



Мята

Мята полевая растёт в европейской части страны и в Сибири на сырых лугах, по берегам водоёмов, на болотах. Это многолетнее растение с сильным приятным запахом, ползучим корневищем и прямым четырёхгранным стеблем 20-60 см высотой. Листья продолговатые, до 7 см длиной, опушённые, как и стебель. Растение имеет розовато-лиловые цветки. Цветёт мята с июня по август.

Опыляют её мелкие пчёлы и цветочные мухи. Плод состоит из 4 долей, похожих на орешки.

С давних пор человек ценил эту пахучую траву. Листья клали в щи - еда становилась «духовитой». А тот, у кого не было аппетита, пил перед обедом отвар из мятных листьев. В южной половине европейской части России выращивают мяту перечную. Это многолетнее растение с горизонтальным корневищем и красноватыми побегами 40-80 см высотой. Цветёт растение в июне-июле. Цветок - красновато-лиловый венчик. Плоды образуются редко

Мята - хороший медонос. Мятный мёд янтарного цвета, вкусный, с характерным приятным запахом. Капли «для аппетита» и таблетки от боли в желудке, мази от насморка и бронхита, средство от головной боли и сердечные капли - все это лекарства на основе эфирного масла мяты. В конфетах «Холодок», в мятных леденцах и пряниках тоже присутствует наша добрая помощница. С ней мы не расstaёмся ни утром, ни вечером. Каждый раз, когда зубная щётка начинает наводить порядок у тебя во рту и ты при этом ощущаешь знакомый аромат и приятный холодок, знай: вместе с зубной пастой к тебе в гости опять пожаловало мятное масло. Для мяты характерно соединение вкусовых достоинств и лечебного воздействия на организм человека.

Название «мята» дано растению в честь нимфы Менты, убитой из ревности богиней царства мёртвых. На месте гибели выросла ароматная мята. В Древней Греции и Риме мята пользовалась уважением. Она улучшала воздух жилых помещений, ею натирали полы, мятной водой мыли руки. Она освежала ум, поэтому знатные люди, учёные носили венки из мяты на голове.