

# Menthe, histoire et utilisations.

Dans la mythologie Hadès, Dieu des ténèbres fit la cour à la nymphe Minthé l'aima, puis elle fût ensuite délaissée par le dieu des enfers lorsque celui-ci s'éprit d'amour pour la belle Perséphone.

Menthe n'eut alors de cesse de se desoler et de dénigrer sa rivale, ce qui lui valu d'être piétinée et changée en plante par Déméter, la mère de Perséphone.

La menthe est originaire d'Europe, et est présente sur tous les continents et Îles.

## Lamant

Il existe environ 70 espèces de menthes la plupart hybrides et environ 600 variétés de menthes ont été recensées de part le monde.



Isi Larényon sé in plant lé plito ansèrv  
an tizane, an rafrésisman. Lé rar domoun  
i ansèrv dann lakwizine.

### Utilisations:

Infusions. Cuisine. Quelques feuilles au fond d'un vase peuvent faire durer votre bouquet. Utilisation contre le mal des transports

**Nout kozé!** Fé lo makro lé pa tro bon, sirtou po zafèr lé pa aou!

La menthe est riche en vitamine C elle possède des propriétés antioxydantes, elle redonne de l'éclat à la peau, calmante, elle est idéale dans un lait démaquillant.

**Efficace contre le mauvais cholestérol.**

**La menthe est excellente pour faire diminuer la congestion respiratoire.**

**les feuilles de menthe poivrée peut calmer la faim.**

**Consommer la menthe pour combattre l'obésité!**

Georges Soubou