

## Minze - Info - 3

Kategorien: Aufbau, Info, Minze

Zutaten für: 1 Info

Orangenminze  
Bergamottminze  
Koelnisch-Wasser-Minze  
Poleiminze  
Bergminze  
Gartenbergminze  
Roemische Minze  
Amerikanische Bergminze  
Katzenminze

### Anleitung:

Variationen der Orangenminze sind die Limonenminze (*Mentha x piperita* var. *citrata*), die nach Limonenschale duftet und rotgrüne Blätter hat sowie die Koelnisch-Wasser-Minze, Eau-de-Cologne-Minze, engl. eau de cologne mint. Diese verströmt einem dem gleichnamigen Parfüm ähnlichen Duft und ist etwas grösser als die Orangenminze. Sie hat glatte, aromatische, purpurgeränderte, dunkelgrüne Blätter an rötlichen Stängeln.

Die Poleiminze (*Mentha pulegium*) enthält als einzige Minzart das giftige Pulegon, deshalb ist Achtung vor ihr geboten. Sie hat leuchtend grüne Blätter und purpurfarbene Blüten.

Neben den *Mentha*-Arten gibt es innerhalb der botanischen Familie der Lippenblütler noch Pflanzen anderer Gattungen, die aufgrund einer Mentholkomponente geschmacklich mit den Minzen vergleichbar sind: Die Bergminzen (*Calamintha*) und die Katzenminzen (*Nepeta*).

Die Bergminze (*Calamintha sylvatica*, syn. *Calamintha officinalis*, *Lamiaceae Labiatae* = Lippenblütler), engl. calamint; wird auch Bergmelisse, Bergthymian oder Waldquendel genannt. Die ausdauernde Pflanze wächst in Mittel- und Südeuropa bis zur Südwest-Ukraine in lichten Wäldern. Ihr kurzer, kriechender Wurzelstock bringt aufrechte, verzweigte, vierkantige Stängel mit gestielten, leicht gekerbten Blättern hervor. Ihre Blüten sind violett bis purpurfarben. Sie wurde im mittelalterlichen England als Salatpflanze kultiviert.

Die Gartenbergminze (*Calamintha grandiflora*), auch Grossblättriger Steinquendel genannt, hat eine flachwachsende, aromatische Staude mit gestielten, breit ovalen, behaarten, leicht nach unten gebogenen Blättern. Sie blüht mit rosa Lippenblüten und hat ein angenehm aromatisches Minzearoma, welches in Tee besonders gut zur Geltung kommt.

Die Roemische Minze (*Calamintha* sp.) ist eine in Italien wildwachsende, sich an Mauern anlehrende Pflanze mit rosa Blüten. Sie darf in einigen Gerichten der Landesküche nicht fehlen.

Die amerikanische Bergminze (*Pycnanthemum pilosum*, *Lamiaceae*, *Labiatae* = Lippenblütler) stammt aus Nordamerika, wo ihre Blätter und Blütenknospen zum Würzen von Speisen verwendet wurden. Sie hat lange, schmale, behaarte Blätter und weiße Blüten. Ihr Minzearoma ist besonders streng.

Die Katzenminze (*Nepeta cataria*) übt auf Katzen magische Wirkung

Ich wünsche Ihnen stets gutes Gelingen "

Freundlichst Ihr Konrad Heizmann

[www.Heizmanns-Rezepte.de](http://www.Heizmanns-Rezepte.de)

## **Minze - Info - 3**

(Fortsetzung)

aus. In Frankreich wird sie zum Wuerzen von Salatsaucen verwendet.