

Mentha pulegium L., 1753 f. nana (Menthe pouliot naine)

Identifiants : 20451/menpula

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 02/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Lamiidées ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;
- Genre : Mentha ;

- Synonymes : Mentha pulegium cv. 'Dwarf', Mentha pulegium cv. 'Nana', Mentha pulegium cv. 'Nanum' ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : dwarf pennyroyal mint, dwarf pennyroyal, dwarf English pennyroyal , zwerger Poleiminze (de) ;

- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -20/-20,5°C ;



- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :

Feuille (feuilles^{0(+x),27(+x)} {fraîches ou^{{{(dp*)(0(+x))}}} séchées^{0(+x)} [assaisonnement^{(dp*)(0(+x),27(+x))} {comme condiment^{{{(27(+x))}}}, épice^{0(+x)}} et/ou base boissons/brevages^{{{(dp*)(0(+x))}}} {tisanes^{0(+x)}}} ; et extrémités très tendre^{{{(0(+x))}}} {avec parcimonie} [nourriture/aliment : crues^{{{(dp*)(0(+x))}}} {en salade^{{{(0(+x))}}} ou cuites^{0(+x)} {comme^(dp*) légume^{0(+x)}}}] comestibles^{0(+x)}.(1*)

Détails :

Partie(s) comestible(s)^{{{(0(+x))}}} : feuilles, épice, feuilles - thé, légume^{{{(0(+x))}}}.

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{(0(+x))}}} : feuilles utilisées comme condiment^{{{(27(+x))}}} ; les extrémités très tendres peuvent être ajoutées en petites quantités aux salades et cuites avec des légumes ; elles sont utilisées pour parfumer les viandes, sauces, ragoûts, et pour les farces ; les feuilles séchées sont utilisées pour aromatiser pruneaux, abricots et fruits mélangés ; les feuilles fraîches et séchées sont utilisées pour le thé^{{{(0(+x))}}}.(1*)

Les pointes très tendres peuvent être ajoutées en petites quantités aux salades et cuites avec des légumes. Ils sont utilisés pour aromatiser la viande, les sauces, les ragoûts et les farces. Les feuilles séchées sont utilisées pour aromatiser les pruneaux, les abricots et les fruits mélangés. Les feuilles fraîches et séchées sont utilisées pour le thé. Attention: Il contient de la pulegone connue pour provoquer des avortements. Il ne doit pas être pris par les femmes enceintes



néant, inconnus ou indéterminés.(1*)ATTENTION^{0(+x)} : cette espèce contient de la pulégone connue pour entraîner/produire des avortement lorsque la plante est ingérée sous forme concentrée (huile essentielle) et/ou en grandes quantités ; il est

donc recommandé aux femmes enceintes de consommer cette plante avec parcimonie et d'éviter les extraits^{{{{(dp*)(0(5(+),+x))}}}.

Plante protégée en Lorraine^{{{{TB}}}.

- *Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):*

- *Liens, sources et/ou références :*

- "Dave's Garden" (en anglais) : <https://davesgarden.com/guides/pf/go/150726/> ;

dont classification :