

MENTHE POIVREE

Nom latin : *Mentha x Piperita*

Famille : Lamiacées

Parties utilisées : les feuilles

Indications

Comprend beaucoup d'huile essentielle, il faut donc couvrir les préparations

Indications pour les ballonnements, les crampes abdominales, les nausées, les céphalées

La menthe a une propriété hypocholestérolémiant que l'on obtient grâce à l'action sur le foie.

Avec la présence de menthol, la menthe a un pouvoir rafraichissant.

