



*Mentha x piperita*

**MENTA**

**Fam. Labiatae**

### **ASPETTI BOTANICI**

Al genere *Mentha* (fam. *Labiatae*) appartengono circa 50 specie, di cui la più importante dal punto di vista commerciale è la menta piperita. Secondo le attuali conoscenze *M. piperita* è un ibrido che si è formato spontaneamente dall'incrocio fra *M. spicata* e *M. aquatica*. Numerose varietà di m.p. sono coltivate in diverse regioni, la più famosa è la *Mitcham* che ha molte varianti.

La menta piperita è una pianta erbacea perenne munita di rizomi e stoloni sotterranei che le permettono di sopravvivere all'inverno. Il fusto, lungo da 30 a 100 cm, è angoloso, violetto e molto ramificato nella parte superiore.

Le foglie sono ovali, di colore verde scuro ricoperte sia sopra che sotto, di peli ghiandolari.

L'infiorescenza è uno spicastro di fiori violetti.

### **UTILIZZAZIONE**

Le foglie secche di menta, per le loro proprietà spasmolitiche, coleretiche e carminative e digestive, si adoperano per preparare tisane. L'olio essenziale di menta invece viene impiegato dall'industria farmaceutica e dolciaria, ma anche da quella dei cosmetici, per la preparazione di liquori, dolci, profumi, dentifrici e colluttori. Grazie alla sua adattabilità, la menta viene coltivata quasi in ogni paese e, secondo alcune stime, il consumo mondiale di olio di menta supera le 7000 t/anno. Il più grande produttore di olio di menta sono gli USA.

*Impiego:* digestivo rinfrescante ne agevola la digestione.