

Tipps - Tipps - Tipps

Ein Minzeteer am Morgen weckt die Lebensgeister und stillt den Durst.

Ein Minzeteer am Abend beruhigt den Magen und hilft bei der Verdauung.

Ein kalter Minzeteer im Sommer erfrischt, ein heisser im Winter erwärmt die Glieder.

Minze und Mythologie. Hades, der Gott der Unterwelt verliebte sich in die hübsche Nymphe Mintha Seine Frau Persephone und deren Mutter Demeter töteten in ihrer Eifersucht die Nebenbuhlerin. In seiner Trauer verwandelte Hades seine Geliebte in eine wohlriechende Pflanze, die Wasserminze.

Wer alle Kräfte, Arten und Namen der Minze vollständig aufzählen kann, ebensogut auch sagen kann, wieviele Fische im Roten Meer schwimmen oder wieviel Funken der Äthna auswirft.

(Walafried Strabo in "Hortulus" 9. Jhr.

Starker kalter Minzeteer mit Rotwein gemischt und etwas kohlenensäurehaltigem Mineralwasser aufgefüllt (jeweils zu gleichen Teilen), ist ein erfrischendes Sommergetränk für den Abend.

Minze in der Vase hält das Blumenwasser selbst von Wiesenblumensträussen zwei bis drei Wochen lang frisch und klar.

Auch für den Mini-Teich, den Zierbrunnen oder das Sauna-Tauchbecken geeignet.

Zwiebel- und Knoblauchgeruch nach dem Essen wird von Minze erfolgreich verdeckt, wenn man einige Blättchen kaut. An vielen Salaten und Saucen kann man Minze sogar anstelle von Zwiebeln und Knoblauch verwenden. So vermeidet man nach dem Essen peinliche Folgen und bekommt zudem einen frischen Atem.

Minze im Fussbad fördert die Durchblutung der Bein-Venen.

Mengenangaben für Tees und zum Würzen unterscheiden meist nicht zwischen frischem und getrocknetem Kraut. Zerkleinerte frische Minzeblätter haben zwar mehr Volumen, getrocknet hat das Kraut aber an Würzkraft eingebüsst.

Statt Minze zu trocknen, können Sie die frischen Blätter auch von den Stängeln zupfen.

Ganze Blätter kann man zwischen Lagen von Alufolie auslegen.

Festkleben kann man mit etwas Puderzucker verhindern.

Selbst ein zuckerfreier Minzekaugummi wirkt belebend und zugleich verdauungsfördernd. Da er ausserdem die Zähne reinigt, ist er eine gute Alternative zum Kaffee und zum Zähneputzen nach dem Mittagessen.

Die kühlende Wirkung des Menthols macht die Minze zu einer idealen Wellness-Pflanze. Ob eingeatmet, im Badewasser oder in der Körper-Lotion, Sie fühlen sich anschliessend immer erfrischt und belebt.

Kalten Kakao sollte man im Sommer besser mit Minze würzen. Die Minzeblättchen im Mörser zusammen mit dem Zucker zerreiben oder Kakao-Pulver, Minze und Milch in den Mixer geben. Das Ganze eine Weile kalt stellen und ziehen lassen.

Menthol wirkt im Mund kühlend, sodass alle Speisen und Getränke einige Grade kälter und somit erfrischer wirken, als es der gemessenen Temperatur entspricht. Viele Minzen schmecken so süss, dass man bei kalten Tees, Erfrischungsgetränken und Desserts den Zucker ganz oder teilweise einsparen kann

Ein Minzeaufguss im warmen Badewasser soll ein äusserst wirksames und erprobtes Mittel gegen mangelndes Lustempfinden sein.

Bieten Sie Ihren Gästen zum Fingerfood eine grosse Glasschale mit Wasser und darin schwimmenden Minzezweigen und Zitronenvierteln an, damit sie sich stilvoll und "minzig" die Finger reinigen können.

Die Poley-Minze (Mentha pulegium) vertreibt auch im Haus zuverlässig Insekten.

Bei Haustieren im Körbchen oder im Badewasser sogar Flöhe.

Wollen Sie ausgewählte Speisen mit Minze dekorieren, sollten Sie die Triebspitzen, Blätter oder Blüten der Minze erst kurz vor dem Servieren über das Essen geben, unansehnlich werden. Panaschierte Minze sieht ebenfalls sehr hübsch aus.

Viele von den erwähnten Minzesorten eignen sich hervorragend zum Räuchern.



Ein Minzezweig im Kochwasser von Kohl vertreibt den unangenehmen Kohlgeruch. Minze am Gemüse wie Bohnen, Erbsen, Kartoffeln und Spargel ergibt eine erfrischende, pikante Geschmacksnote. Auch dazu gibt man einen Zweig einfach mit ins Kochwasser.

Achten Sie beim Ernten darauf, dass auch einige Stängel zum Blühen kommen, denn die spät blühenden Lippenblütler sind im Spätsommer wichtige Nahrungsquellen für viele Insekten, besonders für Schwebfliegen und überwinternde Schmetterlinge.

Korsische Minze gedeiht auch auf kleinstem Raum, zum Beispiel im Balkonkasten. Wenn Sie das Gefäss im Winter hereinholen, kühl und hell stellen, können Sie noch lange von Duft und Geschmack des hübschen Zwerges profitieren.

