

# Fresco Aroma



## NEPETA CATARIA

(Nepeta cataria)



### DESCRIZIONE



#### Coltivazione

Si coltiva in terreni drenati ed arricchiti di torba e concime. Resiste sia alle alte che alle basse temperature. Può essere esposta sia a mezza ombra che in pieno sole. Annaffiare al bisogno.



#### Raccolta e conservazione

Le foglie in cucina si usano fresche.



#### Uso in cucina

I germogli insaporiscono insalate, carni, selvaggina, salse e servono a preparare una bevanda alternativa al tè. Le foglie più tenere sono usate per la preparazione di minestre.