

Thym

Thymus



Un rameau de *Thymus vulgaris*

Classification

Règne	Plantae
Sous-règne	Tracheobionta
Division	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsida
Sous-classe	Asteridae
Ordre	Lamiales
Famille	Lamiaceae

Genre

Thymus

L., 1753

Classification phylogénétique

Classification phylogénétique

Ordre Lamiales

Famille Lamiaceae



Thymus vulgaris

Thymus est un genre de plantes (couramment appelées **thym** ou **serpolet**) de la famille des Lamiacées. Ce genre comporte plus de 300 espèces. Ce sont des plantes rampantes ou en coussinet portant de petites fleurs rose pâle ou blanches. Ces plantes sont riches en huiles essentielles et à ce titre font partie des plantes aromatiques. La principale huile essentielle de *Thymus vulgaris* est un terpénoïde qui lui doit son nom, le thymol, une substance bactéricide. Dans le sud de la France, le thym est aussi fréquemment appelé *farigoule* (de son nom occitan : *farigola*).

Description

- Plantes vivaces, à limbe foliaire entier.
- Inflorescence formée, au moins dans sa partie supérieure de glomérules rapprochés en forme de capitule ou d'épi dense.
- Pour l'examen de la répartition des poils sur la tige, on se basera de préférence sur le 2^e entrenœud sous l'inflorescence.
- Étamines dépassant la lèvre supérieure de la corolle (au moins 2 d'entre elles), à filets divergents.

Espèces

- *Thymus alpestris*, thym alpestre
- *Thymus capitatus*, thym Zaatar
- *Thymus citriodorus*, thym citron
- *Thymus dolomiticus*, Thym des dolomies
- *Thymus embergeri*, Thym d'Emberger
- *Thymus herba-barona*, thym de Corse
- *Thymus holosericeus* Celak.,
- *Thymus nitens*, thym luisant
- *Thymus oenipontanus*, Thym d'Innsbruck
- *Thymus polytrichus*, Thym à pilosité variable
- *Thymus praecox*, thym couché
- *Thymus pseudolanuginosus*, thym laineux
- *Thymus pulegioides*, thym à larges feuilles
- *Thymus serpyllum*, thym sauvage, serpolet
- *Thymus vulgaris*, thym commun

Biotope

Europe occidentale et du Sud, implanté en Europe de l'Est et du Sud, cultivé en jardin. Ce sont de petits arbustes.

Composants

Le thymol et le carvacrol sont les composants principaux, ainsi que le para-cymène, le 1,8-cinéol, le linalol et d'autres monoterpènes, triterpènes, flavonoïdes.

Les espèces peuvent être regroupées selon des chémotypes identifiés par la richesse en certains composants :

- chémotype 1 : huile riche en carvacrol,
- chémotype 2 : huile riche en monoterpènes aromatiques(principalement thymol) et plus pauvre en carvacrol, α -terpinène et méthyl carvacrol,
- chémotype 3 : huile riche en 1,8-cinéol,
- chémotype 4 : huile riche en linalol,
- chémotype 5 : huile riche en citral,
- chémotype 6 : huile riche en a-terpinéol,
- chémotype 7 : huile riche en monoterpènes aromatiques et bornéol,
- chémotype 8 : huile riche en géraniol,
- chémotype 9 : huile riche en 1,8-cinéol, camphre et thymol,
- chémotype 10 : huile riche en *cis*- et *trans*-hydrates de sabinène et terpinèn-4-ol,
- chémotype 11 : huile riche en cétone,
- chémotype 12 : huile riche en citronellal.

Culture

Le thym est très résistant. Il a besoin de soleil et pousse à l'état sauvage sur les collines arides et rocailleuses des régions méditerranéennes. Le thym peut se reproduire par semis ou par division de racines, marcottage, ou bouturage. Les plantations s'effectuent tous les 30 cm. À chaque printemps, il est préférable d'engraisser la terre avec de l'engrais ou de la poudre d'os et de couper la plante de moitié pour favoriser l'apparition de nouvelles pousses. Par contre, il ne faut pas mettre de l'engrais durant l'été car cet apport excédentaire de vitamines rend la plante fragile à l'époque des gelées. Pour la culture en pot, utilisez une terre poreuse. Comme il déteste les terres humides, installez-le dans un endroit surélevé par rapport à l'allée, afin que l'eau s'écoule. Si vous devez le tailler, faites-le après la floraison. Quant à sa multiplication, elle se fait par division des touffes au printemps ou par bouturage estival. Il peut pousser jusqu'à 1 500 à 2 000 mètres d'altitude.

Il faut renouveler les plants tous les trois ans sinon la tige devient trop ligneuse et les feuilles perdent leur goût si caractéristique.

Histoire

Thymus provient du grec *thumon* qui signifie « offrande (que l'on brûle) » et « parfum », à cause de l'odeur agréable que la plante dégage naturellement ou lorsqu'on la fait brûler^[1].

Les Égyptiens et les Étrusques utilisaient le thym mélangé aux onguents pour embaumer leurs morts. Les Grecs en brûlaient devant l'autel de leurs dieux, les places publiques et les riches demeures, pensant que cette plante était source de courage ; ils en mettaient aussi dans leurs plats ; le thym était aussi utilisé à profusion comme parfum stimulant qu'ils versaient dans leur bain ou dont ils s'oignaient le corps. La légende veut que Pâris enleva la Belle Hélène et que la princesse était fort triste : à chaque larme qui tombait de ses yeux sur le sol, naissait une touffe de thym.

Les Romains, la diffusant en Europe, en faisaient de nombreuses sortes de cosmétiques (eau de toilette parfumant même leurs couches, baume censé retarder le vieillissement) et s'en servaient pour purifier leurs pièces d'habitation et

pour « donner du parfum aux fromages et liqueurs. »^[2].

Ce symbole de courage se perpétue au Moyen Âge, notamment lors des Croisades. Les demoiselles brodaient des abeilles voletant près d'une branche de thym sur les écharpes qu'elles offraient à leur chevalier qui partait trop loin de leur cœur. Les sorcières fabriquaient des philtres d'amour à base de marjolaine, de thym, de verveine et de fleurs de myrte. Il était aussi placé sous les oreillers (car il favoriserait le sommeil en chassant les cauchemars et la mélancolie) et sur les cercueils lors des funérailles car on pensait qu'il facilitait le passage dans l'autre vie.

Dans le langage des fleurs, il est symbole de courage, amour durable, esprit de créativité, dynamisme et résistance physique.

Le thym est la plante correspondant au 28 Prairial du calendrier républicain^[réf. nécessaire].

Utilisations

- Le thym est utilisé comme aromate en cuisine et comme plante médicinale, dans les tisanes ou même dans les bonbons (Ricola par exemple).
- En tisane, il sert à soigner les infections respiratoires. Une tisane de thym est également efficace pour drainer le foie, ce qui fait qu'il est recommandé par la naturopathie pour les personnes subissant une chimiothérapie, traitement très destructeur pour le foie.
- C'est aussi un excellent calmant.

Culinaire

Le thym est une plante condimentaire très utilisée en particulier dans la cuisine provençale et rurale. Avec le laurier et le persil, il fait partie du bouquet garni qui relève de nombreuses recettes de viande en sauce.

Propriétés médicinales

Cette section **ne cite pas suffisamment ses sources**. Merci d'ajouter en note des références vérifiables ou le modèle {{Référence souhaitée}}.

Le thym est antiseptique et il a des propriétés antivirales. Il est aussi stomachique, expectorant et antispasmodique.

En aromate ou en infusion, c'est un désinfectant des voies digestives souvent utilisé en association avec le romarin et la sauge. Le thym soulage les digestions difficiles.

L'infusion de thym peut s'utiliser en bain de bouche en cas d'inflammation des gencives et en gargarisme en cas d'irritation de la gorge ou d'angine.

Mais surtout le thym ou des préparations contenant du thym s'utilisent en fumigation pour traiter les rhinites et les sinusites.

Le thym aussi peut être utilisé pour la maladie du foie.

Liqueur

Le thym peut être également utilisé pour fabriquer des liqueurs particulièrement parfumées quand elles sont à base de fleurs ramassées l'été.

Annexes

Liens externes

- Référence ITIS : *Thymus L.* ^[3] ([fr](#)) (+ version anglaise ^[4] ([en](#)))
- Les variétés de thym à cultiver dans son jardin ^[5]
- http://www.tela-botanica.org/page:eflore?module=recherche&action=recherche_nom&eflore_referentiel=25&eflore_nom=thymus

Notes et références

[1] Alain Rey, Dictionnaire historique de la langue française, Robert, 1992

[2] Grieve, Maud (Mrs.). *Thyme. A Modern Herbal*. Hypertext version of the 1931 edition (<http://botanical.com/botanical/mgmh/t/thygar16.html>).

[3] http://www.cbif.gc.ca/pls/itisca/next?taxa=&p_format=&p_ifx=&p_lang=fr&v_tsn=32820

[4] http://www.itis.gov/servlet/SingleRpt/SingleRpt?search_topic=TSN&search_value=32820

[5] http://www.jardins-orleanais.com/html/conseils/conseil_detail.php?idconseil=35

Sources et contributeurs de l'article

Thym *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=85248181> *Contributeurs*: 08pb80, Abaabab, Abrahami, Alamandar, Alvaro, Arnaud.Serander, Basicdesign, Bob08, Boretti, Callisto, Cantons-de-l'Est, Clemux, ComputerHotline, Coyote du 86, Djapipol, DocteurCosmos, EDUCA33E, Ekocitoyen, Ellisllk, Erasmus, Esperanza222, Esprit Fugace, Frfr, Frudelik, Heimdalltod, IAlex, Iafss, JLM, Janex, Jean-Jacques MILAN, Jef-Infojef, Jeffdelonge, Kerekes, Koko90, Le sourcier de la colline, Liné1, Melkor73, MrTout, Mym, Nataraja, Pixeltoo, Pld, Poulos, Remedy, Renato Caniatti, Rheto, Riquou, Rosier, Rémy, Salsero35, Sensonet, Sophocle, Spedona, Syd, TED, The Titou, Titutin, Tomdesp, Tpa2067, Vargenau, Vincnet, Vivarés, VonTasha, Woodstock, Yansha, Zyzomys, 82 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Fichier:Thymus vulgaris4.JPG *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Thymus_vulgaris4.JPG *Licence*: GNU Free Documentation License *Contributeurs*: Henry Brisse (upload by user:Abalg)

Image:Thymian.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Thymian.jpg> *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Ayacop, Dbenzhuser, Maksim

Licence

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)
