Was du tun kannst

Grundrezept für Pizza

Eine Pizza selber zu machen, bringt verschiedene Vorteile. Du weisst zum Beispiel, was in und auf der Pizza ist also was du isst. Eine leckere Pizza braucht wenig Zeit und Aufwand und sie steigert die Vorfreude und den Appetit. Ausserdem kannst du sie gemeinsam mit Freundinnen und Freunden zubereiten.

Für den Teig benötigst du folgende Zutaten:
500 Gramm Mehl
1 1/2 Teelöffel Salz
ca. 10 Gramm Hefe, zerbröckelt
3,25 Deziliter lauwarmes Wasser
2 Esslöffel Olivenöl

Für die Sauce – Salsa pizzaiola – brauchst du:
1 Esslöffel Olivenöl
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, gepresst
1 Esslöffel Tomatenpüree
1 Dose gehackte Tomaten (ca. 400 g)
2 Zweiglein Oregano
1 Lorbeerblatt
2 Prisen Zucker
1/2 Teelöffel Salz, wenig Pfeffer

Beim Belag kannst du wählen:
300 Gramm Mozzarella (das brauchst du sicher)
ein wenig Basilikum
und weitere Zutaten, worauf du Lust hast

Zuerst musst du den Teig zubereiten: Mehl, Salz und Hefe in einer Schüssel mischen. Wasser und Öl beigeben und alles zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufgehen lassen. Teig vierteln, auf wenig Mehl zu Kugeln formen, auf einen Teller legen. Mit Folie zugedeckt bei Raumtemperatur nochmals ca. 1 Stunde aufgehen lassen.

In der Zwischenzeit kannst du die Sauce kochen: Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Tomatenpüree kurz mitdämpfen. Den Rest beigeben, aufkochen, Hitze reduzieren. Sauce unter gelegentlichem Rühren ca. 40 Minuten köcheln. Oregano und Lorbeerblatt entfernen, Sauce pürieren, auskühlen.

Sauce auf den ausgewallten Teigen verteilen. Mozzarella zerzupfen und ebenfalls verteilen. Für eine Pizza Margherita brauchst du nur noch ein wenig Basilikum. Du kannst aber auch noch andere Zutaten auf deine Pizza legen.

Ofen auf 240 Grad vorheizen. Pizza ca. 12 Minuten in der unteren Hälfte backen. Fertig!

Das Pizza-Rätsel

Wenn du immer gerade Schnitte durch die Mitte der Pizza machst, kannst du mit 4 Schnitten eine Pizza in 8 Teile schneiden. Wie viele Teile werden es höchstens, wenn die geraden Schnitte nicht durch die Mitte gehen müssen? Tipp: Die Stücke dürfen unterschiedliche Formen und Grössen haben.

(Lösung auf der Heftrückseite)

Pizza Margherita

Die Pizza stammt ursprünglich aus Neapel in Italien. Die Pizza mit Olivenöl, Tomatenscheiben und Oregano oder Basilikum gibt es seit etwa 170 Jahren. Damals wurde die Tomate in Süditalien populär.

Die Pizza Margherita ist die bekannteste Pizza und eine der beliebtesten. Sie soll erstmals am 11. Juni 1889 in Neapel hergestellt worden sein. Der Pizzaiolo (italienisch für Pizzabäcker) Raffaele Esposito von der Pizzeria Brandi musste König Umberto I. und seiner Frau Margherita eine Pizza servieren. Diese soll er mit Zutaten in den italienischen Nationalfarben belegt haben: grünem Basilikum, weissem Mozzarella und roten Tomaten.