

Schneller Pizzateig für das gesunde Lieblingsessen

Zutaten

400g Mehl

½ TL Salz

2 Pck. Trockenhefe

4 EL Olivenöl

250ml lauwarme Milch

Tomaten

nach Belieben Gemüse zum Belegen



Zubereitung

Arbeitszeit ca. 10 Minuten

Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten und ca. 30 Minuten gehen lassen. Lässt sich anschließend (auch) ohne Mehl sehr gut ausrollen. Den Pizzateig dann mit Tomatensoße einstreichen und nach Belieben mit vorgedünstetem Gemüse belegen.

Im vorgeheizten Backofen bei maximaler Gradzahl (275°C) ca. 8 - 10 Minuten backen.

Guten Appetit!