

# Mentha aquatica



<b>Nom vernaculaire (français) :</b> menthe aquatique													
<b>Dimension :</b> hauteur : 40 à 60 cm													
<b>Type :</b> vivace aromatique aquatique													
<b>Sol :</b>	<p>pH : <b>acide / neutre</b> / basique</p> <p>type : sol ordinaire / argileux / sableux / <b>calcaire</b></p> <p>humidité : sec / normal / frais / <b>humide</b></p> <p>autre : profondeur : -10 cm</p>												
<b>Exposition :</b>	  												
<b>Type de feuillage</b>	<b>Caduc</b> / persistant / marcescent												
<b>Période de floraison</b>	Hivernale / Printanière / <b>Estivale / Automnale</b> <table border="1" data-bbox="351 1657 1420 1758"> <tr> <td>Janvier</td> <td>Février</td> <td>Mars</td> <td>Avril</td> <td>Mai</td> <td>Juin</td> </tr> <tr> <td><b>Juillet</b></td> <td><b>Aout</b></td> <td><b>Septembre</b></td> <td><b>Octobre</b></td> <td>Novembre</td> <td>Décembre</td> </tr> </table> <p>Couleur : violet, verdâtre</p>	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	<b>Juillet</b>	<b>Aout</b>	<b>Septembre</b>	<b>Octobre</b>	Novembre	Décembre
Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin								
<b>Juillet</b>	<b>Aout</b>	<b>Septembre</b>	<b>Octobre</b>	Novembre	Décembre								

### **ENTRETIEN :**

Tailler après la floraison pour stimuler la formation des feuilles et après l'hiver, retailler les tiges sèches. On en profite également pour limiter son développement en coupant et en arrachant les tiges qui ne sont pas à l'endroit désiré.

### **INTERET DE LA PLANTE :**

Au jardin : plante mellifère, fort odorante.

En cuisine : comestible en infusion.

En médecine : production d'huile essentielle. Elles ont des propriétés digestives (combattre les lourdeurs, les ballonnements, les gaz ou dyspepsies, les spasmes gastro-intestinaux et biliaires, les symptômes du côlon irritable).

Les menthes sont aussi traditionnellement utilisées en friction pour combattre les symptômes du rhume, certains maux de tête, certaines irritations cutanées, certaines douleurs musculaires ou rhumatismales.