Menthe verte

(Mentha spicata)



Plante vivace rampante et traçante, originaire d'Europe et d'Asie, elle est cultivée pour ses feuilles très aromatiques, souvent utilisées en infusion et comme aromate.

Résistance au gel : -34,5°C ;

Comestibilité :
Les feuilles et pousses fraîches ou séchées sont utilisées pour aromatiser toutes sortes d'aliments, de plats (à base de viandes, de légumes ou de fruits), de boissons... Elles permettent notamment de réaliser la sauce à la menthe et de délicieuses infusions, très rafraîchissantes. L'huile essentielle extraite de celles-ci est également très appréciée comme arôme.

