

# Thymian

## Frischer Gartenthymian

*Der Duft frischen Thymians wirkt flüchtiger, feinblumiger und abgerundeter als der der getrockneten Blätter. Anders als diese schmeckt er jedoch leicht scharf-weniger nach Pfeffer, eher nach Menthol.*

## Getrockneter Gartenthymian

*Beim Trocknen verändern sich die Geschmacksstoffe des Thymians. Er wirkt intensiv rauchig, erdig und holzig; auch die feinbittere Waldhonignote tritt deutlich zutage.*



Andere Namen: Echter T., Garten-T., Immenkraut, Römischer Quendel, Gundelkraut

Andere Arten

Es gibt 200 bis 400 Arten und Unterarten:

T. vulgaris = Echter T. ist am meisten verbreitet; er wird nach drei Sortengruppen unterschieden:





Nach Zentral-Europa kam T. erst im Mittelalter mit den Benediktiner-Mönchen. Hildehard von Bingen, Bock schreiben darüber, auch Matthiolus:

"Die brüe da Thymian innegesotten hat/ und umb die Brust dumpffig sindt. Auch treibt sie die Bauchwärme/den harn/ die Monzeit der frauen/die frucht/und das bürdle oder ander geburt/item gerunnen blutt/und gift. Oeffnet die verstopfung/erwermet und sterckt alle erkalte innerliche glieder."

In Schottland trinkt man T.-Tee zur Kräftigung, zur Ermutigung und zur Abwehr von Alpträumen.

Anmerkungen:

Thymos (griechisch) heißt Mut und Kraft. Römische Soldaten badeten in Thymian-Wasser, um ihre Kraft zu stärken.

Die Ägypter verwendeten Th. zum Einbalsamieren, in Griechenland und Rom war Th. als Heilpflanze bekannt.

Deshalb trugen im Mittelalter die Ritter einen Thymianzweig im Schuh.

Hildegard von Bingen meinte, T. sei ein Mittel gegen Lepra und Paralyse.

Maria soll das Jesuskind auf Thymian gebettet haben;

in Bayern werden auf den Fronleichnamsprozessionen Thymiankränze getragen, die man später in die Ställe hängt, um Unheil abzuhalten.

Kipling schrieb vom "wind-bit thyme that smells of dawn in Paradise."

Die Lieblingsblume von Pfarrer Kneipp.

Wirkstoffe:

Die sehr starken Schwankungen des Gehaltes an ätherischem Öl von 0,75 - 6,3% sind abhängig von Herkunft, Klima, Erntezeit und den Trocknungs- und Lagerbedingungen.

Die in Deutschland bis zu 3,5% enthaltenen ätherischen Öle bestehen aus Thymol = Thymolkampher (30 - 70 %), Thymolmethyläther, Carvacrol (3 - 15 %), Terpinen, Linalool sowie Gerb- und Bitterstoffe.

In den südlichen, wärmeren Ländern ist der Anteil an ätherischen Ölen bis zu doppelt so hoch.

Anbau

Garten/Haus : ausdauernd, nördlich der Alpen meist einjährig, weil nicht winterhart.

Wildwachsend : an sonnigen und trockenen Stellen auf Wiesen, Hängen oder Wegrändern.

Vermehrung : durch Samen, (Lichtkeimer); Keimdauer: 3 - 4 Wochen. Besser kauft man Pflanzen in der Gärtnerei. Im Sommer Absenker ziehen oder Triebstecklinge; auch die Wurzeln älterer Pflanzen können im Frühjahr geteilt werden.

Im Garten : normaler Gartenboden, kalkhaltig; sonniger Platz, im Abstand von 25 cm.

Im Haus : besonders geeignet sind Echter und Zitronen-T., die jedoch täglich mindestens 5 Stunden Sonnenlicht benötigen.





