FICHE PLANTE · AROMATIQUE VIVACE

Menthe

Mentha spicata · menthe verte, « nanah »



DANS QUEL MAVA ?

HYDRO ✓ SLIM ✓ OLLA ✓ COMPOST ✓

✓ conseillé ◐ possible ⊖ déconseillé

DÉPART	RACINES	1RE RÉCOLTE	EXPOSITION
Bouture de 10 cm ou jeune plant	1 à 2 semaines dans un verre d'eau	4 à 6 semaines après l'installation	Soleil doux à mi-ombre

SAISON AU MAROC

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Semis ou plantation											
Récolte											

Toute l'année sur la côte ; la pousse ralentit en hiver.

Semer ou planter

- La menthe se multiplie par bouture : ses graines donnent des plants inégaux.
- Coupez une tige saine de 10 cm sous un nœud et retirez les feuilles du bas.
- Placez-la dans un verre d'eau, à la lumière sans soleil direct : les racines apparaissent en 1 à 2 semaines.

Dans votre MAVA

- **HYDRO, SLIM** : installez la bouture enracinée dans un gobelet, calée avec des billes d'argile (HYDRO) ou un morceau de laine de roche (SLIM).
- **OLLA, COMPOST** : plantez la motte, maintenue par une serviette en jute. La tour contient la menthe, qui envahirait un jardin.

Récolter

- Coupez les tiges au-dessus d'une paire de feuilles : la plante se ramifie et repousse.
- Récoltez souvent, même un peu, et retirez les fleurs pour garder des feuilles tendres.

Astuces

- Ses racines sont vigoureuses : en HYDRO et SLIM, raccourcissez-les si elles envahissent l'intérieur de la tour.
- Renouvelez les plants chaque année : les vieilles touffes s'épuisent.
- En plein été, une mi-ombre garde les feuilles tendres et parfumées.

MON SUIVI

Semé ou planté le	MAVA	Emplacement	1re récolte	Notes

BONS VOISINS Tomate, poivron, chou.

EN CUISINE Thé à la menthe, salades, jus, tajines.