

15. Oktober 2016

Alm-Rezepte: Sauerteigpizza (& Wurzelbrot)

Pizzateige gibt es viele, auch in meinem Repertoire, aber ein Pizzateig, der nur durch Sauerteig gelockert wird, war Neuland für mich. Für dieses Rezept habe ich mit zwei Sauerteigen gespielt. Ein fester Weizen- und ein weicher Dinkelsauerteig. Beide geben der Pizza, wahlweise auch Brötchen oder Wurzelbrotten einen einzigartigen Geschmack.

Der Pizzateig wird zusätzlich noch über Nacht geführt und kann am Backtag sofort verbacken werden.

Weizensauerteig

- 50 g Weizenmehl 550
- 25 g Wasser (70°C)
- 50 g Anstellgut (TA 150, aktiv)

Dinkelsauerteig

- 50 g Dinkelvollkornmehl
- 50 g Wasser (60°C)
- 50 g Anstellgut (TA 200, aktiv)

Hauptteig

- Weizensauerteig
- Dinkelsauerteig
- 400 g Weizenmehl 550
- 275 g Wasser (30°C)
- 10 g Salz
- 15 g Olivenöl

Für den Weizensauerteig alle Zutaten mischen und 3 Stunden bei ca. 28°C reifen lassen.

Für den Dinkelsauerteig alle Zutaten mischen und 2-2,5 Stunden bei 28°C reifen lassen.

Für den Hauptteig alle Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe und weitere 10 Minuten auf zweiter Stufe zu einem glatten, mittelfesten Teig kneten (Teigtemperatur ca. 28°C).

Den Teig 90 Minuten bei 28°C angaren lassen, dabei nach je 30 Minuten dehnen und falten.

Für 16-20 Stunden bei 5-6°C lagern.

Den Teig schonend portionieren und zu Pizzen ausziehen oder zu Wurzelbrotten verdrehen.

Sofort nach dem Belegen oder Verdrehen möglichst heiß backen.

Die Wurzelbrote bei 250°C fallend auf 230°C 20 Minuten mit Dampf backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 30 Minuten

Zubereitungszeit gesamt: ca. 22-26 Stunden

