

Pizzastangen

Zutaten

550g Weizenmehl Typ 550

30 - 60g Hartweizengrieß

18g - 20g frische Hefe

(6 - 10g, wenn der Teig am Vortag gemacht wird)

18g - 25g Salz. Es darf schon etwas salzig schmecken

eine Prise Zucker

20g Olivenöl

ca. 300 - 320g lauwarmes Wasser

herstellen und gut eine Std. ruhen lassen



Mehr Zeit = mehr Geschmack!

Am besten ist der Teig, wenn er am Vortag gemacht wird und kühl, über Nacht ruht.

Das Aroma vom Teig ist deutlich besser.

Wenn der Teig einen Tag vorher gemacht wird, die Hefe auf 6 - 10g reduzieren.

Zutaten zum Belegen!

200g Emmentaler, gerieben

60g Parmesan, fein gerieben

2 - 3 Scheiben Kochschinken, in 1 - 2 cm große Stückchen geschnitten

Tomatensoße

250 - 300 passierte Tomaten mit 70g Tomatenmark andicken.

1 Knoblauchzehe in die Tomaten pressen.

Mit Salz, Pfeffer, etwas Chili, eine Prise Zucker und 3 EL Oregano, getrocknet, würzen.

So geht es weiter!

Die Hälfte vom Teig, auf gut bemehlter Arbeitsfläche, quadratisch ausrollen ca. 40 x 60cm

Komplett, dünn, mit der Tomatensoße bestreichen.

Eine Hälfte vom Teig, kräftig mit Käse und Schinken belegen.

Die Hälfte mit der Tomatensoße, über die belegte Seite klappen.

ca. 4 - 5cm breite, kurze Streifen schneiden,

Den Teig an der Schnittfläche, mit dem Messerrücken, etwas zusammendrücken, umso den Streifen ein wenig zu verschließen.

Die Streifen an den kurzen Seiten greifen und eindrehen

2 Drehungen von der linken Seite mit dem Uhrzeiger und die rechte Seite gegen den Uhrzeiger.

Backofen auf 240C O/U vorheizen!

Die gedrehten Stangen, mit etwas Abstand auf dem Zauberstein legen und in ca. 20 Minuten goldbraun backen,

Warm und kalt ein toller Snack.

Guten Appetit!