|  |
| --- |
| Praktijkopdracht: Pizza (gistdeeg) |



Pizza is oorspronkelijk ontstaan om restjes groenten te verwerken. Pizza wordt gemaakt van brooddeeg. Het volgende proces vindt dan plaats:

Om gisten op gang te helpen, wordt eerst een giststarter gemaakt van gist, vocht en een schepje suiker. Zij gaan zich dan vermenigvuldigen en scheiden koolzuurgas ( CO2 ) en alcohol uit.

Kneden

Door te kneden zorgen de gluten in het deeg voor een elastisch netwerk. Het gas wat gist maakt wordt “gevangen”. Hierdoor wordt het brooddeeg luchtig en veerkrachtig.

Rijskast

Om de gistcellen zich verder te laten vermenigvuldigen gaat het deeg in een rijskast.

In deze vochtige omgeving van 30 0C eten de gisten koolhydraten uit het deeg.

Het rijzen duurt minimaal 30 minuten.

Vormen

Van het deeg vorm je een pizzabodem. Met tomatensaus en andere ingrediënten van de topping kun je de schijf van 5 compleet maken.

Bakken

De pizza wordt kort in een hete oven gebakken.

**Werkwijze:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ingrediënten deeg:** |  |
| **giststarter**   * 3 ½ gram gist ( ½ zakje) * 1 theelepel suiker * 110 ml. lauw water | **en verder voor het deeg**   * 200 g bloem  * ½ theelepel zout * 2 eetlepels olijfolie |
| **Ingrediënten tomatensaus:**   * 1 blikje tomatenpuree * ½ ui * 1 teentje knoflook * 50 ml water * 1 thl Italiaanse kruiden * Scheutje (olijf)olie   **Ingrediënten topping:**   * Beleg dat je zelf hebt meegenomen | **Materialen**   * Beslagkom * glazen kopje * theelepels 2x * schaaltjes * deegroller * bloemstrooier * bakmat of bakpapier * pannenkoekmes * koekenpan |

**Uitvoering:**

giststarter

1. 🞎 Giet 110 ml water in een glazen kopje   
    Doe de gist en de theelepel suiker erbij.
2. 🞎 Roer het mengsel goed door en zet het in een klein pannetje met warm water   
    (au bain-marie) De gisten kunnen zich nu vermenigvuldigen. Dit is te zien aan   
    de schuimkraag die gevormd wordt.  
     
   Maak een rijskast van de oven.
3. 🞎 Zet het rek midden in de oven. Zet de oven aan op 30 o C.
4. 🞎 Breng een middelgrote pan met ruim water aan de kook (deksel erop).   
    Zet de pan daarna (zonder deksel) op de bodem van de oven, zodat het in de  
    oven goed vochtig wordt.



Kneden van het deeg

1. 🞎 Leg de bakmat op de bakplaat.
2. 🞎 Doe de bloem olie en het zout in een beslagkom.
3. 🞎 Doe nu het gistmengsel erbij.
4. 🞎 Meng alles en kneed daarna verder op de aanrecht.
5. 🞎 Kneed 10 minuten met de muis van je hand, tot je een zacht en elastisch deeg   
    hebt.
6. 🞎 Leg het deeg in een schaaltje of kom. Zet deze op een rooster in de rijskast en   
    laat het 20 minuten rijzen.  
     
   Saus
7. 🞎 Snijd de ui en knoflook fijn. Bak ze zachtjes in warme olie tot de ui glazig ziet.
8. 🞎 Voeg de tomatenpuree en Italiaanse kruiden en knoflook toe. Bak nog 20   
    seconden mee, zodat de tomatenpuree minder zuur smaakt.
9. 🞎 Roer er 50 ml water door.

Topping

1. 🞎 Was en snijd de ingrediënten voor de topping.  
     
   Vormen
2. 🞎 Haal het deeg uit de rijskast en ook de pan en het rooster (alles dus).
3. 🞎 Verwarm de oven voor op 240° C.
4. 🞎 Rol het deeg uit tot 2 ronde pizza’s. En leg ze op de bakmat (op de bakplaat).
5. 🞎 Verdeel de saus over de bodem.
6. 🞎 Verdeel de andere ingrediënten van de topping daar weer op.  
     
   Bakken
7. 🞎 Bak de pizza in het midden van de voorverwarmde oven ongeveer 10   
    minuten.
8. 🞎 Snijd niet in de bakmat! Leg de pizza met het pannenkoekmes op de snijplank.

**Vragen en opdrachten**

|  |  |
| --- | --- |
| *oven* | 1. Voor welke grondstoffen is de oven geschikt? 2. Waar dienen de lampjes voor? 3. Hoe lang duurt het voorverwarmen? 4. Waar dienen de richels in de oven voor? 5. Wanneer gebruik je het rek en wanneer de plaat? |

1. ………………………………………………………………………………………
2. ………………………………………………………………………………………
3. ………………………………………………………………………………………
4. ………………………………………………………………………………………
5. ………………………………………………………………………………………
6. Welke gassen komen uit de gistcellen en welke functie heeft het in het deeg?

………………………………………………………………………………………….

1. Waarvoor is een rijskast?  
     
   ………………………………………………………………………………………….
2. Waar zorgen de gluten in het deeg voor bij het kneden?  
     
   ………………………………………………………………………………………….
3. a. Teken de vakken in de schijf van 5. Zet de grondstoffen voor de pizza naast het   
    juiste vak.

b. Voldoet jou pizza aan de schijf van 5? Leg uit  
  
 ………..…………………………………………………………………………………….

1. Bereken de kostprijs van de pizza.  
     
   1 eetlepel = 15 ml of ongeveer 10 g   
   1 theelepel = 5 ml ongeveer 5 gram   
     
   Gebruik de ezelsbrug om van kg 🡪 gram , of van liter 🡪 ml te maken:

Krijgt het dappere meisje de centen mee

K H D M D C M

kg gram

liter dl cl ml

Gebruik de verhoudingstabel bij de berekening.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ingrediënten | | Prijs per eenheid | Gebruikte hoeveelheid | | |  | Berekening | | | | Prijs | |
| bloem | | € 0,89 / 1kg | 200 gram | | | € | 0,89 |  | ? | | 0,178 =  € 0.18 | |
| g | 1000 | 1 | 200 | |
| Zout en kruiden | X | | | X | X | | | | | 0,10 | |
| suiker | € 0,95 /  1 kg | | | 1 thl = g |  | | | | |  | |
| olijfolie | € 10,49 / 1 liter | | | 3 eetlepels =  ml |  | | | | |  | |
| knoflook | € 1,29 /  2 bolletjes | | | 1 teentje  (9 per bolletje) |  | | | | |  | |
| tomatenpuree | € 0,49 /  1 stuk | | | 1 blikje |  | | | | |  | |
| ui | € 1,65 / 12 stuk | | | ½ |  | | | | |  | |
| Geraspte kaas | € 2,59 / 200 g | | | 40 g |  | | | | |  | |
| topping: paprika | € 0,99 / 1 | | | 1 |  | | | | |  | |
| Topping:  tomaten | € 2,99 / 5 | | | 2 |  | | | | |  | |
| **Totaal** |  | | |  |  | | | | |  | |