

# DOPPIOZERO

---

## Fresca, balsamica menta

[Angela Borghesi](#)

28 Agosto 2022

Invidio i parigini e la loro amena moschea con ristorante e patio annesso, dove, tra i caleidoscopici mosaici in stile moresco, si può gustare un tè alla menta con un delizioso corno di gazzella. E ti pare essere a Marrakesh.

A chi non palpiti per la cultura araba e per la tradizionale bevanda mediorientale, fanno analogo servizio ristorante due cocktail dove la menta è protagonista: il mojito e l'Hugo. Entrambi hanno eletto una varietà di *Mentha spicata* (la "Menta Mojito" e la "Hugo cocktail drink"), reperibile nei vivai. Come tutti sanno, il primo è alcolico è nato a Cuba e, oltre alla *hierba buena* e al migliore rum bianco che avete a disposizione, vuole anche della limetta per la nota agrumata; il secondo, invece, l'hanno inventato in Alto Adige, è un long drink leggero a base di prosecco che, per il gusto dissetante, accompagna alla menta lo sciroppo ai fiori di sambuco. È il mio preferito nelle sere di questa focosa e interminabile estate, quando la calura non accenna a diminuire nemmeno a ora tarda. Per giunta, ha pure un nome letterario: mi piace pensare che sia dedicato al Victor dei *Miscarables*, ma in Val di Fassa si racconta sia stato omaggio di chi l'ha inventato a un amico o al vecchio signore che ogni anno gli portava in dono una bottiglia di sciroppo di sambuco. Poco male: la menta ha comunque i suoi poeti, e di tutto rispetto.



Ma ora veniamo alle note caratteristiche di questa erbacea perenne o annuale della famiglia delle *Lamiaceae*, spesso stolonifera, dai mille impieghi in cucina, pasticceria e liquoreria, in cosmesi (detergenti, dentifrici, collutori) e farmaceutica (pomate e pasticche), tanto che il papiro di Ebers la annovera come erba cara a Iside e a Toth, dio versatile, preposto a molti ambiti tra cui la medicina e la scrittura.

Tante e tali sono le varietà da far perdere la testa e lasciar in sospeso anche il tipo più deciso che, alle fiere vivaistiche, si fermi davanti al banco monotematico dell'appassionato coltivatore. La pianta infatti facile all'ibridazione (il che in natura rende difficile identificarla) quanto alla diffusione incontrollabile. Tuttavia, una volta scelte, in cucina e in giardino, le vostre menti potranno essere usate al meglio, in modo sapiente e calibrato.







Eh, sÃ¬, anche in giardino, dove le fragranze contano non meno di forme e colori, per altro attraenti anche nella nostra erbacea. Come in genere le aromatiche â?? pensate al ruolo importante delle salvie, del rosmarino o dellâ??elicriso â??, anche le mente possono essere lâ??inattesa onda di profumo che vi sorprende allâ??incedere, e ben si accompagnano a Heuchere, Lavandule e Monarde, oltre che sposate alle rose.

La piÃ¹ nota Ã¨ forse la *Mentha piperita*, che sprigiona un aroma forte e pungente, ma il genere annovera migliaia di cultivar derivate da circa 25 specie, con individui di vario portamento e taglia (dai 2 ai 100 cm e piÃ¹), fogliame di diversa forma e consistenza, e tali e tante tonalitÃ  di verde da rendere superficiale la dizione â??verde mentaâ? della *palette* degli imbianchini.

Si va dal verde brunato della â??Rubescensâ? o della â??Schokoâ??, allo smagliante della â??Svizzeraâ??, a quello intenso della â??Spanish Curlyâ? o della â??White Peppermintâ??, al grigioverde della *Mentha spicata* â??Dumetorumâ? o al magnifico ceruleo della â??Ouwencelliâ??. Ve ne sono di variegata o spruzzate di bianco o crema, con lamine oblunghe, quasi aghiformi nella â??Cervinaâ??, tonde, crespe o arricciate, lisce o lanose, fino alle puntiformi della minuscola tappezzante *Mentha requienii* â? alta un paio di centimetri e cÃ²rsa dâ??origine â? con cui creare cuscini odorosi e morbidi al piede. E poi hanno sentori canforati o piccanti, amarognoli o dolci, balsamici o speziati; e dalle note fruttate piÃ¹ inusuali: mela, fragola, banana, ananas, limone, mandarino, pompelmo, con cui condire inedite insalate.





Hanno il loro appeal, benché in una limitata gamma di colori (bianco, crema, azzurro, malva), anche le infiorescenze (spicate o globose) che compaiono tra giugno e agosto, poste per lo più all'apice del fusto e gremite di piccole corolle tubolari dagli stami sporgenti.

Le spontanee più comuni e diffuse in tutta la penisola sono la *Mentha spicata longifolia*, una montanina dai fusti eretti che, come tutte le sue sorelle, ama prati umidi e le rive dei corsi d'acqua; la *Mentha pulegium* dalle piccole foglie vellutate e i fiori raccolti in tondi verticilli; la *Mentha suaveolens*, dall'acre odore delle lamine rugose; e la *Mentha aquatica*, dal gambo rossastro e, in apice, le cupolette di fiori violacei. Spontanea, più blandamente aromatica e della medesima, numerosa famiglia è la nepetella (*Clinopodium nepeta*), la mentuccia, essenziale per cucinare i carciofi alla romana, ma da non confondere con la menta. E dal momento che le nepete, specie la *Nepeta cataria* (o Nepeta gattaia) o la *Nepeta x faassenii*, trovano buon uso in giardino, non si vede perché non si debba far posto anche alle mente.



In poesia, assai più interessante della menta pascoliana, relegata nel solito vaso sul davanzale (Â«câ?Ã» del biondo alla finestra | tra un basilico e una menta: | Â» Maria che cuce e cuceÂ», *La cucitrice*), Â» *La menta selvatica* di Seamus Heaney, tratta dalla raccolta *La livella e lo spirito* (1996), che sprigiona anche un sentore di resistenza e riscatto civile:

Sembrava un cespo di piccole ortiche polverose

cresciute incolte sul fianco della casa,

l'Ã , oltre le immondizie e le vecchie bottiglie:

mai verde e quasi indegno di nota.

Ma a esser sinceri era anche una promessa

e un che di nuovo nel retrocortile della nostra vita

come se qualcosa di immaturo ma tenace

girasse tra i verdi crescendo rigoglioso.

Il *click* delle cesoie, la luce delle domeniche

mattina quando la menta era tagliata e amata:

le mie ultime saranno le prime cose a sfuggirmi.

Eppure se ne vada libero quanto l'Ã sopravvissuto.

Che gli aromi della menta vadano ebbri e indifesi

come reclusi liberati in quel cortile.

Come quelli che, trascurati, osteggiammo

perch'Ã© la nostra indifferenza li aveva delusi.





Ma il canto piÃ¹ alto alla menta lâ??ha innalzato Paul Verlaine nel suo manifesto poetico (*Art poÃ©tique*, 1882) che termina cosÃ¬:

Il tuo verso sia l'avventura buona  
sparsa al vento increspato del mattino  
che va sfiorando la menta e il timo...

E tutto il resto Ã¨ letteratura.



ChissÃ che, durante la passeggiata mattutina in giardino, le sfumature verdi e lâ?alito fragrante della menta  
â? e Toth â? non vâ?ispirino un verso divino.

---

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio Ã grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.  
Torna presto a leggerci e [SOSTIENI DOPPIOZERO](#)

---





