

Известная мята

•У большинства из нас мята ассоциируется прежде всего со свежестью и приятным холодком, но нередко мы забываем о том, что имеет мята полезные свойства, используемые и в народной медицине, и просто в каждодневном быту. Мята улучшает мозговую деятельность, избавляет от «хандры». Используют это растение большей частью в виде настоев, отваров. Кстати, не надейтесь особо на «мяту» в жевательной резинке – лучше натуральной мяты нет.

Где можно достать это лекарственное растение?

• Ну, можно и попросту посадить мяту в горшке в качестве вазона.

Чтобы насладиться чаем с мятой, Вам достаточно будет «собрать» с нее не более двух – трех маленьких листиков.

Затем, мяту можно посадить у себя на даче – растение это неприхотливое, особого ухода оно не требует. Наконец, чтобы не утруждаться, можно приобрести мяту в аптеке и заваривать ее. А для самых ленивых проще будет купить готовые пакетики с мятой.

Интересно знать!

• У древних римлян был обычай – одевать гостю венок из мяты; в древней Руси, дамы увидеть во сне своего суженого, девушки клали ее под подушку; в Средневековье студенты носили венок из мяты на голове – очевидно о пользе этого растения для мозговой деятельности знали уже тогда. А еще верили, что мята на подоконнике отпугивает злых духов, ограждая от них дом.

Загадки о мяте

• Есть в лесу, есть в квасу, Есть в конфетке и в таблетке. В травке - море аромата! А зовётся травка ...



Травка очень душиста, Ароматные листья. Поскорей собирай И заваривай чай!



