

Arbeitsprobe: „Thymian“

Dr. Johanna Prinz, info@naturvermittlung.de

zuerst erschienen im ökologischen Onlinemagazin „denkLokal“, 2012

Thymian – Halsschmerzen ade!

Die Erkältungszeit rückt näher und es wird Zeit nach den passenden Hausmitteln Ausschau zu halten. Ein Knaller unter den Erkältungsmittelchen (und ein Knaller in Sahnesaucen) ist der Thymian. Seine winzigen Blätter enthalten ätherische Öle, die schmerzlindernd und entzündungshemmend wirken.

Der Name des Krauts leitet sich vom griechischen Wort thymós (Geist, Mut, Rauch) ab. Römische Legionäre nahmen vor der Schlacht ein Thymianbad, heißt es und bei den Griechen diente er als Räuchermittel. Wegen seiner keimtötenden Wirkung hatten die alten Ägypter eine besondere Verwendungsweise: Sie benutzten Thymian zum Einbalsamieren ihrer Toten.

Tatsächlich wirkt Thymian gegen Keime und wird daher gerne gegen Magen-Darm-Erkrankungen, Blasenprobleme oder Halsentzündungen eingesetzt. Für einige von uns reicht vermutlich schon seine wohltuende Wirkung auf Lunge und Bronchien als Grund, um den Thymian in unseren Fensterbank-Garten aufzunehmen. Folgende Tipps solltet ihr beachten:

1. Thymian lässt sich als Steckling vermehren. Falls ihr also jemanden kennt, der eine Thymianpflanze hat: Schwatzt ihm doch einfach ein Zweiglein ab! Falls eure Freunde alle bloß Basilikum haben: Aussaat ab Mitte Mai im Topf!
2. Stecklingsvermehrung geht so: Achtet darauf, dass die Mutterpflanze kräftig und schädlingsfrei ist. Schneidet den Steckling unbedingt mit einem Messer ab, Scheren

könnten den Stiel quetschen. Falls die Schnittstelle antrocknet ist das kein Problem sondern verhindert sogar Fäulnis. Dann pflanzt ihr den Steckling direkt in die Erde. Wichtig: gut feuchthalten, damit alles gut anwächst und der Zweig nicht austrocknet.

3. Thymian ist pflegeleicht und verträgt Sonne und Hitze. Er eignet sich gut für die Fensterbank und den Balkon. Besonders hübsch sind Arten mit bunten Blättern wie der Gelbe Zitronenthymian.

4. Das beste Aroma haben die Blätter zwischen Mai und September. Wundert euch aber nicht: Selbst in vollem Wachstum wird die Pflanze nur 10-15 cm hoch.