

Pizza-Teig



Zutaten

- 500 g Weizenmehl
- 0,5 TL Salz
- 2 EL Olivenöl
- 0,5 Würfel Hefe
- 1 TL Zucker
- 300 ml Wasser

Zubereitung

1. Weizenmehl mit Salz und Olivenöl mischen.
2. Hefe zerkrümeln und mit Zucker und lauwarmem Wasser verrühren, zum Mehl geben und ca. 5 Min. gut verkneten.
3. Den Teig zugedeckt ca. 30-45 Min. ruhen lassen und nach Belieben weiter verarbeiten.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	92 g
Energie	491 kcal
Fett	7 g
Protein	13 g

⌚ 43 Minuten

⊕ 4 Portionen