Kartoffelspalten aus dem Backrohr mit Kräuterdip und Gemüsesticks

Menge	Zutaten	Zubereitung
1 kg	Kartoffeln, vorwiegend fest kochen	Backrohr auf **200 °C Umluft** vorheizen, Blech mit Backpapier belegen. Kartoffeln waschen, je nach Geschmack schälen oder gut abbürsten, grüne Stellen entfernen, halbieren, von der Mitte aus in gleichmäßige Spalten schneiden und in eine Metallschüssel geben. Öl und Gewürze mischen, zu den Kartoffeln geben und durchschwenken. Etwa 30 Minuten knusprig backen, zwischendurch umwenden.
2 EL	Öl	
1 TL	Salz	
Je ½ TL	Paprika oder Kräuter oder Curry	
Man kann auch andere Gemüsesorten wie Süßkartoffeln, Zucchini, Paprikaschoten, Auberginen mitbacken.		
Kräuterdip:		
250 g	Quark	Alle Zutaten in eine Glas- oder Metallschüssel geben, verrühren und gut abschmecken!
50 ml	Sahne, Sahnejoghurt oder Creme Fraiche	
½ TL	Salz	
1	Knoblauchzehe oder	
2 EL	Frisch gehackte Kräuter nach Wahl (Bärlauch, Petersilie, Schnittlauch, Dill)	
1 Prise	Zucker	
1 EL	Kürbiskernöl	
Gemüsesticks aus Gurken, Karotten, Staudensellerie, Paprikaschoten schneiden und mit den Kartoffeln und dem Dipp anrichten.		