

Mentha longifolia (L.) Huds., 1762 (Menthe à longues feuilles)

Identifiants : 20405/menlon

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 ;

- Synonymes : *Mentha ambigua* Guss. 1855 [subsp. *longifolia*], *Mentha asiatica* Boriss. 1954 [*Mentha longifolia* (L.) Huds. var. *asiatica* (Boriss.) Rech. f. 1982], *Mentha brevifolia* [var. *brevifolia*], *Mentha candicans* Mill. 1768 [subsp. *longifolia*], *Mentha capensis* Thunb. 1800 [subsp. *capensis*], *Mentha cordata* Posp. 1899 [subsp. *longifolia*], *Mentha cuspidata* Déségl. 1882 [subsp. *longifolia*], *Mentha discolor* Déségl. 1882 [subsp. *longifolia*], *Mentha dossiniana* Déségl. & T.Durand 1879 [subsp. *longifolia*], *Mentha eisensteiniana* Opiz 1826 [subsp. l, dont homonymes : *Mentha longifolia* (L.) L. 1756 ;

- Synonymes français : menthe chevaline, menthe sylvestre, menthe à feuilles longues, menthe tomenteuse [subsp. *longifolia*], menthe asiatique [var. *asiatica*], menthe sauvage du Cape [subsp. *capensis*], menthe d'Afrique [subsp. *capensis*], menthe à feuilles aiguës ? (qp*), menthe de cheval, menthe des bois, menthe buddleia [Groupe *Buddleia*], menthe buddleia argenté [Groupe *Buddleia*], menthe sylvestre argentée [Groupe *Buddleia*], menthe argentée [Groupe *Buddleia*], menthe grise [Groupe *Buddleia*], menthe du ruisseau ? (qp*), menthe sauvage à feuilles longues, menthe des champs (plutôt attribué à "*Mentha arvensis*"), menthe sauvage du Cap [subsp. *capensis*] ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Biblical mint, horse mint (horsemint, horse-mint) [*Mentha longifolia* et subsp. *longifolia*], horse Minth, silver mint, wild mint, English horsemint, ross mint, downy mint, mint, jia bo he [var. *asiatica*] (cn transcrit), ou bo he (cn transcrit), Silberminze (de), Roß-Minze (Rossminze) (de), langblättrige Minze (de), weiße Minz (de), Bibel-Minze (de), kahle Rossminze (de), graugrün Rossminze [subsp. *longifolia*] (de), Kap-Mize [subsp. *capensis*] (de), hortelã-de-folha-comprida (pt,br), erva-de-São-Lourenço (pt), hisopo (pt), menta-selvagem (pt), poejo (pt,br), poejo-real (pt), gråmynta (sv), albersana (cat), Hertsment (nl), menta borda (cat), menta d'ase (cat), mentastre (cat), menta de bou (cat), menta de caballo (es), menta selvatica (it), nagaba hakka (jp romaji), mensa rongiforia (jp romaji), balderjan [subsp. *capensis*] (af), wilde kruisement [subsp. *capensis*] (af) ;



- 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} [assaisonnement^{(dp*)(0(+x),27)} {comme aromate^{{{(27)}, condiment^{0(+x)}} et/ou base boissons/brevages^{{{(dp*)(0(+x))} {tisanes^{0(+x)}}} ; et extrait^(dp*) feuilles : huile^{{{(0(+x))} essentielle^(dp*) [assaisonnement^{{{(dp*)(0(+x))} {arôme^{0(+x)}}}] et fleur (fleurs²⁷ [assaisonnement^{(dp*)(27)} {comme aromate^{{{(27)}} ; et extrait^(dp*) fleurs : huile^{{{(0(+x))} essentielle^(dp*) [assaisonnement^{{{(dp*)(0(+x))} {arôme^{0(+x)}}}] comestibles^{0(+x)}.

Détails :

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

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{0(+x)}}} : feuilles et fleurs utilisées comme aromate^{{{27(+x)}}} ; les feuilles sont consommées en chutneys ; elles sont également utilisées pour des assaisonnements ; les feuilles et les fleurs donnent une huile utilisée pour l'aromatisation ; les feuilles sont confites ou utilisées comme un thé^{{{0(+x)}}}.

Les feuilles sont consommées dans des chutneys. Ils sont également utilisés pour les assaisonnements. Les feuilles et les fleurs donnent une huile utilisée pour aromatiser. Les feuilles sont confites ou utilisées comme thé. Les feuilles sont séchées et utilisées pour aromatiser

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)
8.2	1056	253	8.4	0	0	12.2	5.1



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)}}}.

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



De gauche à droite :

Par Oeder G.C. (*Flora Danica*, Hft 33, t. 1932 ; 1761-1883), via plantillustrations.org

Par Sowerby J.E. (*English Botany, or Coloured Figures of British Plants*, 3th ed., vol. 7: t. 1022 ; 1867), via plantillustrations.org

Afbeeldingen der artseny-gewassen met derzelve Nederduitsche en Latynsche beschryvingen (vol. 5: t. 433 ; 1800), via plantillustrations.org

Par Kops et al. J. (*Flora Batava*, vol. 3: t. 209 ; 1814), via plantillustrations.org

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Distribution :**

C'est une plante tempérée. En Chine, il est cultivé dans certaines villes. Il pousse dans des endroits humides. Il peut pousser à l'ombre claire. Il peut pousser dans des endroits arides. Il convient aux zones de rusticité 6-9^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. In China it is grown in some cities. It grows in damp locations. It can grow in light shade. It can grow in arid places. It suits hardiness zones 6-9^{{{0(+x)}}}.

- **Localisation :**

Afghanistan, Afrique, Albanie, Algérie, Arménie, Asie, Australie, Autriche, Balkans, Biélorussie, Belgique, Bosnie, Botswana, Grande-Bretagne, Bulgarie, Îles Canaries, Caucase, Afrique centrale, Amérique centrale, Tchad, Chine, Crète, Cuba, Chypre, République tchèque, Afrique de l'Est, Égypte, Eswatini, Éthiopie, Europe, France, Géorgie, Allemagne, Grèce, Himalaya, Hongrie, Inde, Iran, Irak, Israël, Italie, Jordanie, Kazakhstan, Kenya, Kirghizistan, Liban, Lesotho, Libye, Méditerranée, Mexique, Maroc, Myanmar, Namibie, Népal, Pays-Bas, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Inde du Nord-Ouest, Pakistan, Palestine, Pologne, Portugal, Roumanie, Russie, Arabie Saoudite, Scandinavie, Sibérie, Slovaquie, Slovénie, Afrique du Sud, Afrique australe, Amérique du Sud, Espagne, Soudan, Swaziland, Suède, Suisse, Syrie, Tadjikistan, Tanzanie, Tibet, Tunisie, Turquie, Turkménistan, Ukraine, USA, Ouzbékistan, Venezuela, Yougoslavie, Zimbabwe^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Afghanistan, Africa, Albania, Algeria, Armenia, Asia, Australia, Austria, Balkans, Belarus, Belgium, Bosnia, Botswana, Britain, Bulgaria, Canary Islands, Caucasus, Central Africa, Central America, Chad, China, Crete, Cuba, Cyprus, Czech Republic, East Africa, Egypt, Eswatini, Ethiopia, Europe, France, Georgia, Germany, Greece, Himalayas, Hungary, India, Iran, Iraq, Israel, Italy, Jordan, Kazakhstan, Kenya, Kyrgyzstan, Lebanon, Lesotho, Libya, Mediterranean, Mexico, Morocco, Myanmar, Namibia, Nepal, Netherlands, North Africa, North America, NW India, Pakistan, Palestine, Poland, Portugal, Romania, Russia, Saudi Arabia, Scandinavia, Siberia, Slovakia, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sudan, Swaziland, Sweden, Switzerland, Syria, Tajikistan, Tanzania, Tibet, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, Ukraine, USA, Uzbekistan, Venezuela, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

• Notes :

Il existe 25 espèces de *Mentha*^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are 25 *Mentha* species^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75244> ;
- PlantZAfrica (en anglais) : <https://www.plantzafrica.com/plantklm/mentlong.htm> ;
- FloreAlpes : https://www.floreAlpes.com/fiche_menthelgfeuilles.php ;
- La cuisine sauvage : <https://yoann.hue.free.fr/menthelonguefeuille.html> ;
- Wikipedia :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Menthe_sylvestre_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Menthe_sylvestre_(en_français)) ;
 - <https://de.wikipedia.org/wiki/Rossmintze> (source en allemand) ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mentha_longifolia ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-124916 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=24076> ;

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" :

Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study. *J Ethnobiol Ethnomed.* 4: 13 ; Al-Qura'n, S. A., 2010, Ethnobotanical and Ecological Studies of Wild Edible Plants in Jordan. *Libyan Agriculture Research Center Journal International* 1(4):231-243 ; Altschul, S.V.R., 1973, Drugs and Foods from Little-known Plants. Notes in Harvard University Herbaria. Harvard Univ. Press. Massachusetts. no. 3917 (As *Mentha sylvestris*) ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 365 ; 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 ; Bhattarai, S and Chaudary, R. P., 2009, Wild Edible Plants Used by the People of Manang District, Central Nepal. *Ecology of Food and Nutrition*, 48:1-20 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 399 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants. Convent Garden Books. p 668 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 889 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 129 ; Fl. angl. 221. 1762 (L., Fl. monspel. 19. 1756, nom. inval.) ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, *Florilegium*. p 196 ; Kargioglou, M., et al, 2008, An Ethnobotanical Survey of Inner-West Anatolia, Turkey. *Human Ecology* 36:763-777 ; Long, C., 2005, Swaziland's Flora - siSwati names and Uses <https://www.sntc.org.sz/flora/> ; ?ukasz ?uczaj and Wojciech M Szymański, 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 134 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 99 ; Motamed, S. M., et al, 2010, Antioxidant activity of some edible plants of the Turkmen Sahra region in northern Iran. *Food Chemistry* 119: 1637-1642 ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, Edible Wild plants of Sub-saharan Africa. Kew. p 118 ; Plants For A Future database, The

Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Rashid, A., Anand, V.K. & Serwar, J., 2008, Less Known Wild Plants Used by the Gujjar Tribe of District Rajouri, Jammu and Kashmir State. *International Journal of Botany* 4(2):219-244 ; 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 ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database. Published on the Internet; <https://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 19th April 2011] ; Swaziland's Flora Database <https://www.sntc.org.sz/flora> ; Tukan, S. K., et al, 1998, The use of wild edible plants in the Jordanian diet. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. 49:225-235 ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 245 ; Wehmeyer, A. S, 1986, Edible Wild Plants of Southern Africa. Data on the Nutrient Contents of over 300 species ; Wild Edible Plants in Lebanon. Promoting dietary diversity in poor communities in Lebanon. <https://www.wildedibleplants.org/>