

Ananasminze (*Mentha suaveolens*

"Variegata")

Allgemein:

Eine schöne Minze mit weiß - grün panaschierten Blättern und einem kompakten Wuchs, das weiß der Blätter leuchtend, mit haarigen Blättern

Verwendung:

Die Ernte sollte vor der Blüte erfolgen, dann kommt das fruchtig-frische Aroma am besten zur Geltung.

Der Tee hilft bei Magenverstimmungen, Darmbeschwerden und Kopfschmerzen. Minzblätter finden auch in der Küche für Salatsoßen, Suppen oder als Bowlen- und Likörzusatz Verwendung. Mit ihren weißgrün panaschierten Blättern ist die Ananasminze eine attraktive Zierpflanze.

Die Blätter der Ananasminze werden sowohl frisch als auch getrocknet verwendet. Damit die Blätter nicht zerdrückt werden, sollte man sie nur grob hacken. Zubereitet werden mit Ananasminze vor allem für Kräutertees. Aufgrund ihres geringen Mentholgehalts ist die Ananasminze auch für Salatsaucen, Suppen, Bowlen und Süßspeisen geeignet. Sie passt auch zu vielen Gerichten mit Minze aus dem arabisch-persischen Raum.

Geschmack und Aroma:

Ebenso wie die zur selben Pflanzenart gehörende Apfelminze weder nach Apfel riecht noch schmeckt, schmeckt und riecht die Ananasminze auch nicht nach Ananas. Ihr Geruch und Geschmack ist jedoch fruchtig, leicht minzig. Ananasminze ist in geringem Maße mentholhaltig. Am aromatischsten ist Ananasminze frisch gepflückt. Schmeckt besonders fruchtig und erfrischend. Mentholhaltige Sorte. Als Tee konsumiert, hat sie eine kräftig kühlende und erfrischende Wirkung.

Teezubereitung:

1 Esslöffel Minzblätter mit $\frac{1}{4}$ Liter kochendem Wasser übergießen und zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen (nicht sieden), anschließend abgießen.

Ernte: Juli bis Oktober

Höhe: 20 - 40 cm

Lichtbedingungen: Sonne bis Halbschatten

Haltbarkeit: winterhart

Gieß- und Erdbedingungen:

Minzen gedeihen überall, an schattigen Standorten wachsen sie aber wesentlich langsamer. Wächst auf normalem Gartenboden, nur sollte er nicht zu trocken werden, und genügend gedüngt sein. Am besten wachsen sie in nährstoffreichen und feuchten Standorten. Pflanzen verbreiten sich stark und schnell im Garten.

