



TIER 1 LIVING

THE MISSION COMES FIRST

Miel de Romero · Limón · Jengibre del Veterano

Protocolo de Infusión Fría · Lote con Botánicos Frescos

PERFIL DE LA MISIÓN

Una miel infundada en frío, de lote pequeño, hecha con romero fresco, ralladura de limón y jengibre fresco. Este protocolo está diseñado para conservar el carácter crudo y sin calor de la miel, produciendo una infusión culinaria-boticaria brillante para bebidas calientes, té, yogur, fruta, aderezos y glaseados de cocina.

ESTÁNDAR TIER 1: Los botánicos frescos aportan humedad. Usa ingredientes limpios y muy secos; mantén todos los botánicos sumergidos; infundona solo en refrigeración; cuela por completo; y mantén la miel terminada refrigerada. Esta es una preparación exclusivamente de refrigerador y de vida corta.

ESPECIFICACIONES DEL LOTE

Rendimiento	Aproximadamente 1 taza / 240 mL
Método de infusión	Infusión fría en refrigeración
Ventana de infusión	3 a 5 días
Almacenamiento final	Refrigerado, bien sellado
Ventana de uso final	Mejor usar dentro de 2 a 3 semanas después de colar
Recipiente	Frasco de vidrio limpio y completamente seco de 8 a 12 oz, con tapa

INGREDIENTES

Ingrediente	Cantidad
Miel cruda	1 taza — elige una miel que disfrutes comer sola; se prefiere cruda/sin calentar
Romero fresco	1 ramita pequeña, de 3 a 4 pulgadas — romero de jardín, saludable y aromático
Ralladura de limón	1 a 2 tiras anchas — solo la parte amarilla; evita la parte blanca

Ingrediente	Cantidad
Jengibre fresco	1 rodaja delgada, de 1/8 a 1/4 de pulgada — ligeramente machacada; limpia y firme

PREPARACIÓN DE LOS BOTÁNICOS FRESCOS

1. Romero: Enjuaga solo si es necesario; seca por completo sobre una toalla limpia hasta que no quede humedad superficial. Machaca ligeramente.
2. Limón: Lava y seca por completo. Toma 1 a 2 tiras solo de la parte amarilla. No agregues jugo de limón ni rodajas jugosas a este lote frío.
3. Jengibre: Lava y seca; pela si lo deseas. Corta una rodaja delgada y machácala ligeramente.

PROTOCOLO DE EJECUCIÓN

1. Coloca el romero, la ralladura de limón y el jengibre en un frasco limpio y seco.
2. Vierte la miel lentamente. Presiona los botánicos bajo la superficie y elimina las burbujas de aire atrapadas con una cuchara limpia y seca.
3. Sella y etiqueta: Miel de Romero · Limón · Jengibre / Fecha de Inicio / REFRIGERAR / COLAR ANTES DEL DÍA 5.
4. Refrigera de 3 a 5 días. Gira suavemente el frasco sellado una vez al día, manteniendo todos los sólidos sumergidos.
5. Prueba al día 3. Cuando esté equilibrada, cuela todo el romero, la ralladura y el jengibre. No excedas los 5 días.
6. Transfiere a un frasco limpio y seco. Etiqueta con la fecha de colado y la fecha límite de uso.

DISCIPLINA DE ALMACENAMIENTO

1. Refrigera continuamente después de prepararla y después de colarla.
2. Usa dentro de 2 a 3 semanas después de colar.
3. Usa solo una cuchara limpia y seca. No introduzcas agua, bolsitas de té mojadas, migajas ni utensilios usados.
4. No dejes romero fresco, ralladura de limón ni jengibre en la miel terminada para almacenamiento prolongado.

LÍMITES DE LA MISIÓN

1. Esta es una preparación culinaria/boticaria, no un sustituto de la evaluación médica, el tratamiento prescrito o la atención de emergencia.
2. Nunca des miel de ningún tipo a bebés menores de 12 meses.
3. No agregues aceite esencial de eucalipto — ni ningún aceite esencial — a una preparación de miel comestible.
4. Se elige la ralladura de limón en vez del jugo porque aporta aroma sin la humedad del jugo o las rodajas.

5. Para una miel de romero a temperatura ambiente, usa romero completamente seco y botánicos culinarios completamente secos, no ingredientes frescos.

CONTROL DE CALIDAD

Condiciones de Aprobación	Condiciones de Descarte
Los botánicos permanecieron sumergidos; el aroma es limpio, herbal, a miel y brillante; sin burbujeo, espuma, moho ni olor agrio o a levadura; todos los botánicos retirados después de la infusión.	Burbujas o espuma; olor agrio, a levadura, alcohólico o extraño; moho; limo; separación inusual; deterioro visible de los botánicos. Descarta sin probar.

USOS DE CAMPO

Aplicación	Fórmula / Instrucción
Té caliente / taza reconfortante	8 a 12 oz de agua o té agradablemente caliente + 1 cdta de miel. Agrega un chorrito de limón fresco directamente a la taza si lo deseas.
Refresco botánico con gas	8 a 12 oz de agua con gas + 1 a 2 cdts de miel + hielo + gajo de limón opcional.
Vinagreta de miel de romero	1 cda de vinagre culinario de romero + 3 cdas de aceite de oliva + 1 cdta de miel de romero, limón y jengibre + sal y pimienta al gusto.
Glaseado de cocina	Aplica ligeramente con brocha sobre zanahorias asadas, calabaza, pollo, cerdo o fruta a la parrilla cerca del final de la cocción.

REGISTRO DE INTELIGENCIA DEL LOTE — LLEVA TU PROPIO REGISTRO

- Tipo de miel / origen
- Origen del romero / fecha de cosecha
- Origen del limón y el jengibre
- Fecha de inicio / revisión de sabor al día 3
- Fecha de colado / fecha límite de uso
- Notas de sabor / ajustes para el próximo lote