

Mentha arvensis L., 1753 (Menthe sauvage)

Identifiants : 20368/menarv

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 03/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Lamiidées ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;
- Genre : Mentha ;
- Nom complet : Mentha arvensis var. arvensis ;

- Synonymes : Mentha agrestis Sole 1789, Mentha albae-carolinae Heinr.Braun 1898, Mentha allionii Boreau 1857, Mentha angustifolia Host 1831, Mentha arvensis f. arvensis [var. arvensis], Mentha arvensis f. lanata (Piper) S.R.Stewart 1944 (synonyme, selon TPL ; synonyme de "Mentha canadensis L.") [var. glabrata], Mentha arvensis f. lanigera S.R.Stewart 1944 [var. glabrata], Mentha arvensis f. puberula S.R.Stewart 1944 (synonyme, selon TPL ; synonyme de Mentha canadensis L. 1753, selon W CSP) [var. glabrata], Mentha arvensis subsp. agrestis (Sole ;
- Synonymes français : menthe des champs, baume des champs, pouliot-thym, menthe commune, menthe du maïs, menthe banane [cv. 'Banana'], menthe boréale [var. glabrata], menthe javanaise (tp* de "Mentha javanica") [var. javanica], menthe Merah [var. javanica], menthe du Japon [var. piperascens], menthe japonaise [var. piperascens], menthe chinoise [var. piperascens], menthe 'Baume du tigre' [var. piperascens], menthe d'Autriche, menthe 'Sayakaze' [var. piperascens cv. 'Sayakaze'] ;
- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : corn mint [Mentha arvensis et var. piperascens], European corn mint, field mint, brook mint, ginger mint, wild mint, apple mint, Japanese mint [Mentha arvensis et var. piperascens], mint, Japanese peppermint, tule mint, Merah mint [var. javanica], American corn mint [var. piperascens], Canadian mint [var. piperascens], Chinese mint [var. piperascens], apple mint, Ackermintze (Acker-Minze) (de), Feldminze (de), Kornminze (de), japanische Minze [var. piperascens] (de), hortelã-do-campo (pt,br), hortelã-japonêsa (pt,br), hortelã-pimenta (pt,br), hortelã-comum (pt), vique (pt,br), hortelã [var. piperascens] (pt), menta-japonesa [var. piperascens] (pt), åkermymta (sv), Akkermunt (nl), hierba buena de burro (es), póleo (es), menta japonesa (es), menta silvestre (es), menta campestre (it), menta selvatica (it), heung fa choi (cn transcrit), xiang hua cai (cn transcrit), pohok (ms), potina (th), naana al hind (ar), podina (bn), bhudina (my), agemynte (da), peltominttu (fi), peltominttu (fi), rantaminttu (fi), phudno (gu), pudina (gu), pudinah (hi), mensa arubenshisu (jp romaji), menta arubenshisu (jp romaji), youshu hakka (jp romaji), chetnimaraga (kn), chetnimaragu (kn), putiyina (ml), pudina (mr), pudinah (fa), mi?ta polna (pl), puthina (ta), pudina (te), pudina (sa), putiha (sa), odutalan (si), tudinchkahi (ur), bijanggut [var. javanica] (ms,id), daun poko [var. javanica] (ms), janggut [var. javanica] (ms), keresmen [var. javanica] (ms,id) ;



- Note comestibilité : ***

- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :

Feuille (feuilles)^{0(+x),27(+x)} [assaisonnement^{(dp*)(0(+x),27(+x))} {comme condiment^{{{(27(+x))}}} aromatisant, épice^{{{(0(+x))}}}} et/ou base

boissons/brevages^{{{(dp*)(0(+x),27(+x))}}} {tisanes^{0(+x)} : infusion^{{{27(+x)}}} feuilles fraîches ou séchées^{{{0(+x)}}}}} ; et extrait^(dp*) feuilles : huile essentielle^{{{0(+x)}}} [assaisonnement^{(dp*)(0(+x))} {arôme^{~0(+x)}}}] comestible^{0(+x)}.

Détails :

Partie(s) comestible(s)^{{{0(+x)}}} : feuilles, épice, feuilles - thé^{{{0(+x)}}}.

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{0(+x)}}} : feuilles^{0(+x),27(+x)} utilisées^{27(+x)} (consommées^{0(+x)}) comme condiment^{{{27(+x)}}} aromatisant^{0(+x)} et en infusion^{{{27(+x)}}} ; elles peuvent être utilisées pour aromatiser la farine de maïs ou dans les plats de poisson ; les feuilles fraîches ou séchées peuvent être utilisées pour faire du thé ; elles peuvent donner une huile essentielle utilisée pour aromatiser les bonbons et boissons^{{{0(+x)}}}.

Les feuilles sont consommées comme arôme. Ils peuvent être utilisés pour aromatiser la semoule de maïs ou dans la cuisson du poisson. Les feuilles fraîches ou séchées peuvent être utilisées pour faire du thé. Il peut donner une huile essentielle utilisée pour aromatiser les bonbons et les boissons

Partie testée : feuilles^{{{0(+x)}}} (traduction automatique)

Original : Leaves^{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
88.1	147	0	3.2	0	0	0	0



ATTENTION : bien qu'aucune donnée sur la toxicité n'ait été observée pour cette espèce, au moins quelques espèces de ce genre (dont *Mentha pulegium* L. et *Mentha x piperita* L.) contiennent de la pulégone connue pour entraîner/produire des avortement lorsque la plante est consommée sous forme concentrée (huile essentielle) et/ou en grandes quantités ; donc une certaine prudence est de mise. **ATTENTION** : bien qu'aucune donnée sur la toxicité n'ait été observée pour cette espèce, au moins quelques espèces de ce genre (dont *Mentha pulegium* L. et *Mentha x piperita* L.) contiennent de la pulégone connue pour entraîner/produire des avortement lorsque la plante est consommée sous forme concentrée (huile essentielle) et/ou en grandes quantités ; donc une certaine prudence est de mise^{{{(dp*)(0(5(+),+x),+x)}}}.

- Note médicinale : **

- Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):



De gauche à droite :

Par Kops et al. J. (Flora Batava, vol. 15: t. 1178 ; 1877), via plantillustrations

Par , via plantillustrations

Par Svensk botanik [J.W. Palmstruch et al], vol. 4: t. 279 ; 1807, via plantillustrations

Par Michael Becker (Travail personnel) [GFDL ou CC-BY-SA-3.0], via wikimedia

- Autres infos : *Baccharis indica* L. est donné comme synonyme de *Mentha arvensis* var. *javanica* (Bl.) Hook f. par MMPND : est-ce une erreur ou y-a-t'il réellement un lien quelconque entre ces 2 taxons ? (qp*)

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Distribution :

C'est une plante tempérée. Il pousse dans les sols humides et le long des rives. Dans l'Himalaya indien, il pousse entre 1 200 et 2 300 m d'altitude. Il convient aux zones de rusticité 6-^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. It grows in damp soils and along shores. In the Indian Himalayas it grows between 1,200-2,300 m above sea level. It suits hardiness zones 6-9^{{{{0(+x)}}}.

◦ **Localisation :**

Afrique, Asie, Australie, Balkans, Bosnie, Brésil, Grande-Bretagne, Cambodge, Canada, Chine, RD Congo, Cuba, République dominicaine, Timor oriental, Europe, Fidji, Guam, Haïti, Hawaï, Himalaya, Hongrie, Inde, Indochine, Indonésie, Japon, Laos, Lituanie, Malaisie, Marquises, Mexique, Mongolie, Myanmar, Népal, Amérique du Nord, Inde du Nord-Est, Inde du Nord-Ouest, Pacifique, Pakistan, Paraguay, Philippines, Pologne, Scandinavie, Asie du Sud-Est, Îles Salomon, Suède, Tasmanie, Thaïlande, Timor-Leste, Turquie, Ukraine, USA, Antilles^{{{{0(+x)}}} (traduction automatique)

Original : Africa, Asia, Australia, Balkans, Bosnia, Brazil, Britain, Cambodia, Canada, China, Congo DR, Cuba, Dominican Republic, East Timor, Europe, Fiji, Guam, Haiti, Hawaii, Himalayas, Hungary, India, Indochina, Indonesia, Japan, Laos, Lithuania, Malaysia, Marquesas, Mexico, Mongolia, Myanmar, Nepal, North America, Northeastern India, NW India, Pacific, Pakistan, Paraguay, Philippines, Poland, Scandinavia, SE Asia, Solomon Islands, Sweden, Tasmania, Thailand, Timor-Leste, Turkey, Ukraine, USA, West Indies^{{{{0(+x)}}}.

◦ **Notes :**

Il existe 25 espèces de *Mentha*. Il a peut-être des propriétés anticancéreuses. Il contient 9,2 mg pour 100 g de poids sec et 4,9 mg de poids frais d'alpha-tocophérol (vitamine E)^{{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are 25 *Mentha* species. It possibly has anti-cancer properties. It has 9.2 mg per 100 g dry weight and 4.9 mg fresh weight of alpha-tocopherol (Vitamin E)^{{{{0(+x)}}}.

- **Nombre de graines au gramme :** 8000 à 12000 ;

- **Liens, sources et/ou références :**

- **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-41956> ;
- **INPN :** https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/108029 ;
- **Aroma-Zone :** <https://www.aroma-zone.com/aroma/fichementhedeschamps.asp> ;
- **NatureGate :** <https://www.luontoportti.com/suomi/fr/kukkakasvit/menthe-des-champs> ;
- **Wikipedia :**
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Menthe_des_champs_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Menthe_des_champs_(en_français)) ;
 - [https://de.wikipedia.org/wiki/Ackerminze_\(source_en_allemand\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Ackerminze_(source_en_allemand)) ;
 - [https://en.wikipedia.org/wiki/Mentha_arvensis_\(source_en_anglais\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Mentha_arvensis_(source_en_anglais)) ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mentha_arvensis ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-124385 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=24069> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 192, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de ⁰"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 365 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 365 (As *Mentha arvensis* var. *piperascens*) ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 215 ; Battacharyya, A., 1991, *Ethnobotanical Observations in the Ladakh Region of Northern Jammu and Kashmir State, India*. Economic Botany, Vol. 45, No. 3, pp. 305-308 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 694 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 191 ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 2 (I-Z) p 1478 ; Chin, H. F., 1999, *Malaysian Vegetables in Colour*. Tropical Press. p 94 ; Dhyan, S.K., & Sharma, R.V., 1987, *Exploration of Socio-economic plant resources of Vyasi Valley in Tehri Garwhal*. J. Econ. Tax. Bot. Vol. 9 No. 2 pp 299-310 ; Esperanca, M. J., 1988, *Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses*. Vol. 2. p 334 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 128 ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; Foo, J.T.S.(ed), 1996, *A Guide to Common Vegetables*. Singapore Science Foundation. p 76 ; French, B.R., 2010, *Food Plants of Solomon Islands. A Compendium*. Food Plants International Inc. p 345 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 410 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium*. p 196 (As *Mentha arvensis* var. *piperascens*) ; Hutton, W., 1997, *Tropical Herbs and Spices of Indonesia*. Periplus. p 41 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 648 ; Jackes, D. A., *Edible Forest Gardens* ; Lawton, B.P., 2002, *Mints. A Family of Herbs and Ornamentals*. Timber Press. p 150 ; ?ukasz ?uczaj and Wojciech M Szyma?ski,

2007, *Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 17 ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 131 ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada*. Lone Pine. p 286 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 102, 196 ; Moerman, D. F., 2010, *Native American Ethnobotany*. Timber Press. p 338 ; Phon, P., 2000, *Plants used in Cambodia*. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 435 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> (As *Mentha arvensis* var. *piperascens*) ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 277 ; Purseglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 636 (As *Mentha arvensis* var. *piperascens*) ; Redzic, S. J., 2006, *Wild Edible Plants and their Traditional Use in the Human Nutrition in Bosnia-Herzegovina*. *Ecology of Food and Nutrition*, 45:189-232 ; Sharma, B.B., 2005, *Growing fruits and vegetables*. Publications Division. Ministry of Information and broadcasting. India. p 197 ; Sp. pl. 2:577. 1753 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 358 ; Turner, N., 1997, *Food Plants of Interior First Peoples*. Royal BC Museum Handbook p 167 ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 245 ; Woodward, P., 2000, *Asian Herbs and Vegetables*. Hyland House. p 94 (As *Mentha arvensis* var. *piperascens*) ; Yeoh, H. and Wong, P. F., 1993, *Food value of lesser utilised tropical plants*. *Food Chemistry* 46:239-241