

Menthe Verte

Mentha spicata, Mentha sativa



Aussi connu comme la menthe verte, menthe douce, mentha spicata, etc.

Plante vivace herbacée de la famille des Lamiacées, qui peut atteindre 30-100 cm.

Il existe plusieurs variétés de menthe, le plus connu étant le spicata Mentha et Mentha piperita. La différence entre les espèces est dans le format des feuilles, des tiges, la coloration, l'odeur et le goût.

Plus d'informations à:

https://www.amu.bio/_menthe_verte

Cultivation

Il s'adapte aux sols argileux et acides, mais pas trop secs.

Il est recommandé que le site de culture soit bien protégé du vent, car celui-ci peut nuire aux plantes.

En ce qui concerne l'exposition au soleil, la menthe peut être cultivée dans des endroits ensoleillés ou à l'ombre partielle. À l'ombre partielle, il est plus facile de garder le sol humide et l'environnement frais, surtout dans les régions au climat plus chaud.

Le sol doit être fertile et riche en matières organiques, et ne doit jamais être sec pendant le cycle de croissance des plantes.

La culture s'effectue généralement en divisant les racines, qui peuvent être plantées directement dans un site permanent ou dans des lits, et les plantules sont ensuite transplantées lorsqu'elles atteignent environ 10 à 15 cm de hauteur.

Histoire

Souvent utilisé par plusieurs personnes au cours des années, comme les Égyptiens, les Grecs, les Romains, les Juifs et les Américains.

Dans la plupart des cas, la Menthe a été utilisé dans les tableaux de décoration de banquet et de dîner, et consommé sous forme de thé.

Son origine est liée à la mythologie.

Utilisation

Dans la cuisine, ses feuilles fraîches sont utilisées dans les salades, les soupes, comme assaisonnement de poulet, de la viande rouge ou poisson, dans l'eau aromatisée avec des jus de fruits et du thé.

Une de ses utilisations les plus populaires est comme une plante médicinale: stimulant de l'estomac, carminatives. Utilisé dans perturbations digestifs, flatulences, employée dans des palpitations et des tremblements nerveux, des vomissements, des crampes utérines, dans le catarrhe et pourtant comme calmant.

Vous pouvez également l'utiliser comme une plante répulsive dans les petites attaques peste 'aleurode' (petit insecte blanc qui loge dans la face inférieure des feuilles, libérant un liquide collant qui laisse le feuillage collant, se nourrissant de la sève des plantes).