsprechend hitzebeständige Bürste. Die Gesamthöhe der Reinigungsbürste für Pizzaöfen von tomishop beträgt nur 6 Zentimeter. Damit lassen sich auch Öfen mit niedrigen Kammern gut reinigen. Die Messingborsten ermöglichen eine schnelle und effiziente Reinigung des Biscotto oder Schamottsteines von Speiseresten, Mehl oder Asche. Ideal auch für alle Pizzaöfen von EffeUno. Der Preis: 79,90 Euro.

[www.tomishop.de](http://www.tomishop.de)





Die neue Tabasco-Sriracha-Sauce passt wunderbar zu Burgern, Pommes, Pasta oder Reisgerichten – und natürlich auch als Topping für eine Pizza. Mit ihrer süß-scharfen Chili-Knoblauch-Note ist sie milder als die normale Tabasco-Sauce. Die 256-ml-Squeeze-Flasche kostet 4,89 Euro. [www.tabasco.de](http://www.tabasco.de)

Rund, in der Regel mit Tomatensoße und Käse. Das sind die Rahmendaten einer Pizza. Doch warum nicht den Geschmack mal anders verpacken? Entweder in verschiedensten Formen, wie bei der schmackhaft gefüllten Pizzasonne, als Muffins, Waffeln, Brezeln oder Burger, oder ganz ohne Teig als Pizza-Suppe oder vegetarischer Pizza-Dip. Wie wäre es mit einer Pizzatorte zum Geburtstag oder Pizza-Chips und -Popcorn für einen gemütlichen Filmabend zu Hause? Fingerfood und kleine Snacks wie Pizzaschnecken, -Kringel, -Sticks oder -Donuts sind ideal für jede Party. Pizza mal ganz anders verspricht das Buch „Crazy Pizza“ von Veronika Pichl. 128 Seiten, ISBN: 978-3-7423-2272-2. Der Preis beträgt 18,- Euro. [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)



Anzeigen



Jetzt abonnieren und keine Ausgabe mehr verpassen

Service-Hotline  
040/42 91 77-110

[www.speisekammer-magazin.de](http://www.speisekammer-magazin.de)



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)

Ein wenig Pizzagewürz in der Tomatensoße oder als Topping auf dem Lieblingsbelag? Manchmal soll eine Pizza einfach mehr Bums haben. Wenn es schnell gehen soll, hilft eine Mischung wie diese, bestehend aus Oregano, Paprika, Basilikum, Thymian, Pfeffer und Meersalz. Der Preis für die 22-Gramm-Dose beträgt 8,90 Euro. [www.rosemary-co.de](http://www.rosemary-co.de)



Ein Schuss Öl rundet das Aroma fast jeder Pizza ab. Wer es etwas geschmacksintensiver mag, für den ist das Trüffel-Öl der Trüffelmanufaktur genau das Richtige. Dieses Öl

auf Sonnenblumenbasis ist mit 10 g Trüffeln verfeinert, sehr intensiv und sehr ergiebig. Das 90-ml-Fläschchen kostet 20,- Euro. [www.dietruffelmanufaktur.de](http://www.dietruffelmanufaktur.de)

Eigentlich stehen sie ein bisschen im Gegensatz zur Philosophie von Ooni: Backmischungen. Nun hat der Ofenhersteller aber zwei verschiedene Pizzamischungen vorgestellt: Für Pizza Neapolitana und New-York-Style. Wer also mit der Teigherstellung auf Kriegsfuß stand und sich erstmal nur auf die Verbesserung der Back-Skills konzentrieren möchte, für den sind das vielleicht die passenden Helfer. Eine Backmischung reicht für 4 große Pizzen. Der Preis: 7,50 Euro. [www.ooni.com](http://www.ooni.com)



Oliven als Gewürz? Mit Oelstaub bringt man nicht nur Farbe, sondern auch eine Extraportion Geschmack auf die Pizza. Oelstaub ist eine leckere und gesunde Produktinnovation: erst werden griechische Oliven mit mediterranen Kräutern mariniert, dann dehydriert und zum Schluss zerkleinert. So kann man sie leicht streuen. Das 70-Gramm-Glas kostet 6,30 Euro. [www.oel-berlin.de](http://www.oel-berlin.de)

Beste San-Marzano-Tomaten, Caputo-Mehl und Trockenhefe. Mit dem Pizza-Set von Delicret hat man schon einmal ein paar wichtige Grundzutaten beisammen. Der Preis für 2 Kilogramm Mehl, 5 Dosen Tomaten und die Hefe und einen kleinen Rezept-Flyer beträgt 23,95 Euro. Dank der hochwertigen Verpackung auch ideal als Geschenk geeignet. [www.delicret.com](http://www.delicret.com)

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.

 @1fachpizza  
 /1fachpizza  
 /1fachpizza



Anzeige

# HOL DIR DEN ITALIENISCHEN PIZZA DUFT NACH HAUSE



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



[WALDISPIZZA.DE](http://WALDISPIZZA.DE)



Text & Bilder:  
Christoph Bremer

# Duell in der

G3Ferrari Delizia vs. Ooni Koda 12



# *Einsteigerklasse*



Kaum ein anderes Thema beschäftigt angehende Hobby-Pizzaioli wohl so sehr wie die Wahl des Ofens. Und nicht jeder kann oder will sich ein Gerät für knapp 1.000,- Euro oder mehr leisten. Wir haben uns mit dem G3Ferrari Delizia und dem Ooni Koda 12 zwei Einsteiger-Öfen angesehen und die Ergebnisse verglichen. Zugegeben, ein etwas ungleiches Duell. Nicht nur, weil es sich einmal um einen Gas- und einmal um einen Elektroofen handelt. Der Ooni ist auch mehr als dreimal so teuer wie der G3. Dennoch lohnt sich ein Vergleich, denn beide Öfen sind in ihrem Segment klassische Einsteiger-Produkte.

Für unseren Vergleich kamen die exakt gleichen Zutaten zum Einsatz. Der Teig nach unserem Standard-Rezept für „24 bis 48 Stunden“ (Seite 61) mit 68 % Hydratation und dem neuen Mehl „Andante“ der Biomühle Eiling. Für das Sugo haben wir San Marzano-Tomaten aus der Dose von Solania (erhältlich über [delicret.de](http://delicret.de)) verwendet. Außerdem Fior di Latte von der Latteria Sorrentina (erhältlich bei [waldispizza.de](http://waldispizza.de) oder [pizza1.de](http://pizza1.de)), frisches Basilikum und etwas Olivenöl für das Finish.

### G3Ferrari

Gucken wir zunächst auf den G3Ferrari. In der Form ähnelt er einem zu großen Waffeleisen. Er ist kompakt und passt damit auch in kleine Küchen, bietet aber genug Größe für eine Pizza mit einem Durchmesser bis knapp 30 Zentimeter. Eingeschoben wird die Pizza mittels des im Lieferumfang enthaltenen, zweiteiligen Pizzaschiebers. Mit diesem legt man die Pizza auf den Stein und zieht die beiden Teile an den jeweiligen Griffen zur Seite weg. Das geht kinderleicht. Damit ist auch garantiert, dass die Pizza nicht zu groß für den Ofen ist. Denn passt sie nicht auf den Schieber, passt sie auch nicht in den Ofen. Aufgeheizt ist das Gerät in gut 10 Minuten. Dann erreichte unser Testgerät eine Temperatur auf dem Stein von 380 °C. Es empfiehlt sich, den Ofen auf Stufe 2,5 aufzuheizen und ihn nach dem Einschießen der Pizza auf die höchste Stufe 3 zu drehen. Die Backzeit pro Pizza beträgt etwa 5 Minuten. Danach sollte man den Ofen wieder 2 bis 3 Minuten auf Temperatur kommen lassen, bevor man den nächsten Backvorgang startet.

Die Ergebnisse können sich wahrlich sehen lassen. Der Pizzarand geht wunderbar auf und mit ein bisschen Übung bekommt man auch eine schöne Bräune hin. Die Ergebnisse ähneln denen aus einem Haushaltsbackofen unter Verwendung eines Backstahls. Für den G3Ferrari spricht dann aber vor allem der geringe Stromverbrauch. Nur 0,4 kWh standen nach einer Stunde Backbetrieb auf der Uhr. Ein Haushaltsofen dürfte in der Zeit gut das Doppelte verbrauchen. Zudem muss letzterer sehr viel länger aufgeheizt werden, was den Verbrauch dann noch einmal erhöht.



	G3 Ferrari Delizia	Ooni Koda 12
Preis-Leistung:	★ ★ ★	★ ★ ★
Empfehlungsfaktor:	★ ★ ★	★ ★ ★
Gewicht:	4,5 kg	9,25 kg
Betriebsart:	Elektrisch	Gas
Leistung:	1,2 kW	4 kW
Maximal-Temperatur:	400 °C	500 °C
Preis:	ca. 90,- Euro	ca. 320,- Euro
Internet:	<a href="http://www.pizzaofen-g3ferrari.de">www.pizzaofen-g3ferrari.de</a>	<a href="http://www.ooni.com">www.ooni.com</a>

## Ooni Koda 12

Der Koda 12 ist Oonis Einstiegsgerät in die Welt der Gasöfen. Seine Backfläche reicht für Pizzen mit einem Durchmesser von 30 Zentimeter. Das Gerät ist sehr gut verarbeitet, wirkt in allen Belangen hochwertig und verspricht eine lange Haltbarkeit. Der Koda 12 ist äußerst kompakt und mit seinen gut 9 Kilogramm leicht zu transportieren. Die Füße sind zudem einklappbar, was äußerst praktisch ist. Der Ofen ist damit auch gut auf dem Balkon einer Stadtwohnung zu betreiben, lässt sich im Wohnmobil mitnehmen oder kann einfach zu Freunden in den Garten für einen Pizza-Abend mitgebracht werden. Im Innenbereich sollte man ihn definitiv nicht betreiben. Auch bei geöffneten Türen und Fenstern können die Verbrennungsgase nicht sicher abgeleitet werden. Als Folge verbreitet sich Kohlenmonoxid unbemerkt im Raum. Das kann tödlich enden. Draußen besteht diese Gefahr hingegen überhaupt nicht. Das Gerät wird mittels Drehrad und Piezo-Zündung angemacht. Mit ein bisschen Übung hat man den Dreh hier im wahrsten Sinne des Wortes schnell raus. Erstaunlich ist die kurze Zeit, die der Koda 12 zum Aufheizen benötigt. Eine Temperatur jenseits der 400 °C hatte unser Testgerät bereits nach knapp 15 Minuten erreicht. Andere Gasöfen brauchen aus unserer Erfahrung hier deutlich länger. Die Flamme befindet sich am hinteren Ende des Ofens. Dort ist somit auch die größte Hitze. Die Pizza wird also von nur einer Seite gebräunt. Das hat zur Folge, dass man sie häufig drehen muss. Das erfordert ein wenig Übung und man benötigt einen Pizzaschieber. Den sollte man beim Budget einberechnen. Ebenso einen Pizzaschieber, der nicht im Lieferumfang enthalten, aber zwingend notwendig ist.

Zusammen mit dem Ofen kratzt man damit bereits an der 400,- Euro-Marke. Man macht damit aber auch qualitativ keine Abstriche, wenn man den Ooni mit Gasöfen gleicher Größe anderer Hersteller vergleicht, die teilweise gut 100,- Euro günstiger zu haben sind. Und man bekommt einen Ofen, der ganz hervorragende Ergebnisse liefert. Nachdem man sich ein bisschen mit den Eigenschaften des Ofens angefreundet hat, weiß, wie schnell die Pizza gedreht werden muss und man aufpasst, sie nicht zu dicht an das vor der Flamme befestigte Blech zu schieben, macht das Backen mit dem Koda 12 einfach richtig Spaß. ●



- 🔥 Pizzaofen, Holzbackofen, Backhaus
- 🔥 Ofen-Bausätze oder fix und fertig
- 🔥 Befeuerung 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.



## *Im Ofen gebacken*

Ein Ergebnis, wie man es von einer Pizza Napoletana erwarten kann. Ein fluffiger Rand mit den typisch dunklen Flecken. Im Inneren des Randes sieht man eine wunderschöne Porung. Zur Mitte hin ist die Pizza saftig, ohne durchgeweicht zu sein. Sie neigt sich, wie es sich für eine Napoletana gehört, beim Hochnehmen nach unten. Der Käse ist in seiner Struktur weiterhin gut erkennbar und auch nicht braun geworden. Nachdem die Pizza bei einer Temperatur von 425 °C auf dem Stein in den Ofen geschossen wurde, haben wir die Temperatur auf Minimum gedreht. Zwischen den Backvorgängen haben wir dem Ofen 5 Minuten auf voller Pule zum Aufheizen gegönnt. Die Backzeit betrug knapp 90 Sekunden, dabei musste die Pizza mehrfach gedreht werden.





## *Im G3Ferrari Delizia gebacken*

Im G3 geht der Rand erstaunlich gut auf und ist wunderbar fluffig. Auch im Inneren finden wir eine wirklich ansehnliche Porung. Die Bräunung ist solide, aber nicht ganz so schön wie im Ooni. Dafür fehlt es dem Ofen ein wenig an Temperatur. Etwas bessere Ergebnisse erzielt man mit ein wenig kleineren Pizzen. Unsere Teigballen hatten ein Gewicht von etwa 275 Gramm, empfohlen würden wir 200 bis maximal 250 Gramm. Durch eine längere Backzeit ist auch der Käse komplett zerlaufen und gebräunt. Um das zu verhindern, kann man den Käse nach etwas mehr als der Hälfte der Zeit hinzufügen, die Pizza also ohne Käse vorbacken. Auch der Boden ist aufgrund der längeren Backzeit kross, was viele geschmacklich aber sogar bevorzugen. Die Backzeit betrug 5 Minuten.



# Einfach Pizza Shop

[www.1fachpizza.de/einkaufen](http://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 Brotteigs 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
- Antihafbeschichtung
- Hochwertiges Material aus teflonbeschichtetem Silikon
- 100% lebensmittelecht
- Lieferumfang: 3 Matten

24,95 Euro



## CASO GourmetVAC 280 vollautomatisches Vakuumiersystem 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 Stoptaste 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

## „Vakuumier-Boxen VacBoxx EcoSet“

Stapelbares Vakuumbehälter-Set aus Glas mit Kunststoffdeckel für eine platzsparende Aufbewahrung. Für eine längere Haltbarkeit von Lebensmitteln mit Hilfe eines Vakuumiergerätes. 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. ●



# 5 vermeidbare Fehler bei der Teigherstellung

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. Kaum jemand weiß daher so gut, welche Fehler bei der Teigherstellung am häufigsten vorkommen.

## 1. Teig zu klebrig

Ein zu klebriger Teig hat selten nur eine Ursache. Gehen wir einmal auf die zwei am häufigsten gemachten Fehler ein: In den meisten Fällen liegt es an der falsch gewählten Hydratation. Jedes Mehl kann Wasser nur in gewisser Menge binden. Wie viel ein Mehl binden kann, hängt vom W-Wert und dem Proteingehalt ab. Ist der Teig zu klebrig und will partout nicht zu einer homogenen Masse werden, sollte man prüfen, ob das eingesetzte Mehl überhaupt die zugeführte Menge an Flüssigkeit binden kann. Zur Hydratation zählt übrigens nicht nur Wasser, sondern auch alle anderen Flüssigkeiten wie zum Beispiel Öl. Zweite Möglichkeit: der Teig ist überknetet. Das erkennt man daran, dass der Teig bis zu einem gewissen Punkt schon ausgeknetet und straff war und dann im Knetprozess wieder klebrig wurde. Gerade im Sommer, wenn durch die warme Umgebung auch der Teig schnell zu warm wird (über 25 °C) ein nicht selten anzutreffendes Problem.

## 2. Teig hat keine Spannung

Dafür gibt es zahlreiche Ursachen. Meistens beginnen die Probleme schon beim Start der Teigführung. Wer keine Erfahrung darin hat, Teige zu kneten, kann erstmal schwer abschätzen, wie lange man den Teig von Hand oder mit der Maschine bearbeiten muss. Rettung bei Teigen ohne Spannung bringt dann oftmals Stretch and Fold. Nicht wenige Teige erhalten erst durch mehrere Stretch-and-Fold-Vorgänge ihre Spannung und Homogenität. Als Stretch and Fold bezeichnet man das Dehnen und Falten von Teig. Durch das mehrfache Auseinanderziehen und wieder Zusammenlegen bekommt der Teig mehr Struktur und Spannung. Gerade ohne Einsatz von Spiralknetern oder anderen Profimaschinen, wie Zweiarmtauchknetern, ist diese Methode sehr zu empfehlen. Stretch and Fold kann in den ersten 50 Prozent der Stockgare angewendet werden. Darüber hinaus sollte der Teig ruhen und nicht mehr belastet werden.

## 3. Ballen gehen nicht auf

Auch hier gilt: Es gibt einige Möglichkeiten, warum ein Ballen nicht aufgeht. Aus der Erfahrung unserer Facebook-Gruppe können wir sagen, dass es den meisten Teigen dann an Trieb fehlt. Vielleicht wurde die Hefemenge zu gering angesetzt. Oder die Ballen stehen im Keller oder im Kühlschrank bei zu niedriger Temperatur. Altes, überlagertes Mehl kann ebenfalls für die fehlende Triebkraft verantwortlich sein. Auch überkneteten Teigen mangelt es an Triebkraft und sie verlieren ihre Spannung. Wichtig ist es, die Faktoren zu prüfen. Pizza ist keine Wissenschaft, die Einflussfaktoren zu kennen, ist aber immer wichtig.



## 4. Teig lässt sich nicht ausbreiten und zieht sich zusammen

Vermutlich wurde hier der Teig zu kühl gelagert. Niedrige Temperaturen hemmen die Aktivität der Hefe. Bei sehr kalter Lagerung (z.B. kühlerer Keller im Winter) sollte man die Hefemenge dementsprechend erhöhen. Tipp: Im Voraus mit einem Thermometer die Umgebungstemperatur des Lagerraums bestimmen und bei dem Rezept mit einbeziehen. Ein weiterer Grund kann eine zu kurze Stückgare sein. Die Ballen sollten genug Zeit haben, sich zu entspannen. Eine Stückgare von 3 bis 6 Stunden ist daher empfehlenswert.



## 5. Rand geht beim Backen nicht auf

Auch hierfür kann es mehrere Gründe geben. Die verwendete Hefe hat vielleicht nicht mehr genug Triebkraft. Frischhefe sollte maximal 10 bis 14 Tage alt sein. Trockenhefe ist dagegen mehrere Monate haltbar, aber auch sie kann etwas an Kraft verlieren. Eventuell war aber auch der Ofen nicht genügend vorgeheizt oder der Ofen schafft die für einen Rand wie bei einer neapolitanischen Pizza erforderlichen Temperaturen jenseits der 400 Grad nicht.



**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 Pizzaliebhabern 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.



*In der Ruhe  
liegt die Kraft*



# Pizzamehl „Andante“ von der Biomühle Eiling

Text & Bild:  
Christoph Bremer

Caputo, Dallagiovanna, Pizzuti. Die italienischen Mühlen und ihre speziellen Pizzamehle sind den meisten Hobby-Pizzaioli hinlänglich bekannt. Spätestens bei einer kurzen Internetsuche landet man bei einer dieser Marken. Doch auch heimische Mühlen bieten tolle Mehle für eine perfekte Pizza an. Am bekanntesten ist sicher das Farina 14 der Frießinger Mühle. Auch Drax hat ein spezielles Pizzamehl im Angebot. Ganz neu ist das „Andante“ der Biomühle Eiling aus Warstein.

Gemahlen wird das proteinreiche Weizenmehl aus hochwertigem und kleberstarkem Bioweizen aus Deutschland. Verfeinert wird es mit Weizenkeimen. Als Zusatzstoff wird Acerolapulver hinzugefügt. Dieses natürliche Vitamin C sorgt für ein besseres Klebergerüst, entsprechend für einen geschmeidigen und noch voluminöseren Teig. Daher ist dieser natürliche Zusatzstoff aus unserer Sicht auch völlig unbedenklich. „Wir hätten dennoch gerne darauf verzichtet“, so der Müller und mit seinem Bruder gemeinsame Geschäftsführer Thorsten Eiling. „Ich wüsste von keinem Bioweizen, der die für Pizza nötigen Eigenschaften von Haus aus mitbringt“, erklärt Eiling, der das Mehl entwickelt hat.

Und in der Tat ist ihm mit diesem Mehl etwas richtig Gutes gelungen. Mit einem W-Wert von 320 und einem Proteingehalt von 13 Prozent hat das Mehl fast identische Werte wie das Cuoco von Marktführer Caputo. Es ist auch für einen ähnlichen Einsatzzweck gedacht, nämlich für eine längere Gare mit mindestens 24 Stunden oder mehr. Es lässt sich hervorragend

verarbeiten. So entsteht ein sehr geschmeidiger Teig, der auch mit etwas mehr Hydratation gut klar kommt. Wir haben bei unserem Einfach-Pizza-Standard-Teig „24 bis 48 Stunden“ (Seite 60) die Hydratation für den Test auf 70 Prozent erhöht. Der Teig war zu keiner Zeit klebrig und ließ sich sowohl bei der Teigführung als auch beim späteren Ausbreiten der Pizza erstaunlich unkompliziert verarbeiten.

Belohnt wird man dann auch noch von einem sehr runden, aromatischen Pizzaboden. Einem, der wirklich nach etwas schmeckt. Besonders für neapolitanische Pizza, die aufgrund ihrer Eigenschaften nicht so viel Belag verträgt. Hier ist der Boden ein noch wichtigerer Faktor, da man einen nach nichts schmeckenden Untergrund weniger leicht durch die Auflagen kaschieren kann. Für wen es schneller gehen muss, für den bietet Eiling seit Kurzem auch das Pendant zum Andante an: Allegro. Dieses Mehl ist für eine kürzere Teigführung unter 24 Stunden und somit perfekt für unseren Einfach-Pizza-Standard-Teig „8 Stunden“ (Seite 61) geeignet. ●



Wissen

Die Wahl des richtigen Pizzamehles beeinflusst maßgeblich die Qualität und Geschmacksnote des Teiges. Der Proteingehalt sorgt dafür, dass der Teig elastisch wird und eine schöne, luftige Kruste entwickelt. Pizzamehle haben in der Regel mindestens 12 Prozent. 405er-Mehle hingegen oftmals unter 10 Prozent. Der W-Wert gibt Aufschluss darüber, wie viel Wasser ein Mehl binden kann. Hier liegen die Werte je nach Einsatzzweck des Mehles (lange oder kurze Teigführung) zwischen etwa 250 und 350.

# Weltwärts

Text: Max Stecker

## Interview mit Vivi D'Angelo

Im September erscheint die neue Pizza Napoletana-Kochbibel von Vivi D'Angelo und Domenico Gentile. Während der italienische Foodblogger den praktischen Teil – wie etwa die Rezepte – beisteuerte, hat die Fotografin und ausgebildete Journalistin die echte neapolitanische Pizza in ihrem soziokulturellen Kontext erforscht sowie Interviews mit Neapels Pizzabäckerinnen und -bäckern geführt. Wir haben mit ihr über das Buchprojekt und ihre Liebe zur Pizza gesprochen.

### Wie kam das Buch zustande?

Der Verleger selbst ist ein leidenschaftlicher Hobby-Pizzabäcker. Nachdem man Domenico Gentile für das Buch gewinnen konnte, stellte sich die Frage, wer die nötigen Interviews führt, die Recherche betreibt und die Fotos schießt. Da ich eigentlich aus dem journalistischen Bereich komme und als Fotografin arbeite, passte das ganz gut. Außerdem liebe ich Pizza, auch wenn das ein wenig klischeehaft klingt.

### Was hast Du im Rahmen Deiner Recherche über die Pizza herausgefunden?

Ich war schon überrascht, was für ein Riesenthema dahintersteckt. Pizza

gab es eigentlich schon immer, aber keine schriftliche Überlieferung. Um 1500 war sie ein eher grundständiges Essen für die ärmere Bevölkerung. Der Siegeszug erfolgte dann in den vergangenen zwei Jahrhunderten, als italienische Auswanderer das Gericht in die Ferne trugen. Infolgedessen veränderte sich die Pizza stark und in Neapel reagierte man darauf. Es entstand eine Debatte, ein bisschen wie Ping Pong. Während die einen Neapolitaner sagten, dass eine echte Neapolitana so und so aussehen müsse, bestand eine Gegenbewegung darauf, Neues auszuprobieren. Verschiedene Pizzabäckerinnen und -bäcker stellen unterschiedliche Positionen dar. Einige sind sie sich alle bei der Wichtigkeit

der Zutaten. Ob Schinken, Oliven oder Sardellen – mit großer Sorgfalt werden sie ausgewählt und kommen in der Regel aus der Region. So kann man die Gegend, in der man ist, regelrecht auf der Pizza schmecken. Am Anfang der Recherche war mein Standpunkt: Ich esse gerne Pizza. Jetzt haben sich Welten geöffnet.

### Aus dem täglichen Essen ärmerer Leute wurde durch Emigration ein Welthit. Gibt es noch weitere zentrale Eckpunkte in der Geschichte der Pizza Napoletana?

Gewissermaßen wurde ein Teil der Identität der Auswanderer an den Lebensmitteln festgemacht. Und man integrierte sich beispielsweise in New York zum Teil über die Speise. Aber dort, wo sich sozusagen die Hauptkultur so ein Gericht aneignet, wird es oftmals verändert, zahlreiche lokale Versionen entstehen. Der springende Punkt war der Moment, in dem nicht mehr klar war, woher die Pizza eigentlich kommt. Hier meldeten sich die neapolitanischen Pizzaioli und schufen die sogenannte Associazione Verace Pizza Napoletana (kurz AVPN), eine Vereinigung für die echte neapolitanische Pizza, sowie ein Regelwerk. Was früher immer mündlich überliefert wurde und gar kein geregelter Beruf war, wurde zum immateriellen Kulturerbe. Der Meilenstein in der Geschichte der Pizza war also der Ausruf: Das ist die echte!





*Kontakt*

Vivi D'Angelo  
Photography &  
Foodphotography  
Visual concepts for  
food & beverage  
 [www.vividangelo.com](http://www.vividangelo.com)

ich aber in meiner Familie erfahren. Die Familie meines Vaters stammt ursprünglich aus Neapel, er wuchs aber in den Abruzzen auf. Authentisches Essen war immer ein Thema bei uns in der Familie. Später war es mir wichtig, immer Dinge von dort zu probieren, wo ich gerade war. Durch die Arbeit in Küchen bekam ich dann sehr viel Input und je mehr man erfährt, umso mehr will man ausprobieren.

### Welcher Belag gehört auf Deine Lieblingspizza?

Das ist schwierig zu sagen. Auch wegen meiner Reise in die Welt der Pizza. Aber ich denke, ich wähle eine Variante mit Provola und scharfem Pfeffer. Das ist eine weiße Pizza. Deren Vorteil ist, dass die Tomate entfällt, bei der man schnell etwas falsch machen kann. Ist eine Tomate etwa nicht reif, kann das der ganzen Pizza schaden. Pizza selbst zu backen, habe ich mir nun als Projekt vorgeknöpft.

### Du bist in Pisa aufgewachsen, hast in Deutschland, der Schweiz sowie Andalusien gelebt. Haben Dich die verschiedenen Regionen auch kulinarisch geprägt?

Früher war Essen gar nicht mein Steckenpferd. Wegen meines Berufes bin ich heute aber voll in der Materie. Die erste und wichtigste Prägung habe

### Auch für die Fotos im Buch warst Du verantwortlich. Was ist Dein Geheimnis für gute Aufnahmen?

Wenn es geht, arbeite ich immer mit Tageslicht. Das zeigt das Essen am natürlichsten. Aber natürlich wirken die Dinge auf den Fotos immer noch einmal anders als in echt. Mir ist es aber immer lieber, wenn die Bilder authentisch wirken, als wenn sie zu hochgestylt werden. Eine Schwierigkeit beim Pizza-Shooting ist die Form. Auch wenn das Endprodukt in so manchem authentischen Restaurant von der Form nicht perfekt ist, sollte es für ein Bild möglichst rund werden. Aber manchmal kann man so viel formen wie man will, der Ofenschieber oder der Ofen haben dann auch noch ein Wörtchen mitzureden. ●

*Info*

Pizza Napoletana – So gelingt das Original zuhause  
Tradition, Geheimnisse, Rezepte  
Vivi D'Angelo und Domenico Gentile  
Becker Joest Volk Verlag, ISBN: 978-3-95453-278-0  
Seiten: ca. 300, Preis: 36,- Euro  
Erscheinungsdatum: 22.09.2023  
Internet: [www.bjvv.de](http://www.bjvv.de)



**HÄUSSLER**

## Beste Teige für Ihre Pizza



**NOVA**



**Gärboxen**



## Teigknetter und Zubehör

Nur guter Teig ergibt gute Pizen. Mit den starken Knetmaschinen von Häussler gelangen beste Teige. Holen Sie sich feinste Profi-Technik nach Hause. Passend dazu gibt es bei uns Gärboxen, Gärfolien, Pizzaschieber, Backformen und vieles mehr zum Brot- und Pizzabacken.

Gratis Katalog unter:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal  
Telefon 0 73 71 / 93 77-0



# So bringst du Abwechslung auf deine Pizza

## Mehr Vielfalt wagen

Tomaten, Käse, Basilikum. Mal mit Schinken, Salami, Thunfisch und für das gute Gewissen mit irgendeinem Gemüse abgewandelt. Auf den Pizzen zahlreicher Hobby-Pizzaioli herrscht gähnende Langeweile. Dass es ohne viel Aufwand und ohne kreative Verrenkungen auch anders geht, zeigen wir mit unseren folgenden Pizza-Ideen. Fast alle haben dabei eine Gemeinsamkeit: Basis ist ein Aufstrich, Topping ein fermentiertes Gemüse.

Fermentiertes Gemüse ist eine leckere und gesunde Option, um den Geschmack und die Haltbarkeit von Gemüse zu verbessern. Die Fermentation ist ein natürlicher Prozess, bei dem Mikroorganismen wie Bakterien, Hefen und Pilze das Gemüse abbauen und dabei verschiedene bioaktive Verbindungen produzieren. Der Fermentationsprozess beginnt mit dem Einlegen von Gemüse in eine Salzlake. Das Salz hilft dabei, unerwünschte Mikroorganismen abzutöten und die guten Bakterien zu fördern. Während der Fermentation wandeln die guten Bakterien die natürlichen Zucker im Gemüse in Milchsäure um, wodurch sich der pH-Wert senkt und das Gemüse sauer wird. Das Ergebnis ist ein köstliches, saures Gemüse mit einer Vielzahl von Geschmacksnuancen.

Neben dem verbesserten Geschmack bietet fermentiertes Gemüse auch gesundheitliche Vorteile. Während des Fermentationsprozesses entstehen probiotische Bakterien, die gut für unsere Darmgesundheit sind. Probiotika tragen zur Förderung einer gesunden Darmflora und zur Stärkung des Immunsystems bei. Darüber hinaus sind fermentierte Gemüse reich an Vitaminen, Mineralstoffen

und Antioxidantien. Der Fermentationsprozess kann auch die Bioverfügbarkeit einiger Nährstoffe erhöhen, sodass sie besser vom Körper aufgenommen werden können.

Wer auf der Suche nach einer gesunden und schmackhaften Möglichkeit ist, seine Pizza zu belegen, der sollte definitiv fermentiertes Gemüse ausprobieren. Es ist nicht nur gut für die Gesundheit, sondern auch eine aufregende Ergänzung der kulinarischen Erfahrung.

Die Kombination aus den fertigen Aufstrichen beziehungsweise Soßen und den Fermenten macht diese Pizzen so simpel. Die Fertigprodukte kann man so wie Dosentomaten immer im Haus haben. Die Fermente lassen sich wunderbar vorbereiten und sind lange haltbar. So hat man auch diese immer im Vorratsschrank. Wie einfach Fermente selbst hergestellt werden, erläutern wir anhand eines Grundlagenartikels und ein paar Rezepten. Natürlich können unsere Pizza-Kombinationen auch mit frischem statt fermentiertem Gemüse gemacht werden. Das tut dem Geschmack keinen Abbruch, ist aber ein weniger ausgefallenes Geschmackserlebnis. ●

Text: Christoph Bremer

Bilder: Jan Schnare



# Karotte-Holunder

## Gegrillte Aubergine mit Bergkäse

Nabio bietet ein ganzes Sortiment spannender Aufstriche an. Das Unternehmen kooperiert nicht ohne Grund mit dem renommierten Pizzaofenhersteller Ooni. Die Aufstriche sind eine richtig gute Basis für eine schmackhafte Pizza. Besonders der Bergkäse verleiht dieser Variante einen intensiven Geschmack. Ein Glas kostet 2,69 Euro und reicht für etwa zwei Pizen.

[www.nabio.de](http://www.nabio.de)



## Holunderkarotten

Die Holunderkarotten (Rezept auf Seite 55) geben der Pizza einen richtigen Kick. Alternativ können auch eingelegte oder blanchierte Karotten verwendet werden. In beiden Fällen ist es eine frische, saftige Pizza.

## Schnittlauch

Ein bisschen für den Geschmack, ein bisschen aber auch für die Optik. Schnittlauch rundet das Bild ab.

## Olivenöl

Ein Schuss Olivenöl, in dünnem Strahl auf die Pizza verteilt, sorgt dafür, dass die Karotten nicht austrocknen und eine schön saftige Gemüsepizza entsteht.

\*unbezahlte Empfehlung  
der Redaktion

*Tipp*

Wer diese Pizza mit eingelegten oder frischen Karotten statt einem Ferment belegt, kann statt Schnittlauch auch Koriander verwenden.

# Tartufo-Spargel

## Tartufo-Creme

Als Grundlage dient eine Tartufo-Creme von Monti, die neben schwarzem Trüffel auch Olivenöl, Butter und Sahne enthält. Das ist mächtig und geschmacksintensiv, auf Käse kann also verzichtet werden. Das 180-Gramm-Glas gibt es für 3,95 Euro.

[www.andronaco-shop.de](http://www.andronaco-shop.de)



## Spargel

Der fermentierte grüne Spargel aus dem Rezept auf Seite 58 schmeckt, als hätte man die Spargelsaison im Glas konzentriert. Wer es nicht ganz so intensiv mag, nimmt grünen Spargel aus dem Glas. Frischer, vorher leicht blanchierter oder angebratener grüner Spargel geht natürlich auch.

## Schinken

Die klassische Spargebeilage Schinken darf es auch bei dieser Pizza sein. Statt Katen- oder Räucherschinken sollte man für Pizza aber gekochten nehmen. Wer es vegetarisch mag, nimmt alternativ ein paar Pilze.

## Olivenöl

Auch diese Pizza verträgt einen Schuss Olivenöl.

*Tipp*

Mit frisch geriebenem Trüffel wird diese Pizza so richtig edel.

\*unbezahlte Empfehlung der Redaktion





# Cacio Pepe- Brokkoli

## Cacio Pepe

Spaghetti cacio e pepe ist ein klassisches italienisches Nudelgericht aus der Region Latium, das mit nur wenigen Zutaten zubereitet wird. „Cacio“ steht dabei für den verwendeten Pecorino-Käse und „pepe“ für den schwarzen Pfeffer, der dem Gericht eine würzige Note verleiht. Diese Soße kann man einfach selbst herstellen oder fertige kaufen, so wie die hier verwendete von Marabotto. 4,99 Euro.

[www.nadia.de](http://www.nadia.de)

\*



## Brokkoli

Blanchiert, gedünstet oder fermentiert (Rezept auf Seite 57), Brokkoli ist so oder so gesund und in Verbindung mit der würzigen Soße ein himmlischer Genuss.

## Mandelstifte

Mandelstifte sorgen für ein bisschen Crunch und runden den Geschmack ab.

## Pfeffer

Wer es noch etwas würziger mag, gibt nach dem Backen noch frischen Pfeffer aus der Mühle über die Pizza.

\*unbezahlte Empfehlung der Redaktion

# Tomate-Cashew

## Gegrillte Paprika Cashew

Wie schon bei der Holunder-Karotte, kommt als Grundlage ein Aufstrich von Nabio zum Einsatz: Gegrillte Paprika Cashew, eine leicht Pesto-artige Variante.  
[www.nabio.de](http://www.nabio.de)



## Tomatenmix

Die fermentierten Tomaten aus diesem Heft sollte man unbedingt einmal probieren. Natürlich gehen auch frische Tomaten oder Kirschtomaten aus der Dose. Aber in dem prickelnden Ferment liegt die Besonderheit dieser Variante.

## Cashewkerne

Zwar sind in dem Aufstrich bereits Cashewkerne enthalten, aber eine Extraportion – leicht zerstoßen – kann nicht schaden. Vorsicht: die Cashews verbrennen im Ofen relativ schnell.

## Sesamöl

Statt Olivenöl passt hier ein Schuss Sesamöl ganz hervorragend

\*unbezahlte Empfehlung der Redaktion





# Tomate-Paprika

## Tomatensugo

Zum Abschluss darf es etwas klassischer werden. Für den Sugo nimmt man Dosentomaten hoher Qualität, hackt diese grob und gibt pro 100 g etwa 1 g Salz hinzu.

## Paprika

Paprika gibt es eingelegt in jedem Supermarkt. Sie lassen sich aber auch wunderbar fermentieren.

## Fior di Latte

Fans der Pizza Napoletana kennen ihn natürlich, den Fior di latte. Dieser Kuhmilchmozzarella hat eine festere Konsistenz. Er ist der Pizzakäse schlechthin, denn erst leicht geschmolzen entfaltet er sein volles Aroma.

## Basilikum

Sieht gut aus, rundet den Geschmack ab.

## Olivenöl

Auch auf dieser Pizza darf es ein Schuss Olivenöl sein, der klassisch in einem dünnen Strahl auf der Pizza verteilt wird.

# Fermente: so geht's

# Gesunde Pizzabeläge

Die jahrtausendealte Technik des Fermentierens erlebt heute ein richtiges Comeback. In allen Teilen der Erde ist diese Art der Haltbarmachung von Lebensmitteln seit Urgedenken bekannt, hat sich bewährt, geriet dann doch ein wenig in Vergessenheit. Dass daraus nun wieder ein Trend wird, hat gute Gründe: Fermentierte Lebensmittel sind nachhaltig, geschmackvoll und besonders gesund. Zudem ist es gar nicht schwer, diese selbst herzustellen. Wir zeigen, wie es geht.

Früher wurde meist Sauerkraut in den Haushalten fermentiert. Für die Fermentation wurde das in Verbindung mit Salz gestampfte Kraut in einem Holzfass oder Steinguttopf eingeschichtet, mit Steinen sowie Holzbrettern beschwert und abgedeckt. So fermentierte das Sauerkraut oft im Schatten, hinter dem Haus oder in der kühlen Speisekammer. Unsere Eltern und Großeltern machten es sich so einfach wie möglich.

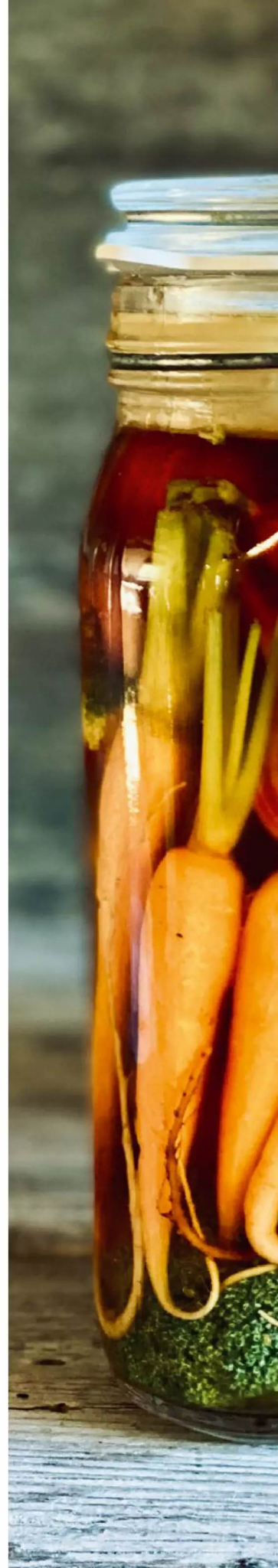
Fermentiertes Sauerkraut war keine große Sache, es gehörte einfach zum täglichen Leben dazu. Die erste Zeit wurde die Kahlhefe regelmäßig abgeschöpft und der Deckel sauber gehalten. Heute geht das Ganze etwas einfacher, denn es gibt viele verschiedene gute, luftdicht verschließbare Gläser. Am besten geeignet sind simple Bügelgläser.

Bei der Wahl des Ferments sind den eigenen Wünschen keine Grenzen gesetzt, denn es eignet sich nahezu jedes Gemüse für die Fermentation. Alle Gemüsesorten, die roh essbar sind, können auch roh fermentiert werden. Die wenigsten Gemüsesorten müssen gekocht werden. Ein Beispiel für Gemüse, das vorher gekocht werden muss, sind Bohnen. Diese sind roh ungenießbar. Dagegen sind

gekochte grüne Stangenbohnen mit Bohnenkraut eine echte Delikatesse, wenn sie fermentiert sind.


Zur Fermentation empfiehlt es sich, möglichst ungespritztes Gemüse zu verwenden, da sich hier besonders viele gute Bakterien auf dem Gemüse tummeln. Es gibt Gemüsesorten für Anfänger und Fortgeschrittene. Beliebte Gemüsesorten für den Anfang sind Karotten, Kohlrabi, Rote Bete, Pastinaken und Kraut. Diese bleiben bei der Fermentation knackig und sind leicht zu verarbeiten. Weiches Gemüse wie Tomaten kann beim Fermentieren zerfallen. Deshalb eignen sich diese auch sehr gut für fermentierte Soßen. Ketchup, Dips und Marinaden können so hergestellt werden und natürlich auch ein Pizzasugo.


Bei der Herstellung von Fermenten wird gutes naturbelassenes, unraffiniertes Steinsalz oder Meersalz verwendet. Auf keinen Fall sollte man Jodsalz oder Speisesalz mit Zusätzen verwenden – dann funktioniert die Fermentation nicht. Das Jod kann die gewünschte Vermehrung der Milchsäurebakterien unterbinden, denn es wirkt antibakteriell. Je nachdem, was und wie fermentiert






Text & Bild: Corinna Fuhrmann

 @rosenundkohl

 /rosenundkohl

 [www.rosenundkohl.de](http://www.rosenundkohl.de)

**CASO**  
DESIGN

## KLEINE HELFER, GROSSER GESCHMACK

### Vacu OneTouch & Zubehör

- Kabelloser Handvakuumierer
- 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!

[caso-design.de](http://caso-design.de)

## Die Vorteile von Bügelgläsern auf einen Blick:

- sehr robust
- entlüften von selbst
- gut zu säubern
- geringer Preis
- luftdicht verschließbar
- diverse Größen
- gute Verfügbarkeit

wird, ist die richtige Salzmenge für ein gutes Ferment entscheidend. Bei zu wenig Salz schmeckt das Ferment fade und bei zu viel Salz schmeckt es zu salzig und sauer. Bei der Fermentation von Gemüse gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder das Gemüse direkt mit dem Salz verarbeiten und in Gläser schichten oder das Gemüse in das Glas füllen und mit Salzlake übergießen.

Als grobe Faustregel kann man eine zweiprozentige Salzlösung oder 2 % Salz auf ein Kilogramm Gemüse verwenden. Bei einem Liter Wasser sind 2 % entsprechend 20 g und bei einem Kilo Gemüse sind 2 % ebenso 20 g Salz. Die besten Ergebnisse und ein gutes Aroma erhält man, wenn man zwischen 1 bis 3 % Salz verwendet. Bei weicherem Gemüse wie Zucchini oder Gurken werden meist 3 bis 4 % Salz verwendet. Je mehr Salz verwendet wird, desto saurer und salziger wird das Gemüse.

Bei der Fermentation nutzt man die Bakterien, die sich bereits am Gemüse befinden und schafft die richtige Umgebung, in der sich die Bakterien vermehren können. Die Milchsäurebakterien lieben eine anaerobe (ohne Luft) Umgebung und vermehren sich im warmen Zimmer sehr schnell. Dafür wird das Gemüse mit einer zweiprozentigen Salzlösung übergossen oder mit Salz geknetet und in ein Glas gefüllt, das luftdicht verschlossen wird. Dabei ist es egal, ob das Gemüse mit oder ohne Schale fermentiert wird. In der Regel sind immer genügend Milchsäurebakterien vorhanden.

Die richtige Umgebung sorgt für ein schnelles Wachstum dieser Bakterien. Diese ernähren sich von den Kohlenhydraten im Gemüse, bauen diese ab und Milchsäure entsteht. Diese Milchsäure konserviert das Gemüse und sorgt für den einzigartigen Geschmack. Die Milchsäure verhindert gleichzeitig die Entwicklung von Fäulnisregnern, krankmachenden Bakterien und Pilzen.

In der ersten Gärphase, die zwei bis fünf Tage dauert, stellt man die gefüllten Gläser an einen warmen Ort wie die Küche. Besonders am Anfang ist darauf zu achten, dass die Gläser im Gärprozess überlaufen können. Ein Unterteller verhindert eine ungewollte Sauerei. In der zweiten Gärphase werden die Gläser etwas kühler gestellt, wie zum Beispiel in den Hausgang oder Keller.

## Fermentieren Schritt für Schritt

1. Das Gemüse gründlich mit klarem, kaltem Wasser waschen und eventuelle Erdreste, Druckstellen, Außenblätter oder Strunke entfernen.
2. Die Schale muss nicht abgeschält werden, da sich hier wichtige Bakterien tummeln.
3. Anschließend wahlweise in mundgerechte Stücke oder Streifen schneiden, hobeln oder einfach nur grob vierteln.
4. Danach entweder das Salz im kalten Wasser auflösen oder bei gehobeltem oder fein zerkleinertem Gemüse direkt unterkneten/stampfen, damit die eigene Flüssigkeit aus dem Gemüse austreten kann.
5. Das Gemüse in Gläser füllen und mit Salzlake oder der salzigen Eigenflüssigkeit, die beim Kneten und Stampfen entstanden ist, bedecken.
6. Dabei darauf achten, dass sich keine Luft einschließt im Glas bilden und alles mit Flüssigkeit bedeckt ist.
7. Damit nichts an der Oberfläche schwimmt, was zu Schimmel führen kann, mit einem Gewicht beschweren. Als Gewicht lassen sich die verschiedensten Dinge verwenden: ein Glas- oder Tongewicht, Weckglasdeckel, ein kleines Marmeladenglas, eine mit Wasser gefüllte Tüte oder etwa Steine.
8. Gläser luftdicht verschließen. In den ersten Tagen tritt Flüssigkeit aus, daher auf einen entsprechenden Untersatz stellen
9. Die Dauer des Gärungsprozesses kann sich durch die gewählten Zutaten, Temperatur, Jahreszeit und das persönliche Geschmacksempfinden unterscheiden. Durch kältere Temperaturen wird die Fermentation verlangsamt oder gar gestoppt. In der Regel kann das Ferment verzehrt werden, sobald keine Gase mehr aus dem Glas entweichen.
10. Kühl und lichtgeschützt lagern, so bleibt das Ferment Monate haltbar. ●

*Tipp*

Mehr Infos und Rezepte zum Thema Fermentation und vieles mehr gibt es in der Zeitschrift SPEISEKAMMER





[www.speisekammer-magazin.de](http://www.speisekammer-magazin.de)




# Holunderkarotten

Rezept & Bild: Corinna Fuhrmann

 @rosenundkohl

 /rosenundkohl

 www.rosenundkohl.de

Wer sich zum Fermentieren für Karotten entscheidet, macht nichts falsch. Das Gemüse ist vergleichsweise leicht zu verarbeiten und das Endergebnis bleibt in der Regel schön knackig. Bei dieser Variante sorgt Holunder für den besonderen Kick. So kommt am Ende ein aromatisches Ferment zustande, das sich ohne viel Aufwand einfach herstellen lässt und auch für Neulinge geeignet ist.



## Zutaten\*

- 500 g Karotten
- 500 ml Wasser
- 1-2 Dolden Holunder, aufgeblüht
- 10 g Salz

\*Ergibt ein 750-ml-Glas

Die Karotten waschen, schälen und kleinschneiden.

Anschließend die Karotten mit der Holunderdolde in das Glas schichten.

Salz in 500 ml kaltem Wasser auflösen.

Nun die Salzlake bis 1 cm unter dem Glasrand auf die Karotten gießen, den Beschwerungsstein oder ein kleines Glas darauf geben und das Behältnis luftdicht verschließen.

Die ersten fünf Tage das Glas im Warmen stehen lassen, danach an einem kühlen, dunklen Ort aufbewahren.

Während der ersten zwei Wochen kann Flüssigkeit aus dem Gefäß entweichen, deshalb am besten auf einen Teller stellen.

Die Holunder-Karotten sind nach etwa zwei bis vier Wochen fertig. Jedoch gilt bei Fermenten immer: Das Ferment ist dann fertig, wenn es einem schmeckt. ●

*Tipp*

Pro Glas Holunder Karotten nur 1 bis 2 Dolden vom Holunderstrauch verwenden – es ergibt sich ansonsten ein zu starkes Aroma.

# Fermentierter Tomatenmix

Tomaten gehören zu vielen Pizzasorten. Für manche sind sie gar unverzichtbar. Fermentiert liefern sie ein ganz neues Geschmackserlebnis. Denn während des Fermentationsprozesses entwickeln die ohnehin schon intensiv schmeckenden, reifen Fruchtkörper einen starken Eigengeschmack, der schon fast auf der Zunge prickelt.

## Zutaten\*

- 1.500 ml Wasser
- 1.000 g Tomaten (verschiedene Sorten nach Geschmack)
- 50 g Salz
- 1/2 Bund Salbeiblätter
- 6 Rosmarinzwige

\*Ergibt 2 Gläser à 1.000 ml

Die Tomaten und Kräuter gründlich waschen und kurz abtrocknen lassen. In der Zwischenzeit das Salz im Wasser auflösen.

Anschließend die Tomaten nacheinander mit einem Zahnstocher ringsum anpieksen und zusammen mit den Kräutern in sterile Gläser schichten.


Danach alles mit dem Salzwasser aufgießen und mit Gewichten beschweren, damit die Tomaten nicht an der Oberfläche schwimmen können.

Das Ferment bei Raumtemperatur für eine Woche lichtgeschützt lagern. Um die Haltbarkeit zu garantieren, sollte sich die Salzlake milchig trüb verfärbt haben, bevor die Fermentation durch die Lagerung im Kühlschrank abgebrochen wird. ●



Rezept & Bild:  
Stefanie Isabella Wenzel

 @lebkuchennest

 /lebkuchennest

 [www.lebkuchennest.de](http://www.lebkuchennest.de)

# Brokkoli

Als Ferment, verfeinert mit Korianderkörnern und Chiliflocken, hebt das den Brokkoli auf ein neues Geschmackslevel und sorgt für Abwechslung auf der Pizza.



## Zutaten\*

- 500 ml Wasser
- 250 g Brokkoli
- 10 g Steinsalz
- 1 TL Korianderkörner
- 1 Prise Chiliflocken

\*Ergibt 250 g

Brokkoli waschen und den Strunk schälen.

Ein Bügelglas auswaschen und mit dem Brokkoli, Koriander und Chiliflocken füllen.

Salz in kaltem Wasser vollständig auflösen und über den Brokkoli gießen, bis dieser gut bedeckt ist.

Brokkoli mit einem sauberen Gewicht (zum Beispiel einem Beschwerungsglas) beschweren. Dafür eignet sich auch ein kleines Marmeladenglas. Der Brokkoli muss vollständig von der Lake bedeckt sein.

Das Glas verschließen und die ersten zwei bis drei Tage in einer Schüssel stehen lassen. In den ersten 24 Stunden beginnen Blasen im Glas aufzusteigen – ein Zeichen, dass die Fermentation in vollem Gange ist. Dabei kann es vorkommen, dass Lake aus dem Glas austritt.

Der Brokkoli ist nach rund 14 Tagen fertig für den Verzehr. Er kann aber auch gerne noch länger fermentieren, hier entscheidet der persönliche Geschmack. Einfach ab und zu das Glas aufmachen und probieren, ob der Brokkoli den gewünschten Geschmack erreicht hat.

Der Brokkoli kann im Kühlschrank oder in der dunklen und etwas kühleren Speisekammer gelagert werden. Fermentierter Brokkoli ist auch nach dem Öffnen des Glases mehrere Wochen haltbar. ●

Rezept & Bild: Corinna Fuhrmann



@rosenundkohl



/rosenundkohl



www.rosenundkohl.de

# Fermentierter grüner Spargel

## Zutaten\*

- 400 g grüner Spargel
- 500 ml Wasser
- 1 Knoblauchzehe (optional)
- 10 g Salz

\*Für ein großes Glas mit 750 ml Fassungsvermögen

Bleichspargel, violetter Spargel, grüner Spargel – die verschiedenen Sorten hängen von der Anbau- sowie Erntemethode ab. Dadurch variieren bis zu einem gewissen Grad auch die Inhaltsstoffe. Grüner Spargel soll etwa größere Mengen Eisen, Magnesium und Vitamin C aufweisen als weißer. Durch Fermentieren lässt sich das gesunde Gemüse länger haltbar machen. Dazu braucht man nicht viele Zutaten, aber ein paar Tage Geduld.

Spargel klein schneiden und in eine große Schüssel geben.

Optional: Knoblauchzehe schälen und mit dem Spargel in das Glas füllen.

Das Salz im Wasser auflösen und über den Spargel gießen.

Den Beschwerungsstein oder ein kleines Glas darauf geben und das Glas luftdicht verschließen.

Das Glas nach fünf Tagen im Warmen an einem kühlen, dunklen Ort aufbewahren.

Während der ersten zwei Wochen kann Flüssigkeit aus dem Gefäß entweichen, deshalb am besten auf einen Teller stellen.

Der Spargel ist nach drei bis fünf Tagen zum Verzehr bereit und lässt sich lange aufbewahren.

Beim Fermenten gilt aber immer: Das Ferment ist dann fertig, wenn es einem schmeckt. ●



Rezept & Bild: Corinna Fuhrmann



@rosenundkohl



/rosenundkohl



www.rosenundkohl.de

# Shopfinder

## 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.

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



## Pizzaöfen von EffeUno

Backen wie die Profis mit bis zu 509 °C  
Backtemperatur. Backen Sie in nur 90 Sekunden  
perfekte Pizzas ohne verbrannte Böden.

3% Rabatt (1x je Kunde anwendbar bis 31.12.23)  
auf das gesamte Sortiment mit dem  
Aktionscode **einfachpizza**.

[www.tomishop.de](http://www.tomishop.de)

Bestellen Sie bei NRWs 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.

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



## Geballtes Wissen



[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

## Jetzt bestellen

Wissenswertes über Rohstoffe,  
das passende Equipment, richtiges  
Mischen und Kneten, die Prozesse im Teig,  
Brotaufbewahrung und Fehlervermeidung – das alles  
findet man hier in kompakter und leicht verständlicher Form.



[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)

Perfekte Pizza in 90 Sekunden  
aus den besten Pizzaöfen am Markt



Pizza-, Holzbacköfen u. Zubehör  
[www.tomishop.de](http://www.tomishop.de)



scan me!

# 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 Pizzamehl
- 600-650 g Wasser (kalt)
- 2 g Frischhefe (1 g Trockenhefe)
- 20 g Salz

Kaltes Wasser abwiegen, erst das Salz, dann 100 g Mehl (10 % der Gesamtmehlmenge) unterrühren und

dann die Hefe darin auflösen. In eine Rührschüssel geben.

Das restliche Mehl hinzugeben und alles 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*

Wird der Teig beim Kneten regelmäßig zu warm, sollte das Wasser zuvor stark heruntergekühlt werden. Entweder im Gefrierschrank oder mittels Zugabe von Eis.

## 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

Kaltes Wasser abwiegen, erst das Salz, dann 100 g Mehl (10% der Gesamtmehlmenge) unterrühren und dann die Hefe darin auflösen. In eine Rührschüssel geben.

Das restliche Mehl hinzugeben und alles 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

Darum geht es unter anderem:

Die nächste Ausgabe von

*Einfach*  
**Pizza**

erscheint am 22. September 2023.

Digital-Ausgabe erhältlich  
ab 8. September 2023



*Eine sizilianische Spezialität*

Pizza belegt und gefaltet



*Grundlagen Sauerteig*

Pizza mal ohne Hefe

*Pizza Bianca*

Geschmacksexplosion  
ganz ohne Tomate



*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**  
Corinna Fuhrmann, Moritz Mayer,  
René Müller, Isabella Wenzel

**FOTOS**  
stock.adobe.com – Alex, beats\_, BrAt82,  
emuck, HandmadePictures, innazagorulko,  
István, moztart3737, Надія Коваль

**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 Bahnhofsbuchhandel. 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?



Bild: stock.adobe.com -  
Mathilda



## JETZT ABONNIEREN

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



*Alles für perfekte Pizza*

