

Menthe bergamote (plant) -

Graine de vie

Mentha x piperita f. *citrata* 'bergamote'

<https://www.grainedevie.net/plant-menthe-bergamote.html>



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille :

Genre :

Espèce :

Details

Cycle de vie : vivace

Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm

Milieu : terrain frais , terrain drainant

Exposition : mi-ombre , plein soleil

Zone de rusticité : 6a (de -23,3°C à -20,6°C) , 6b (de -20,6°C à -17,8°C) , 7a (de -17,8°C à -15°C) , 7b (de -15°C à -12,2°C) , 8a (de -12,2°C à -9,4°C) , 8b (de -9,4°C à -6,7°C) , 9a (de -6,7°C à -3,9°C) , 9b (de -3,9°C à -1,1°C) , 10a (de -1,1°C à -1,7°C) , 10b (de +1,7°C à +4,4°C)

Floraison : août , septembre

DESCRIPTION

Famille : Lamiaceae

Nom latin : *Mentha x piperita* f. *citrata* 'bergamote'

Noms communs : Menthe bergamote, Menthe citronnée

Description sommaire : La menthe bergamote est une plante vivace à longs rhizomes traçants. Toute la plante exhale une odeur fine et agréable. Feuilles ovales, dentées, lisses d'aspect brillant. Fleurs en « pompons » terminaux, rappelant celles de la menthe aquatique (*Mentha aquatica*).

Multiplication : Pour obtenir de nouveaux plants de menthe bergamote, on pourra faire des boutures ou divisions. On n'utilise que ces moyens de multiplications végétative, le semis donnerait des résultats aléatoires.

Culture : Les plants de menthe bergamote seront espacés de 30 cm, elle apprécie un terrain frais, de mi-ombre à plein soleil. La culture est facile, il faut juste penser à déplacer la menthe bergamote tous les 2/3 ans.

Usage médicinal : Comme les autres menthes, la menthe bergamote est antispasmodique, digestive, tonique, ...

Usage condimentaire : La menthe bergamote, sèches ou fraîches, permet de faire de délicieux sirops ou infusions et autres préparations selon l'inspiration ! Par exemple, des desserts, surtout chocolats !