

MENTHA LONGIFOLIA
Ross-Minze
Menthe à longues feuilles

Mit einer Wuchshöhe von bis zu 1m gehört die Ross-Minze zu den grössten einheimischen Vertreterinnen ihrer Gattung. Wie alle anderen nah verwandten Arten verströmt sie bei Berührung ein typisches Minzaroma, das aber teilweise als unangenehm wahrgenommen wird. Daher wird sie nur selten als Tee- oder Heilpflanze verwendet. Der Lippenblütler zeichnet sich durch längliche Blätter aus, die auf der Unterseite weissfilzig behaart sind. Ihre kleinen, blassrosa Blüten stehen in dichten, ährigen Blütenständen am Ende der Zweige. Die Bestäubung erfolgt durch kurzrüsselige Insekten wie Schweb- und andere Fliegen.

Die Ross-Minze bildet ein weit verzweigtes Netz von unterirdischen Ausläufern und breitet sich deshalb gerne flächig aus. Sie wächst häufig an Ufern, in Gräben und auf nassen Weiden. Im Garten bevorzugt sie einen sonnigen bis halbschattigen Standort. Sie braucht einen feuchten, humus- und nährstoffreichen Boden, gedeiht aber auch in Pflanztöpfen.

Avec son mètre de haut, la menthe à longues feuilles est une des plus grandes de son genre. Comme toutes les autres espèces parentes, elle libère au contact un parfum de menthe, qui peut aussi être désagréable. C'est pourquoi elle n'est que rarement utilisée comme infusion ou plante médicinale. Cette Lamiacée se particularise par ses feuilles allongées, tomenteuses de couleur blanche sur la face inférieure. Ses petites fleurs rose pâle sont disposées en inflorescences denses sur épi au sommet des rameaux. Ses pollinisateurs sont des insectes à trompe courte comme les syrphes et autres mouches ou moucherons.

La menthe à longues feuilles forme un vaste réseau de rhizomes souterrains se répandant volontiers sur de larges surfaces. Elle occupe de préférence des berges, des fossés ou des pâturages humides. Dans les jardins, elle préfère les endroits ensoleillés à mi-ombragés, mais demande un sol humide, riche en nutriments et en humus. Elle pousse aussi en pot.

- 🌿 *Juli bis September juillet à septembre*
- ☀️ *halbschattig, sonnig mi-ombre, ensoleillé*
- 💧 *feucht, frisch humide, frais*
- 🌱 *reich riche*



LAMIACEAE
PFLANZFAMILIE *Lippenblütler*
FAMILLE BOTANIQUE *Lamiacées*