

Echter Thymian

Echter Thymian (*Thymus vulgaris*), auch **Römischer Quendel**, **Kuttelkraut** oder **Gartenthymian** genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Thymiane (*Thymus*) innerhalb der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae). Er wird als Heil- und Gewürzpflanze verwendet.

Inhaltsverzeichnis

Beschreibung

Vegetative Merkmale

Generative Merkmale

Vorkommen

Systematik

Inhaltsstoffe

Nutzung

Thymian als Heilpflanze

Thymian als Bienenweide

Thymian als Gewürzpflanze

Literatur

Weblinks

Einzelnachweise

Beschreibung

Vegetative Merkmale

Der Echte Thymian ist ein ausdauernder, stark verzweigter Halbstrauch, der Wuchshöhen von 10 bis 40 Zentimeter erreicht. Die Zweige sind niederliegend oder aufsteigend, vierkantig, verholzt und kurz behaart. Die kreuzgegenständigen Laubblätter sind sitzend oder kurz gestielt und schmal elliptisch. Ihre Oberseite ist graugrün gefärbt, die Unterseite filzig grauweiß behaart und der Rand zurückgerollt.

Generative Merkmale

Die kleinen Blüten sind in Scheinquirlen angeordnet, die sich in zylindrischen Köpfchen an den Enden der Zweige befinden. Die zwittrigen Blüten sind zygomorph und fünfzählig mit doppelter Blütenhülle. Die fünf Kronblätter sind weiß oder rosafarben und zu einer zweilippigen Krone verwachsen. Die Oberlippe ist wenig glockig, die Unterlippe weist drei breite Lappen auf. Die Nussfrüchte sind kugelförmig.

Echter Thymian



Echter Thymian (*Thymus vulgaris*)

Systematik

Asteriden

Euasteriden I

Ordnung: Lippenblütlerartige (Lamiales)

Familie: Lippenblütler (Lamiaceae)

Gattung: Thymiane (*Thymus*)

Art: Echter Thymian

Wissenschaftlicher Name

Thymus vulgaris

L.

Die Blütezeit reicht von Mai bis Oktober.

Die Chromosomenzahl beträgt $2n = 30$.^[1]

Vorkommen

Ursprünglich stammt der Echte Thymian aus dem westlichen europäischen Mittelmeerraum. Er wird als Heil- und Gewürzpflanze verwendet und verwildert in Mitteleuropa nur in warmen Gegenden, besonders am Alpensüdfuß und in der Südwestschweiz.^[2] In Deutschland wurde er an mehreren Stellen eingebürgert.

Er besiedelt lückige Trockenrasen und Macchien. Der Echte Thymian gedeiht am besten auf trockenen, flachgründig-steinigen, kalkhaltigen Böden bei ausgesprochen sommerheißem Klima.^[2]

Systematik

Man kann folgende Unterarten unterscheiden^[3]:

- *Thymus vulgaris* subsp. *aestivus* (REUT. EX WILLK.) A.BOLÒS & O.BOLÒS: Sie kommt im östlichen Spanien und auf den Balearen vor.^[3]
- *Thymus vulgaris* subsp. *mansanetianus* P.P.FERRER, A.NAVARRO, E.LAGUNA & MATEO: Diese 2013 erstbeschriebene Unterart kommt im östlichen Spanien vor.^[3]
- *Thymus vulgaris* subsp. *vulgaris*: Sie ist in Spanien, in Frankreich und im südöstlichen Italien beheimatet, kommt aber in Mitteleuropa, in Algerien, Neuseeland und Mittelamerika als Neophyt vor.^[3]

Inhaltsstoffe

→ Hauptartikel: Thymianöl

Es gibt sechs definierte Chemotypen des Echten Thymians. Die Verteilung und Häufigkeit der einzelnen Chemotypen innerhalb eines Bestands hängt insbesondere von genetischen und klimatischen Bedingungen ab. Die Zusammensetzung der ätherischen Öle der Chemotypen ist jeweils verschieden, sie werden nach ihrem jeweiligen Hauptbestandteil benannt. Die Typen sind:^[4]

- Der Geraniol-Chemotyp
- Der Linalool-Chemotyp
- Der α -Terpineol-Chemotyp
- Der *trans*-Thuyanol-4-terpineol-4-Chemotyp
- Der Carvacrol-Chemotyp
- Der Thymol-Chemotyp

Nutzung



Illustration aus *Koehler's Medizinal-Pflanzen*, 1887



Blütenstand

Thymian als Heilpflanze

Geschichtlich wird Thymian in der Antike von Plinius und im Mittelalter (12. Jh.) bei Hildegard von Bingen erwähnt. Echter Thymian ist offizinell, er wurde zur Arzneipflanze des Jahres 2006 gewählt.

Als wertgebender Inhaltsstoff ist der medizinische Einsatz von ätherischem Thymianöl durch die Kommission E gegen Katarrhe der oberen Luftwege, bei Bronchitis und Keuchhusten anerkannt worden.^[5] Ätherisches Thymianöl wirkt im Laborversuch nachweislich antibakteriell und antiviral, klinische Untersuchungen zu seiner Wirksamkeit fehlen jedoch.^[6]



Thymus vulgaris subsp. aestivus

Thymian als Bienenweide

Der Echte Thymian ist eine recht gute Bienenweide. Auf einer mit ihm bestandenen Fläche von einem Hektar kann sich pro Blühsaison ein Honigertrag von 125 bis 185 kg ergeben.^[7]

Thymian als Gewürzpflanze

Der Echte Thymian ist eine wichtige Gewürzpflanze. Er kann im frischen, aber auch getrockneten Zustand unter anderem in Suppen, Eintöpfen, Fisch- und Fleischgerichten wie auch Würsten verwendet werden.^[8]

Literatur

- Klaus Becker, Stefan John: *Farbatlas Nutzpflanzen in Mitteleuropa*. Eugen Ulmer, Stuttgart (Hohenheim) 2000, ISBN 3-8001-4134-5.

Weblinks

 **Commons: Echter Thymian (*Thymus vulgaris*)** (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Thymus_vulgaris?uselang=de) – Sammlung von Bildern, Videos und Audiodateien

- *Echter Thymian*. (<https://www.floraweb.de/pflanzenarten/artenhome.xsql?suchnr=27324&>) FloraWeb.de
- Echter Thymian (https://www.ufz.de/biolflor/taxonomie/taxonomie.jsp?ID_Taxonomie=3422). In: *BiolFlor*, der Datenbank biologisch-ökologischer Merkmale der Flora von Deutschland.
- *Thymus vulgaris* L. (<https://www.infoflora.ch/de/flora/1744-.html>) In: *Info Flora*, dem nationalen Daten- und Informationszentrum der Schweizer Flora. Abgerufen am 24. Februar 2016.
- Thomas Meyer: Thymian Datenblatt mit Bestimmungsschlüssel und Fotos bei *Flora-de: Flora von Deutschland* (alter Name der Webseite: *Blumen in Schwaben*) (<http://www.blumeninschwaben.de/Zweikeimblaettrige/Lippenbluetler/thymian.htm#Echter>)
- Informationen zum Echten Thymian. (<https://web.archive.org/web/20060805085858/http://phytotherapy.org:80/presse/thymian-2006.pdf>) (PDF-Datei; 254 kB)
- Informationen von NABU. (<https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/pflanzen/pflanzenportraits/nutzpflanzen/04499.html>)
- *Steckbrief der Klostergärtnerei Maria Laach* (<http://www.maria-laach.de/downloads/kraeuterblaetter/thymian.pdf>) (PDF; 224 kB)

- Thymian als Heilpflanze. (http://www.awl.ch/heilpflanzen/thymus_vulgaris/thymian.htm)

Einzelnachweise

1. Erich Oberdorfer: *Pflanzensoziologische Exkursionsflora für Deutschland und angrenzende Gebiete*. Unter Mitarbeit von Angelika Schwabe und Theo Müller. 8., stark überarbeitete und ergänzte Auflage. Eugen Ulmer, Stuttgart (Hohenheim) 2001, ISBN 3-8001-3131-5, S. 814.
 2. Dietmar Aichele, Heinz-Werner Schwegler: *Die Blütenpflanzen Mitteleuropas*. 2. Auflage. Band 4: *Nachtschattengewächse bis Korbblütengewächse*. Franckh-Kosmos, Stuttgart 2000, ISBN 3-440-08048-X.
 3. Rafaël Govaerts (Hrsg.): *Thymus vulgaris*. (<http://wcsp.science.kew.org/qsearch.do?page=quickSearch&plantName=Thymus%20vulgaris&page=quickSearch>) In: *World Checklist of Selected Plant Families (WCSP) – The Board of Trustees of the Royal Botanic Gardens, Kew*. Abgerufen am 24. Februar 2016.
 4. R. Granger, J. Passet: *Thymus vulgaris spontane de France: races chimiques et chemotaxonomie*. In: *Phytochemistry*. Band 12, Nr. 7, 1973, S. 1683–1691, DOI: 10.1016/0031-9422(73)80388-7.
 5. Phytodoc: Informationen zur Heilpflanze Echter Thymian, Anwendungsgebiete und Wirkungsweise, Online (<http://www.phytodoc.de/informationen/heilpflanze/thymian-echter/anwendungsgebiete-wirkungsweise/>), Zugriff am 5. März 2009
 6. Phytodoc: Informationen zur Heilpflanze Echter Thymian, Einleitung, Online (<http://www.phytodoc.de/informationen/heilpflanze/thymian-echter/einleitung/>), Zugriff am 5. März 2009
 7. Josef Lipp et al.: *Handbuch der Bienenkunde – Der Honig*. 3., neubearb. Auflage. Eugen Ulmer, Stuttgart 1994, ISBN 3-8001-7417-0, S. 38
 8. Hermann Grüner, Reinhold Metz (Hrsg.): *Der junge Koch*. 25. Auflage. Pfanneberg, Gießen, Leipzig 1993, ISBN 978-3-8057-0386-4, S. 178 ff.
-

Abgerufen von „https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Echter_Thymian&oldid=204228879“

Diese Seite wurde zuletzt am 3. Oktober 2020 um 19:28 Uhr bearbeitet.

Der Text ist unter der Lizenz „Creative Commons Attribution/Share Alike“ verfügbar; Informationen zu den Urhebern und zum Lizenzstatus eingebundener Mediendateien (etwa Bilder oder Videos) können im Regelfall durch Anklicken dieser abgerufen werden. Möglicherweise unterliegen die Inhalte jeweils zusätzlichen Bedingungen. Durch die Nutzung dieser Website erklären Sie sich mit den Nutzungsbedingungen und der Datenschutzrichtlinie einverstanden. Wikipedia® ist eine eingetragene Marke der Wikimedia Foundation Inc.