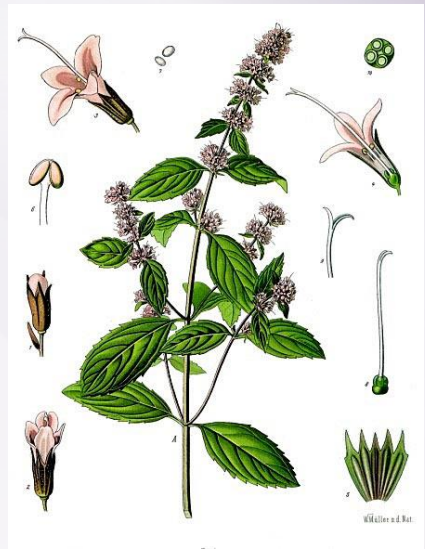


# Pfefferminzblätter



## Produkteinformation

Familie:	Lippenblütler
Heimat:	Mitteleuropa
Typische Kennzeichen:	Die Blätter duften intensiv

Kurz vor der Blüte werden die Pfefferminzblätter geerntet. Die Pfefferminzblätter werden vom Stängel befreit und anschliessend schonend getrocknet. Pfefferminzblätter enthalten ca. 2-4 % ätherische Öle mit den Hauptkomponenten Menthol, Menthon und Menthofuran. Die Pfefferminze ist eine mehrjährige krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 50–100 cm erreicht. Die Blätter riechen stark eigentümlich, flüchtig balsamisch und schmecken angenehm gewürzhaft. Sie ist eine beliebte Heil- und Gewürzpflanze aus der Gattung der Minzen. Es gibt zahlreiche wildwachsende Minzen-Arten, die in Europa heimisch sind.

Der Gattungsname *Mentha* ist eine Entlehnung vom griechischen *minthe*. Nach einer von Ovid übermittelten Sage ist die Nymphe Minthe, die Tochter des Kokytes, von Proserpina, der Unterweltsgöttin, in diese Pflanze verwandelt worden. Obwohl im Mittelalter oft statt der Pfefferminze auch die Krauseminze kultiviert und genutzt wurde, konnte aus Funden in altägyptischen Gräbern gesichert werden, dass unsere Pfefferminze bereits um 1200-600 v.Chr. bekannt war.

## Anwendung

- ❖ Pfefferminzduftkissen
- ❖ Pfefferminzzucker
- ❖ Zubereitung von Pfefferminztee
- ❖ Potpourri & Duftschale

## Besonderer Tipp

In der Naturheilkunde wird der Pfefferminztee als Magen- und Verdauungstee eingesetzt. Pfefferminztee wird auch als wohlschmeckender Erfrischungstee getrunken. Pfefferminztee hat ein frisches Aroma.

Für einen Pfefferminztee brüht man ca. 2 Teelöffel getrocknete Pfefferminzblätter mit 500 ml heissem Wasser auf, das Wasser sollte kurz kochen und dann auf 70°C abgekühlt werden. Der Pfefferminztee sollte ca. 10 Minuten ziehen.