



# INHOUD



## #00 BASICS

Ieders favoriet	7
Pizza – heel gemakkelijk	9
Het klassieke pizzadeeg	10
Ontdek de mogelijkheden!	11
Nu gaan we van start	12
1, 2, klaar – snelle pizza	14
Basisrecept tomatensaus	16
Vegan pizzakaas	18
Alternatieve soorten pizzadeeg	19
Pizzadeeg van kikkererwten	20
Koolhydraatarm pizzadeeg	21

Amandelpizzadeeg	22
Maispizzadeeg	23
Bloemkoolpizzadeeg	24
Boerenkoolpizzadeeg	25
Pizzadeeg van zoete aardappel	26
Quinoapizzadeeg	27
Pizzakruidenolie	29

## #01 ANDERS BELEGD

Margherita nuova	33
Pizza Napoli Cavolfiore	35
Pizza Funghi Verde	37
Pizza Tonno Hawaii	39
Quattro Stagioni nuovo	41



## #02 SUPER VEGGIE

Pizza met ui en mascarpone	45
Pizza met truffel	47
Auberginepizza	49
Pizza met noten en paddenstoelen	51
Aardpeerpizza	53
Radicchiopizza	55
Snijbietpizza met ei	57
Pizza met linzen	59
Pizza met zoete aardappelen	61

## #03 EXTRA VERS

Super green pizza	65
Pizza met pompoencrème	67
Pizza met geitenkaas	69
Pizza met vijgen	71

Like-a-falafel pizza	73
Avocadopizza	75

## #04 FUSION STYLE

Pizza Marokko	79
Gyrospizza	81
Courgette-zalmpizza	83
Pizza met gegrilde paprika	85
Koolpizza	87
Tex-mex-chilipizza	89
Pizza Turkish delight	91
Tapaspizza	93
Register	94
Verantwoording	96



# IEDERS FAVORIET



Vandaag is het pizzadag – deze zin maakt iedereen blij. Mijn hele gezin en al mijn vrienden en gasten houden van de ovenverse deegcirkels. Iedereen weet: dat wordt smullen. En iedereen heeft zijn persoonlijke favoriet: de een houdt van de echte klassiekers zoals de eenvoudige Margherita, de quattro stagioni of de pizza met tonijn, terwijl de ander telkens experimenteert met bijzondere groenten en verrassende smaken.

Helaas kan echter niet iedereen zorgeloos eender welke pizza eten. Misschien heeft je dochter een glutenintolerantie terwijl je zelf geen kaas lust. Of je partner is een veganist. In zulke situaties wordt het moeilijk om voor iedereen een pizza te serveren die zowel aan hun noden en eisen voldoet, als lekker is.

Gelukkig vind je in dit boek voor iedereen wat wils! Of je pizza nu **glutenvrij** moet zijn, **vegetarisch**, **vegan**, **koolhydraatarm**, **zonder tomaten** of **zonder kaas**: de ruime keuze aan beleg die je kunt gebruiken alsook de verschillende deegbodems, maken deze Italiaanse exporttopper hét ideale gerecht om mee te variëren en experimenteren.

Zo kun je naast het bekende klassieke pizza-deeg (zie blz. 10) eveneens alternatieve pizzabodems proberen, zoals koolhydraatarme varianten van bloemkool en amandelen of glutenvrije alternatieven met kikkererwten- of maismeel. Je kunt de bodems bovendien gemakkelijk mixen en matchen: zo maak je de vegetarische auberginepizza in een handomdraai glutenvrij door een pizzabodem van zoete aardappel (zie blz. 26) te gebruiken in plaats van het klassieke deeg.

Verder zijn de recepten niet alleen eenvoudig aan te passen aan iedere levensstijl en allergie, maar zijn ze ook 'alternatief' in de ruimere zin van het woord. Bekende klassiekers zoals de pizza napoli en pizza funghi krijgen een moderne twist terwijl nieuwe pizzatrends eveneens de revue passeren. Wat dacht je van raw of groentepizza's, die pas na het bakken worden belegd met zo vers mogelijke ingrediënten? Of pizza's met avocado, boerenkool of Griekse gyros? Probeer, combineer, varieer – je zult vast veel nieuwe favoriete pizza's ontdekken!



## BLOEM

Ideaal voor pizza is Italiaanse bloem type 00. Het is extra fijn gemalen en bevat veel gluten dat zorgt voor een lekker knapperig deeg. In plaats daarvan kan het ook met patentbloem.



## GIST

Om ervoor te zorgen dat het deeg luchtig rijst is gist nodig. Mijn favoriet is verse gist die te vinden is in de vorm van blokjes (ongeveer 40 gram) in de versvitrine. Ideaal voor de voorraad en altijd bij de hand: pakjes droge gist in poedervorm.



## ZOUT

Als dat ontbreekt dan smaakt het deeg flauw. Meng het bij het bereiden altijd door de bloem en strooi het niet direct op de gist – dat belemmert de groei daarvan.



## OLIJFOLIE

Olie (of meer algemeen vet, zoals ook boter) maakt gistdeeg lekker soepel: zo kan het goed worden uitgerold.

## TOMATENSAUS

Als de tomatensaus echt goed klaargemaakt en fijn gekruid is, hoeft er vaak niets anders meer op een pizza. Onze saus staat als basisrecept op *blz. 16*. Als het eens snel klaar moet zijn, kun je in plaats daarvan ook gezeefde tomaten (uit een pak of blik) gebruiken, liefst nog licht gekruid met zout, peper, oregano en eventueel wat knoflook.

# PIZZA

## HEEL GEMAKKELIJK

Hier een overzicht van alles voor eronder en erop. De meeste producten staan vaak al in de voorraadkast. In een handomdraai is daarmee de meest eenvoudige basispizza klaar – alleen een blaadje basilicum erop en dan heet hij al Margherita.

## MOZZARELLA

Liefhebbers kiezen romige, aromatische buffelmozzarella of soms burrata – en leggen dat niet alleen op de Margherita maar ook op andere pizza's met verder eenvoudig beleg. Praktisch bij veel extra beleg is geraspte mozzarella die kant-en-klaar verpakt te koop is. Die kan heel makkelijk worden verdeeld en is goedkoper.

# HET KLASSIEKE PIZZADEEG

'Een nacht laten rijzen of heel snel bereid – dit pizzadeeg is de basis die in principe bij alle soorten beleg past.'

2 ronde pizza's  
of 1 bakplaat

8 g verse gist (of 4 g droge gist,  
*zie blz. 11*)  
100 ml + 120 ml lauw water  
350 g tarwebloem  
1 tl zout  
2 el olijfolie

Verder  
bloem om te bestuiven

## TIP

Het gaat sneller als je het deeg bereidt met 20 gram gist en afgedekt slechts 45 minuten laat rijzen. Daarna nogmaals doorkneden en vormen.

- 1 Verbrokkel de gist en roer dit door 100 milliliter lauw water. Laat dit 5-10 minuten staan tot de gist begint te werken. Meng de bloem in een mengkom met 1 afgestroken theelepelt zout en maak er een kuiltje in.
- 2 Giet de aangemaakte gist in het kuiltje, roer nog 120 milliliter lauw water met olijfolie door elkaar, giet dit erbij en kneed alles ongeveer 5 minuten met de kneedhaken van de handmixer op een lage stand en daarna nog 5-10 minuten op de hoogste stand tot het deeg zacht en elastisch is. Voeg zo nodig nog wat water toe, de deegmassa moet in het begin wat plakkerig vochtig zijn. Roer als alternatief de deegingrediënten eerst goed door elkaar en kneed ze dan met de hand op een licht met bloem bestoven werkvlak 12-15 minuten stevig door.
- 3 Maak een bal van het deeg en leg die in een grote, licht met bloem bestoven, afsluitbare plastic schaal. Dek die af met een schone doek en laat het deeg 30 minuten rijzen op kamertemperatuur. Sluit de schaal daarna af met een deksel en laat het deeg 24 uur rijzen in de koelkast.
- 4 Haal het deeg ongeveer 1 uur voordat je verder gaat werken uit de koelkast en laat het op kamertemperatuur komen. Kneed het deeg dan zoals beschreven op *blz. 12-13* kort door, maak er 2 ronde pizzabodems van en beleg die.
- 5 Het deeg kun je 2-3 dagen in de koelkast bewaren. Kneed het telkens na 24 uur even door zodat de luchtbelletjes kunnen ontsnappen en zet het dan in de afgesloten schaal weer in de koelkast.

# ONTDEK DE MOGELIJKHEDEN!

**'Met het basisdeeg kun je op veel manieren  
variëren: licht gekruid, oriëntaals met yoghurt  
of met stevig volkorenmeel.'**

## MET DROGE GIST

Geen verse gist bij de hand? Meng eenvoudig ½ pakje gistkorrels (ongeveer 4 gram) met de bloem en voeg dan al het lauwe water en de olie toe.

## VOLKOREN

Het deeg kan in principe net zo goed worden gemaakt met volkorenmeel. Omdat volkorenmeel echter meer vocht bindt dan witmeel, geldt hier de regel: gebruik 10-20 procent meer water. Vertrouw daarbij – net als bij normaal pizzadeeg – op je ogen en je gevoel: het deeg mag in het begin heel vochtig en plakkerig zijn. Pas door langer kneden mengen alle ingrediënten zich goed met elkaar en wordt het deeg droger. Aan het eind moet het in ieder geval fluweelachtig en heel zacht en elastisch aanvoelen.

## GOED GEKRUID

Afhankelijk van het beleg kun je het deeg al een beetje op smaak brengen. Voor een eenvoudig Italiaans vlegje zorgt 1 theelepel gedroogde oregano, voor Franse chic 1 theelepel fijngehakte verse rozemarijnnaalden en voor een oriëntaals aroma 1 theelepel gestamppte korianderkorrels – telkens direct door de bloem gemengd. Vooral voor pizza's met weinig beleg is dit een heerlijk alternatief.

## MET YOGHURT

Turkse en oriëntaalse pizzabakkers kennen nog een trucje: 2 eetlepels yoghurt (3,8% vet) mengen met het lauwwarme water en dan met aangemaakte gist en bloem.

## PROFESSIONEEL

Gepassioneerde pizzabakkers bakken met voordeeg (biga): roer daarvoor 125 milliliter water en 1 mespuntje verse gist door elkaar en roer dit met 125 gram tarwebloem tot een papje. Laat dat afgedekt op een temperatuur van 18-20°C 12-24 uur rijpen. Roer dan 5 gram gist en 200 milliliter lauwwarm water door elkaar en kneed dit met 350 gram tarwebloem en het voordeeg 5 minuten met de kneedhaken van de handmixer op een lage stand en dan nog 5 minuten op de hoogste stand. Voeg 2 eetlepels olijfolie toe en kneed nog 5 minuten op de hoogste stand. Laat het deeg afgedekt 10-12 uur afgedekt rusten in de koelkast.

## OF EENS TOTAAL ANDERS?

Op *blz. 19-27* staan een aantal alternatieve deegsoorten die je in plaats van het bij de meeste recepten aangegeven basisdeeg kunt gebruiken.