




Gemüsesticks

Menge	Zutat	Zubereitung
½ 3 1	Salatgurke Karotten Paprikaschote	und schälen, in Streifen schneiden. putzen, waschen, in Streifen schneiden. Das Gemüse schön anrichten.



Feta-Käse-Dip

Menge	Zutat	Zubereitung
200 g 200 g 1 EL 2 EL 1 kleiner Bund	Feta-Käse Saure Sahne Zitronensaft Olivenöl Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin...)	mit der Gabel fein zerdrücken, mit verrühren. und dazugeben. waschen, fein hacken und unterrühren.
½ TL etwas	Salz Pfeffer	Mit und abschmecken.

Kräuter-Knoblauch-Dip

Menge	Zutat	Zubereitung
250 g ½ Becher 1 kleiner Bund ½ TL ½ TL etwas 1 Zehe	Quark Schmand Kräuter (fein gehackt) Salz Paprikapulver Pfeffer Knoblauch	 Alle Zutaten miteinander vermischen, abschmecken.

Wilde Kartoffeln

Menge	Zutat	Zubereitung
600 g	festkochende Kartoffeln	waschen, schälen, in Spalten schneiden, in kaltes Wasser legen.
2 EL 1 TL ½ TL 1 TL 1 TL	Olivenöl Paprika Edelsüß Paprika scharf Salz Oregano	 Alle Zutaten in einer großen Schüssel mischen, Kartoffelspalten abgießen und zugeben. Kartoffeln gründlich in der Marinade wälzen und auf ein Backblech (mit Backpapier) geben.  Bei 180°C ca. 35 Min. backen.