

JARDINAGE

Menthe marocaine, chocolat ou ananas?

Joséphine Gretillat

Il existe tant de variétés de menthes avec des parfums si diversifiés qu'il serait dommage de n'en cultiver qu'une seule.

La classification des menthes devient vite un casse-tête tant ce genre est varié et recouvre toutes sortes de plantes et d'arômes qui feront grand plaisir à tout collectionneur né.

Les menthes comptent environ vingt-cinq espèces. Elles ont une grande facilité à s'hybrider entre elles, donnant le plus souvent des hybrides stériles. Mais parfois ceux-ci retrouvent leur fertilité et peuvent de nouveaux se croiser avec des espèces parentales, ce qui entraîne certaines difficultés dans la description de cette plante.

La culture

La menthe aime une exposition au chaud, au soleil ou à mi-ombre. Surtout, elle demande des sols riches, profonds,

frais à humides. En raison de ses longs stolons, la menthe devient vite envahissante.

Elle peut rester en place pendant plusieurs années, mais il est bon de sortir la souche de temps en temps, de la diviser et de la replanter pour la redynamiser. La culture en pot convient très bien à la menthe, d'autant plus que cela permet de limiter son expansion. Par contre, prévoir des pots suffisamment grands, car la menthe occupe vite l'espace. Pour garder une belle plante vigoureuse, il est nécessaire de dépoter, diviser et repoter tous les ans ou tous les deux ans.

La multiplication est végétative et se fait par bouturage, séparation des tiges souterraines (replantées à une profondeur de 4-6 cm) ou par division des souches.

La menthe est considérée comme une plante très gourmande en éléments nutritifs et très exigeante en eau.

Mentha x piperita: la menthe poivrée

La menthe poivrée est un hybride stérile issu du croisement

entre *M. aquatica* et *M. spicata*. C'est une menthe robuste et vigoureuse aux feuilles d'un beau vert foncé brillant. Son odeur est fortement mentholée et sa saveur est épicée, piquante et rafraîchissante. Elle sent le bonbon à la menthe.

Il existe de nombreuses variétés qui sont des clones, multipliés végétativement. La plus connue est la menthe 'Mitcham'. C'est la peppermint des Anglais. Actuellement, la menthe chocolat (*M. x piperita* 'Chocolat') fait un tabac grâce à son étonnante odeur de chocolat mentholé. Elle s'utilise en infusion ou dans les desserts.

Mentha citrata

C'est dans cette catégorie que l'on trouve les menthes à odeur de citron et d'orange, la menthe bergamote, la menthe eau de cologne, la menthe basilic, la menthe lavande. Elles sont rattachées à *M. x piperita* pour certains botanistes ou à *M. aquatica* pour d'autres. Elles se caractérisent par leurs huiles essentielles riches en li-



Une petite collection de menthes: basilic, crépue, chocolat, ananas et marocaine.

J. GRETILLAT

L'huile essentielle de menthe en deuxième position mondiale

La production mondiale des huiles essentielles est estimée à plus de 110 000 tonnes, mais seulement trois huiles essentielles représentent près de 90% de ce volume total. Le premier groupe est celui des agrumes (orange et citron), le deuxième celui des menthes (>10 000 t de menthe des champs, 3 300 t de menthe poivrée et 1 000 t de menthe verte) et le troisième celui des eucalyptus.

L'Inde est le premier producteur de *Mentha arvensis*, suivi de la Chine et du Brésil. Elle contient 75 à 90% de menthol et est princi-

palement utilisée dans les dentifrices, les chewing-gums et les sucreries. Les Etats-Unis (Oregon, Michigan, Illinois) sont les principaux producteurs de menthe poivrée et de menthe verte. L'industrie agroalimentaire est un grand consommateur de menthe pour les bonbons, chocolats, sirops, sodas, etc. La pharmacie et la parapharmacie, l'industrie des produits d'hygiène, celle du tabac ainsi que la parfumerie en sont aussi de grandes utilisatrices.

JG

nalol et acétate de linalyle (principaux constituants de la lavande).

Mentha spicata: la menthe verte (menthe douce ou spearmint)

Très répandue dans les jardins, c'est une des menthes les plus cultivées. Elle se reconnaît à son feuillage d'un beau vert luisant et à sa saveur typée mais agréable et douce. Grande plante de 60 à 100 cm de hauteur avec de grandes feuilles lancéolées et dentées. C'est l'espèce idéale pour les thés et la cuisine. Son huile essentielle est riche en carvone

et pauvre en menthol. Ce sont des menthes à odeur très agréable et douce. Les menthes vertes ont une grande variabilité morphologique. Il y a deux origines, une marocaine aux feuilles ovales et une d'Europe, aux feuilles lancéolées. *Mentha spicata* 'Nanah' est la menthe verte de type marocain de référence.

Comme autres menthes à la mode, citons encore la menthe banane (*M. arvensis* 'Banana') qui est une variété de menthes des champs. Elle se caractérise par sa délicieuse odeur de banane. Elle est très appréciée des butineurs. La menthe ana-

nas (*Mentha rotundifolia* 'Ananas') est une plante vigoureuse au joli feuillage panaché de blanc. Ces deux menthes sont utilisées pour les infusions, les desserts, les boissons rafraîchissantes, les apéritifs ou les cocktails. La menthe gingembre (*M. x gracilis* 'Ginger'), issue du croisement entre *M. arvensis* et *M. spicata*, rappelle le gingembre et le citron. Ses feuilles sont panachées jaunes. Les Etats-Unis produisent de l'huile essentielle utilisée pour aromatiser les chewing-gums et les bonbons. Au Vietnam, elle s'utilise pour parfumer certains plats de poulet et de bœuf.

HAFL

Valorisation de protéines inédites

Des étudiants de la HAFL ont créé de nouveaux produits contenant des sources alternatives de protéines de plus en plus prisées par le public.

Les consommateurs se tournent de plus en plus souvent vers des sources alternatives de protéines. Bien ancrés dans cette tendance, des étudiants de la Haute école spécialisée bernoise – Haute école des sciences agronomiques, forestières et alimentaires (HAFL) ont conçu de nouveaux produits: des mets sucrés et salés à base d'insectes, de protéines végétales insolites ou de sous-produits alimentaires qui ne sont pas normalement destinés à la consommation.

«De nos jours, les clients veulent découvrir des ingrédients exotiques et les combiner à d'autres qui leur sont familiers.» C'est la conclusion qu'a tirée un groupe d'étudiants de dernière année du bachelor Food Science et Management à la HES bernoise. Leur tâche était de concevoir un nouvel aliment qui valorise deux types de protéines inhabituelles: ils ont créé une fondue chinoise végétarienne dans une palette de trois saveurs, wasabi, sésame et curry. Leur produit, à base de protéines de soja et de chanvre, est présenté dans un emballage attrayant, qu'ils ont également élaboré eux-mêmes.

Développement de A à Z

Avant que les roulades ne plongent dans le caquelon à fondue, les étudiants avaient soumis leurs idées à des ana-

lyses de marché, créé des recettes, effectué des tests d'acceptation auprès de groupes de clients, établi un business plan et conçu un emballage. Tout cela au plus près de la réalité.

Quant à leurs camarades d'études, qui ont mis au point des pâtes de type «farfalle» à base de vers de farine, ils se sont rapidement heurtés à des difficultés lors de l'acquisition de farine d'insectes, car ces derniers ne sont pas encore homologués en tant qu'aliment en Suisse. Ayant vaincu cet obstacle, ils pensent à présent que leur produit possède un certain potentiel, d'autant plus que sa composition n'est trahie ni par son aspect ni par sa saveur.

Pâtisserie à base de petit-lait

A côté de la fondue chinoise végétarienne, des pâtes aux

vers de farine et d'une barre de céréale bio épicée, deux glaces ont également vu le jour: la première au chocolat, riche en protéines de pois et de chanvre, et la deuxième aux fruits rouges, végane et sans lactose, dont les protéines sont principalement tirées de l'okara, un sous-produit de la fabrication du tofu très peu valorisé actuellement. Sans oublier une pâtisserie fine du nom de «mousse enchantée»: une boule de biscuit craquante fourrée d'une mousse fruitée et aromatique, surprenante de légèreté. Cela grâce au petit-lait, un autre sous-produit encore peu utilisé.

Savoureux, mais pas que

«Ces innovations ne sont pas seulement savoureuses à souhait, elles ont aussi d'autres avantages: elles peuvent



Nouilles aux vers de farine.

HAFL



Glace chanvre et pois.

SP-RA

HAFL

Colloque public le 13 octobre

Le colloque public «Les protéines, source d'innovation» aura lieu le jeudi 13 octobre 2016 à Zollikofen. Quelles opportunités les protéines alternatives offrent-elles aux fabricants suisses de produits alimentaires et quels sont les enjeux?

Durant le colloque, des spécialistes donneront un aperçu des tendances observées sur le marché, des besoins physiolo-

giques que couvrent ces aliments, mais aussi des défis agronomiques et technologiques posés par la production et la transformation des protéines qui les constituent.

SP-RA

SUR LE WEB

www.hafl.bfh.ch/protéines pour infos et inscriptions.



Glace à l'okara (pulpe de soja).

HAFL



Pâtisseries au petit-lait.

HAFL