



MENTA GLACIALE

(Mentha aquatica)



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 profumo intenso e dolciastro non trova largo uso in cucina. Vengono aggiunte delle foglie fresche nelle insalate di frutta, nei gelati, nel tè e nelle bevande fresche.