

Sommaire

Préface de Jérôme Goust	6
Étymologie, culture populaire	9
Étymologie	10
Patronymie	10
Étymologie pour chaque espèce	12
Symbolique, croyances et traditions	16
Mythologie	16
Savoirs populaires	19
Utilisations magiques	21
Menthe de France, de Navarre et d'ailleurs	27
Une famille	30
Un genre	30
Détermination visuelle	31
Description des espèces	34
Parfums de Menthe	53
Du parfum de Menthe en particulier...	54
... aux parfums en général	57
Des huiles essentielles constitutives des parfums	61
Essences de Menthe, origine et dénomination	63
Les Menthes classées selon les constituants des huiles essentielles	66
Cahier pratique	67
Soins de la peau	68
Soins dentaires et buccaux	69
État général	71
Ambiance	73

Au jardin ou sur votre balcon **75**

Historique	78
Culture	80
Espèces, variétés, hybrides, etc.	81
Fausse menthes cultivées	94
Sol et conditions de culture	96
Multiplication	98
Des Menthes pleins les pots !	99
Récoltes	102
Maladies	102
Utilisations diverses et variées au jardin	103

Des champs de Menthe **105**

Une plante d'avenir	106
Mise en culture	108
Ravageurs et maladies	114

Au service de votre santé **115**

En vente libre...	118
Propriétés	119
Récolte et conservation des Menthes à tisanes	120
Médecine d'hier	123
Médecine d'aujourd'hui	127
Votre pharmacie familiale menthée	132
Effets indésirables et contre-indications	135
Usages vétérinaires	136

Plaisirs de bouche **139**

De la Grèce antique à Sainte Hildegarde de Bingen	141
Quelques généralités culinaires	143
Cahier pratique	146

Carnet d'adresses **163**

Bibliographie **169**