

Pepparmynta

Mentha x piperita

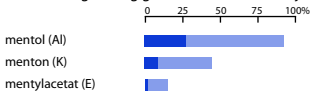
Om växten

Pepparmynta beskrevs först av Carl von Linné efter att studerat ett exemplar som plockats i England. Man trodde att det var en egen art, men det visade sig senare vara en hybrid. Myntasläktet består av ett trettiotal arter som lätt korsar sig med varandra. Pepparmyntan är vanligtvis en steril planta, men den sprider sig snabbt genom rotutlöpare.



Oljans beståndsdelar

Pepparmyntans friska doft kommer från alkoholen mentol. Ketonen menton vill man däremot ha så låg halt av som möjligt eftersom den har en bitter smak. En solig säsong ger en mer mentolrik olja.



Framställning av olja

Pepparmyntsoljan vatten- eller ångdestilleras ur torkade blad. Utbytet är 0.1-1.5% olja. Eftersom arter och odlingsförhållanden ger olika karaktär på oljan

brukar man dela in pepparmyntsolja i tre varianter: engelsk, amerikansk och japansk. Engelsk olja anses vanligtvis vara den bästa. Japansk pepparmynta utvinns egentligen från Åkermynatan, *Mentha arvensis*, men benämns traditionellt som pepparmynta i farmakopéer.

Traditionell användning

Myntor har använts som kryddor och medicinalväxter i tusentals år. Enligt den grekiska mytologin var *Mintha* en najad som levde i den underjordiska floden Cocytus. Hon uppvaktade Hades, dödsrikets härskare, men upptäcktes av hans svartsjuka hustru Persefone. Som bestraffning trampade Persefone ner den stackars nymfen i marken och förvandlade henne till en myntaplanta.

Oljan har använts vid matsmältningsbesvär, som kramplösande medel och för sina kylande och antiseptiska egenskaper. Oljan används för att lindra solsveda och klåda. Doften hjälper mot illamående och åksjuka. Under medeltiden tuggades myntablåd för att ge vita tänder och frisk andedräkt.

Pepparmynta är tillsammans med Grönmyntan (spearmint) en vanlig smaksättare av tuggummi, karameller, tandkräm, te, glass, likörer och tobak. Smaken är så stark att man lätt känner en enda droppe utspädd i 100 liter vatten.

Pepparmynta i hemmet

Pepparmynta är uppiggande och uppfräschande och passar därför bra i studierummet.