

## KLEINBLÜTIGE BERGMINZE — DARF ICH MICH VORSTELLEN?

Du findest mich immer mehr in Gärten und das aus gutem Grund. Meine lange Blütezeit und der üppige Blütenreichtum machen mich zu einem Magneten für Insekten. Dazu bin ich vielseitig einsetzbar – ein echtes Multitalent.



#BIENENWEIDE  
#DUFTEND  
#HEILPFLANZE  
#MEHRJÄHRIG  
#SONNE  
#TROCKENHEITSVERTRÄGLICH

### **MEIN NAME.** *Clinopodium nepeta subsp. nepeta*

Meine botanische Zuordnung war lange umstritten. 1753 gab mir Carl von Linné den Namen *Melissa nepeta*. Später wurde ich *Satureja calamintha*, dann viele Jahre *Calamintha nepeta*. Heute heiße ich offiziell *Clinopodium nepeta*.

**MEIN AUSSEHEN.** Ich blühe ausdauernd und reich. Auch wenn meine Blüten klein sind, wirken sie beeindruckend. Ihre Farbe reicht von weiß bis zart violett. Zerreibst du meine Blätter, verströme ich einen intensiven, aromatischen Duft. So spreche ich gleich mehrere deiner Sinne an.

**MEINE HERKUNFT.** Ursprünglich stamme ich aus Süd- und Südosteuropa sowie Teilen des Nahen Ostens bis zum nördlichen Iran. Dort wachse ich auf steinigen, kalkhaltigen Böden zwischen Felsen, Mauern und auf Schuttflächen. In Gärten ist vor allem die sterile Sorte 'Triumphator' verbreitet.

**MEIN PLATZ BEI DIR.** Ich liebe warme, sonnige Plätze. Am besten gedeihe ich in trockenen, durchlässigen und nährstoffarmen Böden. Deshalb komme ich in Steingärten und auf Trockenmauern gut zur Geltung. Doch auch in einem Kübel auf dem Balkon mache ich eine gute Figur.

**MEINE BESONDERHEIT.** Meine Blätter schmecken intensiv nach einer Mischung aus Minze und Oregano oder Majoran. Deshalb eignen sie sich hervorragend für Tees und zum Würzen, besonders bei Suppen, Eintöpfen oder Tomatensaucen. Früher galt ich auch als Heilpflanze, die «krankhafte Körpersäfte» austreiben sollte. Mein ätherisches Öl ist nicht einheitlich, enthält aber stets hohe Anteile von p-Menthanen.

## KLEINBLÜTIGE BERGMINZE — DARF ICH MICH VORSTELLEN?



Illustration:  
New York Botanical Garden/Wikimedia

### WUCHS

Pflanzenhöhe	30 bis 40 cm
Form	buschig
Verhalten	horstig

### BLÜTE

Farbe	weiß
Zeit	Juli bis September
Stängel	unverzweigt, aufrecht, beblättert
Stand	traubig, achselständig
Form	lippenförmig, zweilippig, asymmetrisch bis disymmetrisch
Einzelblüte/Blume	einfach, seitlich zeigend

### BLATT

Farbe	grün
Spreite	einfach, ungeteilt
Form	rundlich, eiförmig, zugespitzt
Rand	gezähnt, gesägt
Eigenschaften	glatt, glänzend, aromatisch duftend

### VERWENDUNG & EIGENSCHAFTEN

Lebensbereiche	Freifläche und Steinanlagen
Standort	trockener Boden; sonnig
Pflanzabstand	30 bis 40 cm
Eigenschaften	Bienenweide, Heil-/Medizinpflanze, Blatt-/Blütenduft

Quelle Steckbrief: Die Stauden-DVD; Götz, Häussermann, Sieber; 5., aktualisierte Ausgabe

