

# Serpolet

*Thymus serpyllum*



Aussi connu sous le nom de serpolet.

Est une plante aromatique vivace, normalement rampante, sa taille à l'âge adulte est autour 10cm de haut et 50cm de large.

Il est résistant au froid et fleurit au printemps.

Plus d'informations à:

[https://www.amu.bio/\\_serpolet](https://www.amu.bio/_serpolet)

## Cultivation

Il a besoin d'un bon ensoleillement, et les sols humides sont à éviter.

## História

La première référence au thym nous vient de Sumer, où déjà au troisième millénaire avant JC thym, séché et réduit en poudre, a été mélangée avec des poires, des figues et de l'eau, et ce dossier est fait cataplasmes.

Dans l'Egypte ancienne, le thym était utilisé comme médicament et aussi dans l'embaumement des momies.

Les Grecs se sont parfumés avec cette plante.

Le célèbre médecin Galien dit avoir copié du temple Asclépios (le dieu grec de la médecine) sur l'île de Kos, une ancienne formule attribuée à Hippocrate qui était composé de thym, persil, fenouil et anis, ces plantes ont été réduits en poudre et mélangé dans le vin.

Dans la Rome antique, il était habituel de répandre du thym sur le sol pour parfumer la maison, des branches de plantes étaient brûlées pour éloigner les mauvais esprits (ou démons), et avec ils le fromage était également orné.

Au Moyen Age, Saint Hildegard - qui a vécu au 12ème siècle. XII - thym recommandé pour traiter la lèpre, la paralysie, et aussi contre les poux.

Au siècle XVII, il y avait ceux qui disaient que le thym dissipait la mélancolie et évitait les cauchemars.

Thym n'a pas été oubliée dans la littérature, et en sa pièce « Oberon » Shakespeare dit que le roi des Gnomes savent « ... où le thym sauvage pousse, » sans doute le plus apprécié pour sa forte concentration d'huiles essentielles.

### **Utilisation**

Très utilisé dans les jardins rocheux comme plante ornementale.

En cuisine, ses feuilles sont utilisées dans les salades ou comme assaisonnement de certains plats de viande.

L'infusion de ses feuilles produit également une infusion savoureuse.

Quant à ses propriétés médicinales, cette plante a est antiseptique, bénéfique pour le système digestif, est largement utilisée dans le traitement des maladies respiratoires et a des effets positifs sur le soulagement des douleurs menstruelles, des crampes, des douleurs rhumatismales et dans le traitement de l'alcoolisme. Leur consommation pendant la grossesse devrait être évitée.

L'huile essentielle extraite des feuilles et des inflorescences est très utilisée dans l'industrie de la parfumerie.

Ses fleurs peuvent également être utilisées comme anti-mites naturelles dans les armoires.