

NYBG

EDIBLE ACADEMY
FRESH FROM THE GARDEN TASTINGS



MOLASSES WATER

Makes 1 quart

Adapted from *A Kwanzaa Keepsake: Celebrating the Holiday with New Traditions and Feasts* (Jessica B. Harris)

Ingredients:

- 1 quart of water
 - ½ cup dark molasses, or to taste
 - Juice of 2–3 lemons, approximately ¼ or more cups, to taste
 - 5 sprigs fresh mint
 - Mint sprigs and lemon slice, for garnish
-
- Ice, to serve.

Instructions

Roll the lemons roughly against a hard surface before cutting in half and using a citrus press to extract the juice.

Mix the water, molasses, and lemon juice together in a pitcher, stirring thoroughly to make sure that the molasses is well mixed in. Refrigerate for at least 2 hours or until well chilled.

When ready to serve, bruise the mint by pressing it against the side of your serving pitcher with the bowl of a spoon, add ice, and pour in the molasses water. Serve with mint garnish or a wedge of lemon, as desired.

“During the period of many of our ancestors’ American enslavement, water was their only beverage. For holidays and special occasions, they improvised, using the only sweetener that they had: molasses. I’ve taken liberties with history and added a sprig of fresh mint and a squeeze of fresh lemon juice.”

—Jessica B. Harris

NYBG

EDIBLE ACADEMY
DEGUSTACIONES
FRESCAS DEL JARDÍN

AGUA DE MELAZA

Rinde 1 cuarto de litro

Adaptado de *A Kwanzaa Keepsake: Celebrating the Holiday with New Traditions and Feasts* (Jessica B. Harris)

Ingredientes:

- 1 cuarto de litro de agua
- 1/2 taza de melaza oscura, o al gusto
- Jugo de 2 o 3 limones, aproximadamente 1/4 o más tazas, al gusto
- 5 ramitas de menta fresca
- Ramitas de menta y una rodaja de limón, para decorar
- Coloque hielo al servir.



Instrucciones

Ruede los limones contra una superficie dura antes de cortarlos por la mitad y utilizar una prensa de cítricos para extraer el jugo.

Mezcle el agua, la melaza y el jugo de limón en una jarra, revolviendo bien para asegurarse de que la melaza se incorpore bien. Refrigere durante al menos 2 hora, o hasta que esté fría.

Machaque la menta presionándola contra el lateral de su jarra con una cuchara, añada hielo y vierta el agua de melaza cuando la vaya a servir. Sirva con una guarnición de menta o una rodaja de limón, al gusto.

"Durante el periodo de esclavitud americana de muchos de nuestros antepasados, el agua era su única bebida. Para los días festivos y las ocasiones especiales, improvisaban, utilizando el único edulcorante que tenían: la melaza. Me he tomado la libertad de hacer cambios en la historia y he añadido una ramita de menta fresca y un chorrito de jugo de limón recién exprimido".

—Jessica B. Harris