

how to store fresh herbs

Use these steps to keep herbs like basil, cilantro, dill, mint and parsley fresh longer:

1. Fresh cut herbs are usually sold in bundles, with the stems tied together by a rubber band. At home, remove the rubber band.
2. Rinse the whole bunch under cool running water. Then lay out in a single layer on a clean towel to dry.
3. Trim the ends of the stems off.
4. Place the herbs in a clean glass or jar with the stems under cool water.
5. Cover tops with a plastic bag and store in the refrigerator.*

**Leave basil uncovered and store in a glass of water on the counter at room temperature.*



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.



Fresh herbs add new, bright flavors to your favorite dishes.

Find a variety of fresh, cut green herbs all summer at the farmers' market.

cómo almacenar hierbas frescas

Utiliza estos pasos para mantener las hierbas como la albahaca, el cilantro, el eneldo, la menta y el perejil frescos por más tiempo:

1. Las hierbas frescas cortadas suelen venderse en manojos, con los tallos atados con una goma elástica. En casa, retira la banda elástica.
2. Enjuaga todo el manajo bajo un chorro de agua corriente fría. A continuación, colócalas en una sola capa sobre una toalla limpia para que se sequen.
3. Recorta los extremos de los tallos.
4. Coloca las hierbas en un vaso o frasco limpio con los tallos sumergidos en agua fría.
5. Cubre la parte superior con una bolsa de plástico y guárdalas en el refrigerador.

**Deja la albahaca sin tapar y guárdala en un vaso de agua en la encimera a temperatura ambiente.*



© Nutrition Matters, Inc. All Rights Reserved.
This tipsheet can be reproduced for educational purposes.



Las hierbas frescas añaden nuevos y brillantes sabores a tus platos favoritos.

Encuentre una variedad de hierbas verdes frescas y cortadas durante todo el verano en el mercado.