



# 无麸质披萨面团

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程	30 分钟
等待时间	18 小时 30 分钟
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	4 分钟
份	4
电器	Comhair V6000 45P 自 2021 年

完全不含麸质，但具有纹理：车前子壳确保弹性和良好的成型性 - 带来令人信服的无麸质披萨体验。

## 面团

600 g 无麸质披萨面粉（例如 Caputo Fioreglut）

2 茶匙 磨碎的车前子壳

450 ml 水

5 克 酵母, 弄碎

1 茶匙 液态蜂蜜

2 茶匙 食盐（约 12 g）

2 茶匙 橄榄油

## 制作成型

适量 橄榄油

## 面团

将面粉和车前子壳放入碗中并混合。将水、酵母和蜂蜜混合，让其膨胀约 10 分钟。将液体加入面粉中并搅拌均匀。加入盐和橄榄油，揉成面团。将面团分成 4 份，刷上少许橄榄油，用保鲜膜松散地包裹，放入冰箱中发酵约 12-18 小时。

## 制作成型





将面团从冰箱中取出，静置约 30 分钟。将披萨钢板推入内腔中，使用披萨专家预热至 350°C。在工作台上撒一些无麸质面粉。从保鲜膜中取出第一块面团，将其放在工作台上，然后用手指从内向外按压，从而在外面形成边缘。将面团翻过来，再次从内向外按压，直到底部厚度约为 5 毫米。

插入披萨钢

将发酵桶预加热 披萨专家 到 350 °C

## 匹萨

---

根据喜好在披萨面团上加配料。在面团边缘涂抹适量橄榄油。小心而快速地将比萨饼拉到比萨铲上，立即将其放到预热的比萨钢板上并置于内腔中，烤制约 5 分钟直至酥脆。

放入糕点

在 披萨专家 期间为 350 4 分钟°C

## 配件

---

比萨钢板

比萨铲

