

NYBG

EDIBLE ACADEMY
FRESH FROM THE GARDEN TASTINGS



FRESH HERB TEA

Serves 2–4

A perennial favorite of the Edible Academy

Ingredients:

- 4 cups water
- 1 bunch (approximately 30 leaves or 2 cups) mixed herbs (any sweet herb, including mint, lemon balm, pineapple sage, lavender, chamomile, etc.)
- 2 Tablespoons honey, to taste

Instructions

Bring water to a rolling boil. Remove from heat. Add herbs. Let steep for 3 – 5 minutes, depending on desired strength. Remove herbs, and stir in sweetener, if desired. Serve hot or cold.

NYBG

EDIBLE ACADEMY
DEGUSTACIONES
FRESCAS DEL JARDÍN



TÉ DE HIERBAS FRESCAS

Para 2 a 4 personas

Un eterno favorito de Edible Academy

Ingredientes:

- 4 tazas de agua
- 1 manojo (aproximadamente 30 hojas o 2 tazas) de hierbas mixtas (cualquier hierba dulce como menta, toronjil, salvia de piña, lavanda, manzanilla, entre otras)
- 2 cucharadas de miel al gusto

Instrucciones

Hierva el agua. Retire del fuego. Añada las hierbas. Déjelas remojar por 3 a 5 minutos, dependiendo de cuán fuerte quiere que sea. Retire las hierbas y añada edulcorante, si lo desea. Sirva caliente o frío.