

MENTA PIPERITA - Fam. Labiatae



DESCRIZIONE

- Pianta erbacea perenne, rustica e molto vigorosa, molto ben adattata alle aree dei climi mediterranei.
- E' un ibrido che nasce dall'incrocio: *Mentha aquatica* X *Mentha viridis*.
- A seconda dell'intensità di colore delle sfumature porpora lungo il fusto si distingue in *menta bianca* e *menta nera*.
- **Fusto:** Eretto, quadrangolare, di colore violaceo, raggiunge un'altezza massima di 50 cm.
- Dalla base parzialmente lignificata partono stoloni che danno origine a nuovi fusti e radici.
- **Foglie:** Picciolate, ovali, dentellate, leggermente pelose, di colore verde intenso con profonde nervature violacee.
- Sono ricche di un intenso e gradevole aroma.
- **Fiori:** Piccoli di colore rossastro, sono riuniti in infiorescenze lungo il fusto dette spighe campanulate. Compaiono da giugno a settembre
- **Frutti:** Tetrachenii

MOLTIPLICAZIONE

- **DIVISIONE DEI CESPI:** Vista la forte capacità stolonifera, il ridimensionamento frequente del cespo si rende comunque necessario per evitare che la pianta proliferi a tal punto da diventare infestante.
- **TALEA**
- Non si effettua la semina poiché, essendo la menta piperita un ibrido, il suo seme ha una bassissima germinabilità e non risulterebbero piantine geneticamente omogenee.

PARTI UTILIZZATE

- Foglie e fiori.
- Per la foglia si procede operativamente ad un taglio fin dalla base del fusto e in una fase successiva si fa la mondata per avere la sola foglia, cercando di selezionare anche tra queste le più fresche ed eliminando quelle più vecchie che sono inserite alla base del fusto. dopo questo sfalcio, con l'irrigazione sarà possibile avere anche un altro raccolto.
- Se si vogliono sommità fiorite bisogna lasciare che la pianta cresca fino allo stadio di fioritura; si raccoglierà solo la parte apicale costituita dalle infiorescenze e dalle foglioline apicali.
- I rametti e le infiorescenze possono essere essiccati in luoghi ombrosi e ventilati, e conservati.

IMPIEGHI

- Le foglie e i rametti sono impiegati freschi o essiccati in cucina per insaporire carni e verdure, o nella industria dolciaria per la preparazione di dolci al cioccolato e sciroppi o per la preparazione di tè rinfrescanti.
- Il prodotto essiccato trova utilizzo nella filiera erboristica.
- Gli oli essenziali trovano largo impiego in aromaterapia.

PRINCIPI ATTIVI

- Mentolo, mentone, mentene, 1-8 cineolo, solfuro di metile, tannini (in piccole percentuali).

PROPRIETA'

- Antispasmodiche, espettoranti, antisettiche, digestive.
- Distensiva del sistema nervoso, utile nelle emicranie (applicazione di impacco o gocce di olio essenziale sulle tempie)
- Utile nel mal di gola (sciacqui con infuso)

AROMATERAPIA

- Utile in caso di indigestione, nausea, mal di mare o mal d'auto.
- Utile per malattie da raffreddamento o febbre.
- Assunta di sera può causare disturbi del sonno.
- Evitarne l'assunzione in caso di cura omeopatica, perché riduce l'assorbimento di tali farmaci.
- Per la sua elevata tossicità non si può assumere mentolo puro.

AVVERTENZA ! Le informazioni riportate non intendono in alcun modo sostituire la consulenza medica, ma hanno valore divulgativo della conoscenza delle proprietà specifiche delle piante.