

Artenvielfalt der Kräuter (3) – der Thymian

Für den Thymian findet man oft auch den Namen Quendel. Die Namen Kinderkraut, Liebfrauenbettstroh und Marienbettstroh entstanden aus der Annahme, Wöchnerinnen können mit Thymian eine leichtere Geburt erleben. Sicher kennen aber viele Gartenfreunde Mittel mit Thymian gegen Husten und Erkrankungen der Bronchien; Hustenbonbons, Teemischungen, Mittel zum inhalieren und Hustensaft. Thymian kann durch seine antibiotische und entzündungshemmende Wirkung bei Reizhusten und sogar Keuchhusten und Asthma Linderung schaffen u.a. in Kräuterkissen. Er ist krampflösend und schleimlösend. In der Medizin kommt Thymian auch gegen entzündliche Hautprobleme und Gelenkschmerzen zum Einsatz, z.B. als Badezusatz. Ich trockne im Sommer Zweiglein von Thymian an luftiger und schattiger Stelle, bewahre sie gut verschlossen und dunkel auf und peppe bei Bedarf Hustentees mit Thymian auf und inhaliere gleichzeitig aufsteigenden Dampf. Thymian kann aber noch viel mehr, weil er kräftig herhaft und leicht herb schmeckt. Er duftet intensiv aromatisch und erinnert an seinen milderen Verwandten den Majoran. Apropos Verwandtschaft, der Lippenblütler (*Thymus vulgaris*) stammt, wie so manches nützliche Kräutlein, aus dem Mittelmeerraum. Der mehrjährige immergrüne, 10 bis 30 cm hohe Halbstrauch ist reich verzweigt. Seine kleinen, schmalen Blättchen sind auf der Unterseite leicht behaart und am Rand etwas eingerollt. Von Mai bis in den Herbst öffnen sich in Scheinquirlen angeordnete, rosa- bis lilaarbene kleine Lippenblüten. Alle Teile enthalten wertvolle ätherische Öle, sowie Gerb- und Bitterstoffe. Außer dem bisher beschriebenen Gartenthymian gibt es noch weitere Arten, die besonders für den Zier- oder Steingarten interessant sind. Ich erwähne hier nur den Zitronenthymian und den Feldthymian. Als Standort ist ein sonniges Plätzchen zu bevorzugen, am Besten in der Kräuterspirale, im Kräuterbeet oder im Kräuterkasten. Am einfachsten ist es, wenn man im Mai eine Jungpflanze kauft (die dann viele Jahre weiter kultiviert werden kann). Stecklingsvermehrung und Aussaat bereitet kaum Mühe. In Gartenmärkten und Gartenkatalogen findet man viele Thymiansorten; bei Quedlinburger „Feldthymian“, bei Chrestensen und Flora Frey „Deutscher Winter“, bei Sperli „Wild Magic“, bei Kiepenkerl „Tim“. **Verwendung in der Küche:** für Salate, Gemüsesuppen, Soßen, Fleisch, Fisch, Ragouts, für Schafs- und Ziegenkäse, für Kartoffelgerichte, in Thymiantarte und in Kräuteressig oder -beizen. Viel Erfolg mit den interessanten Kräutern wünscht *Ihr Gartenfachberater Edgar Schmitt KGV“Alt Schönefeld“*