

Hefeteig

Zutaten :

500 g Mehl

250 ml Wasser, lauwarm

1/2 Würfel Hefe

Salz , Zucker

Aus dem Mehl eine Mulde bilden. Dort das Wasser und eine Prise Zucker hineingebe. Dann mit der Hefe vermischen. Vorsichtig nach und nach immer mehr Mehl in die Flüssigkeit einarbeiten. Sobald diese zähflüssig ist, kann das ganze Mehl auf einmal unter die restliche Masse geknetet werden.

Der Hefeteig soll Knötchenfrei sein und eine glatte Struktur aufweisen.

Nun an einem warmen Ort ca. 10 min. gehen lassen. Dann die Luft heraus kneten und etwas Salz, je nach Geschmack hinzugeben. Den Teig in die gewünschte Form bringen und noch einmal ein paar Minuten gehen lassen.

Je nach Belieben eignet sich der Hefeteig als Pizzaboden, Hefegebäck, Brot usw.