

Thym Commun

Thymus vulgaris



Il est l'une des herbes plus cultivées à travers les années.

Famille des Lamiacées, est un arbuste qui a des feuilles petites linéaires ou en forme de lance et fleurs roses ou blanches.

Il est particulièrement utilisé comme condiment et pour l'huile essentielle, riche en thymol.

Plus d'informations à:

https://www.amu.bio/_thym_commun

Cultivation

Le thym peut être propagé par graines ou par tuteurage, cette dernière méthode étant préférable, car la culture par graines nécessite plus de temps pour que les plantes puissent commencer à être récoltées.

Les graines peuvent être plantées directement dans un endroit permanent du jardin, mais comme elles sont très petites, il est idéal de les semer dans des lits de semis et de transplanter les plantules lorsqu'elles ont 4 paires de feuilles définitives. La germination des graines prend une à trois semaines.

La multiplication par tuteurage, c'est-à-dire en coupant des branches sur des plantes adultes saines, est la méthode idéale car elle produit des plantes identiques à la plante mère et celles-ci nécessitent moins de temps de croissance jusqu'à la récolte. Ce procédé consiste à couper des branches, à immerger leur inférieure dans un récipient d'eau jusqu'à ce que des racines apparaissent. Ensuite, elles sont plantées dans un endroit définitif, ou dans des pots maintenus bien humides pendant trois ou quatre semaines.

L'espacement entre les plantes doit généralement être de 15 à 20 cm.

Le thym peut aussi être facilement cultivé en jardinières et en pots.

Il est important d'éliminer les plantes envahissantes qui consomment ses nutriments et ses ressources. Comme il s'agit d'une plante vivace, elle peut être cultivée pendant de nombreuses années mais devient ligneuse avec l'âge, sa productivité sera plus grande si les plantes sont renouvelées tous les deux ou trois ans.

Histoire

Le nom vient du thymon, mot grec qui signifie «courage», étant cette plante symbole de courage, activité, la bravoure, le bonheur, l'énergie et de l'affection.

- La première référence à thym remonte à Sumer, où déjà dans le troisième millénaire a.c, le thym, séché et réduit en poudre, a été mélangé avec des poires, des figues et de l'eau, avec cette mélange se faisait cataplasmes.

- Dans l'Egypte ancienne, le thym a été utilisé comme un médicament et aussi dans l'embaumement des momies.

- Les Grecs se parfument avec cette plante, et selon la légende, les abeilles de Colline Himete - qui a atterri dans les lèvres de Platon pour donner son éloquence - produit un délicieux miel de thym. Le célèbre médecin Galien dit avoir copié le temple d'Asclépios (le dieu grec de la médecine), sur l'île de Kos, une ancienne formule attribuée à Hippocrate qui était composé de thym, le persil, le fenouil et l'anis, plantes qui ont ensuite réduit en poudre et mélangées avec du vin.

- Dans la Rome antique, il était de coutume de répandre le thym dans le sol pour parfumer la maison, des branches de plantes brûlées faisant éloigner les mauvais esprits (ou démons), et elle était utilisée comme ornement pour les fromages.

- Au Moyen Age, St. Hildegard - qui vivaient dans le siècle. XII - recommandé le thym pour traiter la lèpre, la paralysie, et aussi contre les poux.

- Au cours du siècle. XVII, il y avait ceux qui ont dit que le thym dissipe la mélancolie et éviter les cauchemars.

Utilisation

Dans la cuisine, frais ou secs, l'arôme de thym légèrement épicé fonctionne à merveille dans l'assaisonnement des salades, marinades, cuits au four, grillés, les ragoûts et de nombreux autres plats.

Certaines personnes l'utilisent également dans les liqueurs.

Les moines bénédictins sont connus par le fameux élixir qui fabriquent et l'un des ingrédients est le thym.

Dans le jardin est utilisé pour couvrir le sol et empêcher la propagation des mauvaises herbes, avec l'avantage d'avoir une odeur agréable.

Thym est également utilisé en parfumerie, en particulier dans la fabrication de savons.

Et aujourd'hui, comme avant, cette plante est brûlé pour parfumé les maisons (de pots-pourris) et même des églises.

En ce qui concerne des fins médicinales, grâce à ses composants, il a des propriétés antiseptiques et exerce une action remarquable sur les états fébriles, la toux (coqueluche) et la bronchite.

Leurs infusions traitent des affections des voies respiratoires supérieures, comme la toux, des maux de gorge, la bronchite, le rhume, la grippe et la sinusite.

Il est efficace dans la gorge et des ulcères de la bouche.

En pulvérisation peut être utilisé pour la désinfection des surfaces et comme il a un effet répulsif, le spray peut également être utilisé contre les insectes.