



Menthe marocaine (plant)

Mentha viridis 'nanah'

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de juillet à septembre

Fiche technique

FAMILLE	Lamiaceae
GENRE	Mentha
ESPÈCE	viridis 'nanah'
FAMILLE (APG IV)	Lamiaceae
GENRE (APG IV)	Mentha
ESPÈCE (APG IV)	spicata var. nanah
CYCLE DE VIE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	20 à 50 cm
MILIEU	terrain frais , terrain drainant
EXPOSITION	mi-ombre , plein soleil
ZONE DE RUSTICITÉ	De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 11b (de +7,2°C à +10°C)
COULEUR DES FLEURS	blanc
FLORAISON	De juillet à septembre

Description

Famille : Lamiaceae

Nom latin : *Mentha viridis* 'nanah'

Noms communs : Menthe marocaine, Menthe nanah, Nanah

Description sommaire : La menthe marocaine est une plante vivace à comportement traçant, qui mesure de 30 à 50 cm de hauteur. Feuilles gaufrées vert sur les deux faces au parfum très agréable,

Multiplication : Pour obtenir de nouveaux plants de menthe marocaine, on pourra faire des boutures ou des divisions de rhizomes.

Culture : On espacera chaque plant de menthe marocaine tous les 30 cm en terrain frais, à mi-soleil. Un apport de compost régulier lui sera bénéfique. La plantation sera déplacée tous les 3/4 ans.

Il est judicieux de tailler régulièrement de manière à avoir un maximum de récolte et empêcher la montée à fleurs. On peut espérer faire entre deux et quatre coupes dans l'année.

Usage condimentaire : C'est la menthe utilisée pour le thé à la menthe, aussi appelé 'Nanah' par les Marocains. Fraîchement ciselée, elle agrmente aussi de nombreux plats, notamment les taboulés, salades de fruits rouges....

Usage médicinal : La menthe marocaine est digestive.