

NYBG

EDIBLE ACADEMY
FRESH FROM THE GARDEN TASTINGS



HONEY-HERB POPCORN

From the Edible Academy
Serves 2–4

Ingredients

- 1 Tablespoon olive oil
- 3 Tablespoons honey
- 1 Tablespoon tahini
- ½ teaspoon water
- 2 Tablespoons each of dried herbs or 3 Tablespoons fresh herbs—e.g. a mix of oregano, basil, parsley, thyme, and chives
- 4 cups of popcorn
- Salt, to taste
- Optional: canola oil (canola oil spray is preferred, if available)

Instructions

In a small bowl or a glass liquid measuring cup, mix olive oil, honey, tahini, and water. In a larger bowl, pour over popcorn. To toss and mix, you can use wooden spoons (tip: lightly treat the wooden spoons with canola oil—spray or spread—to keep the popcorn from sticking). As you toss, sprinkle in the herbs. Salt to taste.

NYBG

EDIBLE ACADEMY
DEGUSTACIONES FRESCAS DEL JARDÍN



PALOMITAS DE MAÍZ CON MIEL E HIERBAS

De Edible Academy
Para 2 a 4 personas

Ingredientes

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 3 cucharadas de miel
- 1 cucharada de tahini
- ½ cucharadita de agua
- 2 cucharadas de hierbas secas o 3 cucharadas de hierbas frescas (por ejemplo, una mezcla de orégano, albahaca, perejil, tomillo y cebollín)
- 4 tazas de palomitas de maíz
- Sal, al gusto
- Opcional: aceite de canola (se prefiere el aceite de canola en spray, si está disponible)

Instrucciones

En un tazón pequeño o en una taza medidora de líquidos de vidrio, mezcle el aceite de oliva, la miel, el tahini y el agua. En un tazón más grande, vierta las palomitas de maíz. Para echar y mezclar, puede utilizar cucharas de madera (consejo: humedezca las cucharas de madera con aceite de canola, rociándolas o untándolas, para evitar que las palomitas se peguen). A medida que se va revolviendo, incorpore las hierbas. Añada sal al gusto.