

Mentha x piperita **mięta pieprzowa**



Powszechnie uprawiana, aromatyczna bylina o właściwościach leczniczych. Jest naturalnym mieszańcem powstałym ze skrzyżowania mięty nadwodnej *M. aquatica* z mięta zieloną *M. spicata*. Mieszaniec ten najprawdopodobniej powstał na terenie Wielkiej Brytanii i tam został wprowadzony do uprawy w XVIII wieku. Mięta pieprzowa tworzy wzniesione, gęsto ulistnione oraz rozgałęzione od nasady łodygi, które często są zabarwione na fioletowo. Dorastają do 30-90 cm wysokości. Liście ustawione nakrzyżlegle, wyraźnie unerwione, na krótkich ogonkach, w zarysie jajowato-podługowate, zastrzone, brzegiem ostro piłkowane, z wierzchu ciemnozielone, od spodu jaśniejsze, żółto kropkowane. W gruczołkach rozsianych po obu stronach liści znajduje się aromatyczny olejek eteryczny. Uwolniony po roztarciu wydziela silny, orzeźwiający zapach. W lipcu na szczytach pędów pojawiają się drobne kwiaty zebrane w nibyokółki, skupione w gęste kwiatostany przypominających walcowate lub prawie główkowate kłosa. Kwiaty są białoróżowe lub jasnofioletowe, obupłciowe lub tylko słupekowe. Mięta pieprzowa jest rośliną silnie rosnącą, niekiedy w sprzyjających warunkach staje się ekspansywna. Rozrasta się za pomocą łatwo zakorzeniających rozłogów. Preferuje miejsca wilgotne, gleby żyzne, stanowiska słoneczne lub półcieniste. Odporna na mróz. Jest uprawiana do celów przemysłowych, do produkcji olejku miętowego używanego w przemyśle spożywczym, farmaceutycznym oraz perfumeryjnym. Substancje zawarte w olejku pobudzają wydzielanie żółci oraz pracę jelit, mają właściwości przeciwbakteryjne i lekko uspokajające. Zawarty w olejku mentol stanowi podstawowy surowiec past do zębów oraz szeregu kosmetyków. Mięta pieprzowa to doskonała roślina przyprawowa stosowana w kuchni śródziemnomorskiej (wspaniałą dodatek np. do kotletów mielonych!) oraz w ziołolecznictwie. Najważniejszym surowcem są liście, które nawet po wysuszeniu nie tracą swojego charakterystycznego aromatu. W ogrodach polecana do sadzenia na rabatach wśród bylin, na zagonach z innymi ziołami, w pojemnikach ustawianych na kuchennym oknie, na balkonach lub tarasach.

autorzy: Małgorzata Kunka; , Związek Szkółkarzy Polskich;

zasięg geograficzny

Europa, Ameryka Północna i Południowa

grupa roślin

byliny

grupa użytkowa

byliny

forma

bylina

siła wzrostu

wzrost typowy dla gatunku

pokrój

krzaczasty wyprostowany

docelowa wysokość

od 0,2 m do 0,5 m

od 0,5 m do 1 m

barwa liści (igieł)

ciemnozielone

zimozieloność liści (igieł)

liście opadające na zimę

rodzaj kwiatów

kwiatostan

barwa kwiatów

różowe

lila

pora kwitnienia

lipiec

sierpień

nasłonecznienie

stanowisko półcieniste

stanowisko słoneczne

wilgotność

podłoże wilgotne

rodzaj gleby

przeiętna ogrodowa

próchniczna

walory

ozdobne z liści/igieł

zastosowanie

ogrody przydomowe

ogrody wodne i bagienne

rabaty

pojemniki

strefa

3

autorzy: Małgorzata Kunka; , Związek Szkółkarzy Polskich;

