



TIER 1 LIVING

THE MISSION COMES FIRST

Vinagre Culinario de Romero de Campo del Veterano

Ficha de Receta Tipo Manual de Campo · Protocolos con Hierba Fresca y Seca

PERFIL DE LA MISIÓN

Un vinagre culinario-boticario de lote pequeño para aderezos, marinados, vegetales, frijoles, shrubs, mocktails y oximiel de romero.

ESTÁNDAR TIER 1: Comienza con vinagre comercial etiquetado con 5% de acidez o más. Usa vidrio limpio, herramientas limpias y hierbas en buen estado. Mantén el romero fresco completamente sumergido. Cuela por completo. Refrigerar el vinagre terminado.

ESPECIFICACIONES DEL LOTE

Rendimiento	Aproximadamente 2 tazas / 1 pinta / 475 mL
Recipiente	Frasco de vidrio limpio con tapa no metálica, o una barrera de papel pergamino bajo una tapa metálica
Proporción de romero fresco	3 a 4 ramitas medianas O 1/2 taza de hojas/puntas tiernas sueltas por 2 tazas de vinagre
Proporción de romero seco	2 a 3 cucharadas de hojas completamente secas y ligeramente trituradas por 2 tazas de vinagre
Almacenamiento final	Refrigerado, bien sellado

ELIGE TU VINAGRE

Vinagre	Perfil de Sabor	Uso Tier 1
Vinagre de sidra de manzana crudo	Afrutado, rústico, suavemente ácido	Oximieles, shrubs, frijoles, bebidas de bienestar, aderezos contundentes
Vinagre de vino blanco	Ligero, floral, limpio	Vinagretas, pescado, pollo, vegetales

Vinagre	Perfil de Sabor	Uso Tier 1
Vinagre blanco destilado	Intenso, neutro	Perfil de romero pronunciado y aplicaciones culinarias sencillas
Vinagre de vino tinto	Con cuerpo, robusto	Hongos, lentejas, vegetales asados, marinados
No diluyas el vinagre antes de infusionar. No uses vinagre casero de acidez desconocida.		

PROTOCOLO A · ROMERO FRESCO + VINAGRE CALIENTE

MISIÓN: Elige este protocolo para la extracción más rápida y un perfil de romero más intenso y robusto. No es la opción preferida cuando priorizas conservar el carácter crudo/sin calor del vinagre de sidra de manzana.

Ingrediente	Cantidad
Romero fresco	3 a 4 ramitas medianas O 1/2 taza de hojas/puntas tiernas sueltas
Vinagre alimentario, 5% de acidez o más	2 tazas / 475 mL

1. Selecciona romero saludable; retira las hojas dañadas. Enjuaga solo si es necesario y seca bien.
2. Machaca ligeramente las hojas y tallos tiernos. Colócalos en un frasco de vidrio limpio apto para calor.
3. Calienta el vinagre hasta que humee y esté casi hirviendo: 82–88°C / 180–190°F. No hiervas vigorosamente.
4. Vierte sobre el romero, dejando 1 cm / 1/2 pulgada de espacio libre. Mantén el romero sumergido.
5. Tapa con una tapa no metálica o una barrera de pergamino. Deja reposar de 1 a 2 semanas en un lugar fresco y oscuro; gira suavemente cada pocos días.
6. Prueba a la semana. Cuela por completo, embotella, etiqueta y refrigera.

PROTOCOLO B · ROMERO FRESCO + INFUSIÓN FRÍA EN REFRIGERADOR

MISIÓN: El protocolo estilo Tier 1 Living con vinagre de sidra crudo. Conserva el carácter sin calor del vinagre. El romero fresco aporta agua y microbios naturales de la planta, así que mantén este método refrigerado en todo momento.

Ingrediente	Cantidad
Romero fresco	3 a 4 ramitas medianas O 1/2 taza de hojas/puntas tiernas sueltas
Vinagre alimentario, 5% de acidez o más	2 tazas / 475 mL

1. Confirma que el frasco y la tapa estén limpios y completamente secos. Seca bien el romero enjuagado.
2. Machaca ligeramente el romero. Cúbrelo por completo con vinagre y mantén todo el material vegetal bajo la superficie.
3. Tapa con tapa no metálica o barrera de pergamino. Etiqueta y refrigera de 7 a 14 días.
4. Gira una vez al día. Prueba al día 7; cuela cuando el sabor esté a tu gusto. No dejes el romero fresco más allá del día 14.
5. Filtra, embotella, etiqueta y refrigera.

Ventana de uso: usa dentro de 2 a 3 meses refrigerado para el mejor sabor.

PROTOCOLO C · ROMERO SECO + VINAGRE CALIENTE

MISIÓN: Un protocolo eficiente y contundente para un vinagre de romero más profundo y amaderado. La hierba completamente seca no aporta humedad vegetal fresca.

Ingrediente	Cantidad
Hojas de romero completamente secas, ligeramente trituradas	2 a 3 cucharadas
Vinagre alimentario, 5% de acidez o más	2 tazas / 475 mL

1. Confirma que el romero esté completamente seco: las hojas se desmoronan y los tallos pequeños se quiebran en vez de doblarse.
2. Coloca el romero en un frasco de vidrio limpio, seco y apto para calor.
3. Calienta el vinagre a 82–88°C / 180–190°F, humeante pero sin hervir vigorosamente.
4. Vierte sobre la hierba, dejando 1 cm / 1/2 pulgada de espacio libre. Tapa con tapa no metálica o barrera de pergamino.
5. Deja reposar en un lugar fresco y oscuro de 1 a 2 semanas, girando cada pocos días.
6. Cuela bien, embotella, etiqueta y refrigera.

PROTOCOLO D · ROMERO SECO + INFUSIÓN FRÍA

MISIÓN: La opción de baja intervención y extracción lenta. Ideal para vinagre de sidra crudo o cuando quieres evitar el calor usando un botánico estable y completamente seco.

Ingrediente	Cantidad
Hojas de romero completamente secas, ligeramente trituradas	2 a 3 cucharadas
Vinagre alimentario, 5% de acidez o más	2 tazas / 475 mL

1. Coloca el romero completamente seco en un frasco de vidrio limpio y seco, y cúbrelo por completo con vinagre.
2. Tapa con tapa no metálica o barrera de pergamino. Guarda en una alacena fresca y oscura de 2 a 4 semanas.
3. Gira o agita cada pocos días. Prueba a las 2 semanas.
4. Cuela cuando alcances el sabor deseado. Filtra, embotella, etiqueta y refrigera.

Ventana de uso: usa dentro de 3 meses refrigerado para el mejor sabor y frescura.

CONTROL DE CALIDAD

Condiciones de Aprobación	Condiciones de Descarte
Aroma limpio y a pino; la hierba fresca se mantuvo sumergida; sin fragmentos vegetales después de colar; frasco sellado, etiquetado y refrigerado.	Moho, película superficial sospechosa, limo, burbujeo inesperado, olor podrido o extraño, o un cambio importante e inesperado en la apariencia. No pruebes lotes cuestionables.

USOS DE CAMPO

Aplicación	Fórmula / Instrucción
Vinagreta de romero	1 cda de vinagre de romero + 3 cdas de aceite de oliva + 1 cdta de miel de romero o miel simple + una pizca de sal; opcional Dijon y pimienta. Bate o agita.
Oximiel de romero	1 taza de vinagre de romero terminado + 1/4 a 1/2 taza de miel. Mezcla, refrigera y usa 1 a 2 cdts en agua con gas, té, mocktails o aderezos.
Toque final de cocción	Agrega 1 a 2 cdts cerca del final de la cocción de frijoles, lentejas, verduras, sopas, salsas, vegetales asados o jugos de cocción.

REGISTRO DE INTELIGENCIA DEL LOTE — LLEVA TU PROPIO REGISTRO

- Forma del romero: fresco / seco
- Tipo de vinagre y acidez indicada
- Protocolo: A / B / C / D
- Fecha de inicio / primera prueba / fecha de colado
- Fecha límite de uso en refrigeración
- Notas de sabor / ajustes para el próximo lote