

Thym compact

Thymus vulgaris L. compactus

Tonneaux
8 - 40 - 49 - 61



Catégorie

Famille des Lamiacées
Sous-arbrisseau vivace à tiges ligneuses, touffu et très aromatique

Description

Feuillage : persistant, glanduleux, aromatique, vert franc à vert sombre, blanchâtre à leur face inférieure, petites feuilles opposées linéaires, filiformes, lancéolées, au pétiole extrêmement court, à bord roulé en dessous, à nervures latérales distinctes, obtuses au sommet

Floraison : mai-septembre, fleurs de 4 à 6mm de longueur, pédicellées et réunies ordinairement au nombre de trois à l'aiselle des feuilles supérieures, formant une sorte d'épi foliacé au sommet des ramifications de la tige, 2 sortes de fleurs comestibles (1 fleur à grande corolle de 2 lèvres, à 4 étamines et 1 style, 1 fleur à corolle plus petite, sans étamine)

Fruit : tétrakène à 4 nucules petites et brunes

Hauteur : 7 à 30 cm

Couleur : rose pâle ou presque blanc pur

Entretien et culture

Sol : ordinaire, surtout très bien drainé

Emplacement : soleil

Multiplication : semis de mars à mai, division par éclat des souches au printemps, bouturage (réalisé fin du printemps), marcottage en climat froid, en septembre en climat chaud et sec en plantant le jeune rameau aux 2/3 de sa longueur

Entretien : tailler au fur et à mesure des besoins pour la cuisine, sinon après la floraison pour garder la forme compacte. Couper la plante de moitié au printemps pour favoriser l'apparition de nouvelles pousses. Renouveler les plants tous les 3 ans sinon la tige devient trop ligneuse et les feuilles perdent leur arôme

Culture : idéal dans les jardins secs, les bordures, plates-bandes, massifs, rocailles ou simplement dans les potées aromatiques

Récolte : 2 récoltes, une fin mai-début juin à 5 cm du sol avant la floraison, l'autre en septembre mais pas plus bas que le tiers de la plante pour éviter aux jeunes pousses qui se formeraient de geler. Juste éclaircir la plante en coupant au sécateur (pas toutes les tiges ni toute la plante). Réaliser la cueillette après la rosée du matin et avant les heures chaudes, la plante aura évacué le maximum d'humidité et n'aura pas évaporé son huile essentielle

Utilisation

Plante nectarifère et mellifère, visitée notamment par l'Azurée du thym, elle se marie à presque toutes les viandes cuites à l'étuvée ou rôties, avec le poisson, les sauces et les marinades, les pizzas et les pâtes.

Elle entre dans la composition de nombreux mélanges d'épices : les « herbes de Provence » (cerfeuil, estragon, sarriette, marjolaine, romarin, thym, lavande et fenouil), le « dukba » d'Égypte (graines de sésame et noisettes grillées, coriandre, cumin, poivre noir, thym), le « zahtar » (marjolaine, thym, graines de sésame grillées, sel et sumac) ou encore le célèbre « bouquet garni ».

Riche en huiles essentielles diverses et en flavonoïdes, le thym est un puissant antiseptique, antibactérien et fongicide, utilisé comme désinfectant en milieu hospitalier dans certains pays d'Afrique du Nord. Il possède également des propriétés antitussives, anti-inflammatoires, fluidifiantes, bronchospasmodiques, expectorantes, antispasmodiques et stimule l'appétit et la digestion.

Attention !

Il existe plusieurs chémotypes selon l'espèce et l'endroit où le thym pousse. L'huile essentielle est riche en thymol et peut provoquer des allergies.



Thym compact

Thymus vulgaris L. compactus

p 2

Tonneaux

8 - 40 - 49 - 61



Anecdotes, citations

Le nom *thymus* provient du grec *thumon* signifiant « offrande (que l'on brûle) » et « parfum », à cause de l'odeur agréable que la plante dégage.

Dans la mythologie grecque, chaque larme de la belle Hélène qui parvenait à toucher le sol donnait naissance à un pied de thym.

Symbolisant le courage, le brin de thym était brodé sur les écharpes des chevaliers.

En Angleterre, lorsqu'une jeune fille hésitait sur le choix de son futur époux, on lui conseillait de « s'enduire d'un mélange de marjolaine, de thym et d'absinthe, le jour de la Saint-Luc, pour rêver de son futur époux » (Anna Kruger, *An illustrated guide to herbs, their medicine et magic*).

« *Ce qu'on appelle eau bouillie, à Tarascon, c'est quelques tranches de pain noyées dans de l'eau chaude, avec une gousse d'ail, un peu de thym, un brin de laurier.* »

Alphonse Daudet, *Tartarin de Tarascon* (1872)

Recette : tourte au thym

Ingrédients (pour 4 personnes) :

250 g de pâte feuilletée, 500 g de jeunes poireaux, 2 branches de thym citron, 3 feuilles fraîches de laurier, 3 œufs, 50 g de beurre, 200g de crème fraîche, 1 c. à s. de féculé, 60 g de fromage râpé, noix de muscade, sel et poivre, 4 anchois

Préparation :

abaisser la pâte feuilletée sur une plaque de 24 cm de diamètre. Laver les poireaux et couper en rondelles les parties blanches et vert clair. Hacher le thym et le laurier. Faites revenir les poireaux et les herbes 15 minutes dans du beurre. Préchauffer le four à 225°C. Battre les œufs dans un plat et y ajouter la crème fraîche, la féculé, le fromage et la noix de muscade. Verser sur les poireaux chauds, saler et poivrer. Répartir le tout sur la pâte et mettre au four pendant 25 minutes. Retirer du four, déposer les anchois et servir chaud.

Références

Net :

<http://nature.jardin.free.fr>

<http://fr.wikipedia.org>

<http://fr.ekopedia.org>

www.aujardin.info

www.jardindupicvert.com

www.creapharma.fr

www.toildepices.com

Livres :

- *Guide des plantes sauvages*, Sélection du Reader'sDigest

- *Le jardin au naturel*, François Couplan et Françoise Marny, Bordas Jardins

- *Guide de la collection du jardin des plantes du Pitet*, M. Clignez, A. Lamproye, Y. Leruth, E. Melin, P. Sanglan

- *Guide des plantes médicinales*, P. Schauenberg, F. Paris, Delachaux et Niestlé

- *Petit guide panoramique des herbes médicinales*, Hans Fluck, Delachaux et Niestlé

- *Lexiguide des épices*, Elcy Editions Herbes de cuisine de A à Z, Henning Seehusen, Chantecler

- *La bible des herbes aromatiques*, Peter McHoy & Pamela Westland, Könemann 450 fleurs, Margot et Roland Spohn, Delachaux et Niestlé

