



# 玛丽娜拉披萨

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程	1 小时
等待时间	1 日2 小时 15 分钟
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	4 分钟
份	4
电器	Combair V6000 45P 自 2021 年

玛丽娜拉披萨不使用奶酪。番茄、大蒜、橄榄油、罗勒和牛至是这款披萨的主角，确保了正宗的风味。

## 预制面团（发酵面团）

- 200 ml 水
- 1 茶匙 白糖
- 5 克 酵母, 捣碎
- 200 g 马尼托巴省面粉 (0 型)

## 主要生面团

- 225 ml 冷水
- 500 g 马尼托巴省面粉 (0 型)
- 20 g 法国盐之花
- 50 ml 冷水

## 披萨酱

- 400 g 罐装番茄 (去皮番茄罐头)
- 1 茶匙 法国盐之花
- 1 茶匙 橄榄油
- 6 片 罗勒, 撕碎





## 制作成型和配菜

适量 用于成型的马尼托巴面粉

2 蒜瓣, 切成薄片

适量 干牛至

适量 罗勒叶

## 预制面团 (发酵面团)

将水、糖和酵母放入可密封的容器中, 搅拌均匀。加入面粉, 搅拌成粘稠面团。盖上面团, 在室温下静置约 1 小时, 然后将其放入冰箱中静置约 18-24 小时。

## 主要生面团

将水和预发酵面团放入食品加工机的碗中并搅拌均匀。加入面粉, 用揉面钩低速揉捏约 5 分钟, 直至形成粘稠的面团。加入盐并继续以中速揉捏。逐渐加入剩余的水并揉捏约 5 分钟, 直到面团光滑并可轻松从碗边脱离。将面团放在工作台上, 揉成球状, 刷上少许橄榄油, 盖上, 静置约 15 分钟。

## 成型和折叠

使用面团刮刀小心地将面团从工作台上刮下。用抹了少许油的手伸到面团的中心下方, 向上提, 直到面团完全脱离。轻轻向前摆动并稍稍扭转, 将面团重新放回工作台上, 使两端稍稍重叠。重复此过程直到形成紧密的球。在此过程中, 每次提起面团时它都会变得更短、更紧实。将面团放入抹了少许油的碗中, 盖上盖子静置约 1 小时。

## 分份

将面团放到工作面上。面团表面刷少许油, 分成 4 份。将 4 份面团团成小面球, 同时注意确保涂油的上表面始终保持朝上, 下表面保持密封。将面球表面朝上放到烤盘上或放入保鲜盒中。在面团表面再刷上少许油, 把碗倒扣在上面, 在室温条件下静置约 1 小时。

## 披萨酱

将番茄、盐、油和罗勒放入碗中。用手将番茄压碎, 但应留有小块的番茄。

## 制作成型

将披萨钢板推入未预热的内腔中, 使用比萨专家预热至 350°C。用面团刮刀小心地将第一块面团松开, 在面粉中翻转, 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。将面团翻面, 再由内向外揉搓。将一只手放在面团中间, 用另一只手小心地向外拉伸数次, 与此同时稍微转动面团, 直到达到所需的尺寸 (直径约 30 厘米)。

放入架子

将发酵桶预加热 披萨专家 到 350°C





## 组装和烤制

---

将四分之一的披萨酱涂抹在面团上，将四分之一的大蒜撒在上面，撒上一些牛至，淋上一些橄榄油。小心而快速地将添加了配料的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 4 分钟直至酥脆。根据偏好，可以在披萨上淋一些橄榄油，并在上面撒上罗勒叶。

放入糕点

在 **披萨专家** 期间为 **350 4 分钟**°C

在 **PizzaPlus** 期间为 **300 5 分钟**°C

## 小费

---

需要注意的是：一次仅限制备和烤制一个比萨饼，否则面团会过软，配料也会使其变得过湿。这也使得很难将其拉到比萨铲上。

如果面团过粘，请在制作成型前在工作面上撒一些面粉、硬质小麦粗面粉或粗面粉。

马尼托巴面粉（0 型）可以在大型超市或意大利熟食店购买。因其蛋白质含量高，所以特别适合制作比萨饼。也可以使用比萨面粉代替马尼托巴面粉。

除了披萨专家之外，还可以使用 PizzaPlus 功能 - 它可以在热解炉中以 280°C 甚至高达 300°C 的温度进行烘烤。烘烤时间延长 1-2 分钟。

## 配件

---

比萨钢板

比萨铲

