



© Greenmars - CC-BY-SA-3.0 - <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>

Artikel-Nr: 15220

189

Echter Thymian

Thymus vulgaris

Der Echte Thymian ist eine ausdauernde, niedrig wachsende Gewürz-, Aroma- und Heilpflanze, die eine Höhe von bis zu 40 Zentimetern erreicht und deren Blätter zerrieben stark aromatisch duften. Die Blütezeit der hellvioletten kleinen Blüten reicht von Mai bis Oktober. Thymian würzt mediterrane Speisen und gilt in der Naturmedizin als Heilkraut bei Erkältungskrankheiten, Husten und Magenbeschwerden. Geschichtlich wird sie bereits in der Antike von Plinius und später bei Hildegard von Bingen erwähnt. Wirkende Kräfte: Zur Stärkung bei Erkältungen empfiehlt sich ein Thymian-Tee: Übergießen Sie 3 TL frische oder 1 TL getrocknete Thymianblätter mit 250 ml heißem (nicht kochenden) Wasser. 10 Minuten ziehen lassen, abgießen und in kleinen Schlucken trinken.

Naturstandort: Ursprünglich stammt der Echte Thymian aus dem westlichen europäischen Mittelmeerraum.

Anzucht: Eine Freilandausaat sollte zwischen Mitte April bis Ende Juni erfolgen. Im Haus ist die Anzucht ganzjährig möglich. Thymian ist ein Lichtkeimer und muss daher nur leicht in Kräuter- oder Anzuchterde angedrückt werden. Die Keimzeit beträgt zwei bis drei Wochen. Die kleinen Sprösslinge können dann ab Anfang Mai ins Freie umgesiedelt werden. Am besten wird die Erde dann mit etwa 40 % Sand durchmischt.

Standort: Thymian liebt einen trockenen, warmen Standort in sonniger Lage.

Pflege: Pflanzen Sie die Sämlinge in tiefe Töpfe, da der Thymian tiefe Pfahlwurzeln bildet. Nur bei älteren Exemplaren sind kleine Gaben organischen Flüssigdüngers angezeigt. Längere Zyklen ohne Wasser verkräftet der Thymian meist ohne weiteres. An sehr sonnigen und heißen Tagen sollte jedoch kräftig gegossen werden. Kurz vor der Blüte besitzt der Thymian die stärkste Würzkraft. Werden die Blätter zur Mittagszeit geschnitten, ist der Anteil an ätherischen Ölen am höchsten. Thymian läßt sich sehr gut durch Trocknen oder Einfrieren konservieren.

Im Winter: Zum Winter sollte die Pflanze im Wurzelbereich geschützt werden.. Die frischen Triebe sprießen im Folgejahr wieder aus den verholzten Bereichen aus. Wir empfehlen, die Pflanze im Frühjahr kräftig bis in die verholzten Teile zu stützen. So wird der Austrieb zarter neuer Triebe gefördert.