Linsen mit Bulgur, Fladenbrot und würzigem Joghurtdip

Zutaten

1 Tasse Linsen
1 Tasse Bulgur
4 Tassen Wasser
Gemüsebrühe
Kreuzkümmel
1 Bund frischer Koriander
Salz
Pfeffer
250g Joghurt
Basilikum
Fladenbrot nach Wahl
Saft einer halben Zitrone

Zubereitung

1. Die Linsen in Wasser einweichen und ca. 2 Stunden ziehen lassen. Anschließend die Gemüsebrühe, den Kreuzkümmel und ein wenig Salz dazugeben, aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.
2. Die Hälfte des Korianders klein schneiden und mit dem Bulgur in die Linsen einrühren und ca. 15 Minuten weiterköcheln lassen.
3. Basilikum klein schneiden, in das Joghurt einrühren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Linsen mit Salz und Pfeffer abschmecken, den restlichen Koriander kleinschneiden, die Linsen anrichten und mit dem frischen Koriandergrün bestreuen.
5. Die Linsen mit dem Fladenbrot und dem Joghurtdip genießen.