



## MENTA FRUTTATA

(Mentha arvensis)



### DESCRIZIONE



#### Coltivazione

Si adatta a qualsiasi tipo di terreno. Si può posizionare sia al sole che all'ombra. In inverno la parte aerea scompare. Non tollera le correnti d'aria. Annaffiare al bisogno.



#### Raccolta e conservazione

Si utilizzano le foglie e le sommità fiorite. Le foglie possono essere essiccate all'aria per consumarle in tisane o in cucina.



#### Uso in cucina

Per il suo aroma le foglie possono essere aggiunte alle insalate di frutta, al pane o come guarnizioni di dolci di frutta. Inoltre, le foglie fresche danno un piacevole aroma di tè freddo o caldo.