

Mentha kent vele variaties in bladkleur en bladvorm. Al deze planten hebben de onmiskenbare smaak van munt. Behalve voor de kruidentuin is Mentha echter ook bruikbaar in de siertuin of als potplant op het terras. Er is zelfs een soort voor in de vijver.

Tekst: Emiel van den Berg
Foto: www.visionpictures.com

Mentha is familie van tal van andere kruidenplanten als Satureja, Melissa, Thymus, Lavandula en Salvia. Ook de sierplanten Nepeta en Lamium zijn familieleden. Al deze plantengeslachten behoren tot de Lamiaceae, de familie van de lipbloemigen. De naam lipbloem verwijst naar de typische vergroeiing van de kroonbladeren. De Nederlandse naam van Mentha is munt. Over het aantal soorten binnen het geslacht is al lange tijd onenigheid. Botanici worden het er niet over eens welke planten wel en welke niet tot Mentha behoren. De grenzen zijn lastig af te bakenen, vooral ook vanwege de vele kruisingen. Momenteel wordt aangenomen dat er zo'n 25 verschillende soorten zijn die in de vrije natuur voorkomen en die variabel van vorm kunnen zijn. Deze groeien van nature in met name Europa en Azië. Naast de soorten zijn er nog ruim 600 variëteiten bekend waarvan een aantal als tuin- en kruidenplant wordt gekweekt.

EGYPTE

Mentha kent een rijke geschiedenis. Al in het oude Egypte kregen overledenen een bloemen-guirlande mee met daarin onder andere munt. In het oude Griekenland was munt een heilige plant gewijd aan Hades, de god van de onderwereld. Er werd zelfs een berg naar de plant genoemd. De wetenschappelijke naam Mentha is ook afkomstig uit Griekenland waar de plant mintha of minthê heet. Ook bij de Romeinen kwamen muntbloemen veelvuldig voor, vooral in bruidsboeketten, en binnen de Joodse cultuur is het gebruikelijk om het paaslam met onder andere munt te bereiden. Bekendste voorbeeld van het gebruik van munt is echter de uit de Arabische wereld traditioneel veel gedronken muntthee. De meeste muntsoorten zijn te herkennen aan de vierkante stengels en het sterk aromatische loof. De bladeren hebben meestal een gezaagde rand en staan paarsgewijs tegenover elkaar. Kenmerkend voor de meeste soor-



Mentha x rotundifolia 'Purple Sensation'

Mentha, lekker en mooi in vele variaties

ten is dat ze zich snel via ondergrondse uitlopers verspreiden. De plant kan zich zo tot een plaag ontwikkelen zodat bij verkoop aan consumenten ook meestal wordt geadviseerd om munt in een pot te zetten en deze al dan niet in te graven. Af en toe de kluit scheuren voor verjonging is dan het enige aandachtspunt.

BANAAN

M. x piperita, de pepermint, is een belangrijke kruisingsvorm en vooral geschikt voor thee. Zowel gedroogd als vers blad is daarvoor geschikt. Het verse blad is ook smaakvol in salades en vormt de basis voor muntsauzen. Tevens gebruikt men het als garnering bij bijvoorbeeld ijs. Voor de tuin zijn er cultivars met even smaakvol maar gekruld blad en is 'Cinderella' een variëteit met purper blad. 'Swiss' heeft een frisse citroengeur en 'Chocolate' is er in verschillende bladkleuren en heeft volgens fijnproevers het aroma van de mintgeur in het bekende After Eight-chocolaatje. M. arvensis heeft twee bijzondere variëteiten. 'Banana' heeft de smaak van banaan en is prima te gebruiken in allerlei zomerse gerechten als vruchtendranken en

fruitsalades maar ook in ijs, desserts en thee. Net als 'Strawberry' die een aardbeismaak heeft. Een vleugje gemberaroma is te vinden bij M. x gentilis, de gembermint. De bontbladige vorm heeft de sterkste smaak. De smaak van ananas is te vinden bij M. suaveolens 'Ananas' en M. suaveolens 'Apfel' heet appelmunt en smaakt daar ook licht naar. De soort M. suaveolens heeft ook variëteiten met opvallend gekleurd blad zoals de purperbladige 'Purple Sensation' en de witbonte 'Variegata'. Die laatste wordt door sommigen eveneens ananasmunt genoemd. Sterke smaken ook bij M. spicata waarvan de cultivar 'Nana' vaak Marokkaanse munt wordt genoemd maar de exacte naamgeving is niet altijd even duidelijk. 'Crispa' is een smakelijke siervorm met gekruld blad die men op grote schaal kweekt om er muntolie uit te winnen. M. pulegium, de polei, is behalve smaakvol ook decoratief. Vooral het grijzige blad valt op maar ook de roze bloemen hebben sierwaarde. Iets wat eveneens geldt voor M. longifolia 'Buddleia' die fluweelzacht grijs blad heeft en lila bloemen. Wie tot slot iets wil doen met munt in de vijver kiest voor de moerasplant M. aquatica.