



Pl. 255.
Thym. Serpolet. Thymus Serpyllum L.

TIMO

Famiglia: *Lamiaceae*

Genere: *Thymus*

Thymus serpyllum

CARATTERISTICHE BOTANICHE

Il serpillino, anche detto pepolino, pipernia o timo selvatico è una pianta appartenente alla famiglia delle Lamiaceae. È una delle specie di timo più diffusa, utilizzata da secoli per scopi culinari, ornamentali e medicinali.

È una pianta erbacea strisciante, molto variabile, alta da 10 a 30 cm.

Fusti prostrati striscianti o ascendenti, sottili, radicanti, ramosi.

Foglie piccole da lineari ad ellittiche, cigliate alla base, piane.

Fiori piccoli, a corolla bilabiata, in spicasteri corti apicali. Colore variabile dal bianco al rosa al violetto. La fioritura dura un mese circa, in un periodo variabile tra aprile e settembre.

HABITAT/DIFFUSIONE/DISTRIBUZIONE

Molto diffusa in Europa, anche al Nord (si trova anche in Islanda), come in tutto il Mediterraneo e in Asia. Cresce in terreni ben drenati, sabbiosi, su pendii soleggiati, nella boscaglia, fino a 2600 metri di altitudine.

PRINCIPI ATTIVI E PROPRIETÀ

Principi amari, oli essenziali (timolo fino al 55 %), tannini, flavonoidi ed altri composti volatili quali : geraniolo, terpineolo, cimene, linalolo, canfene, borneolo.

Proprietà antisettiche, antibatteriche, antispastiche, balsamiche, bechiche.

UTILIZZO

Questa varietà di timo è una buona pianta mellifera, molto bottinata dalle api che ne ricavano anche un miele monoflora.

Vi sono alcune varietà nane che si possono usare come tappeto erboso.

È molto usato in cucina, come molte altre specie di timo.

In particolare, per le sue proprietà antibatteriche, è molto utile per aiutare la digestione e ridurre la fermentazione intestinale.

ESIGENZE PEDOCCLIMATICHE/TERRENO E AMBIENTE

Si riproduce per seme, si moltiplica più frequentemente per propaggine in estate, o per talea in primavera o autunno.

Si coltiva in terreno ben drenato; su suolo compatto ha apparato radicale superficiale, per cui gradisce annaffiature regolari.

COLTIVAZIONE

È una pianta molto adatta per la coltivazione in un giardino roccioso, ma può essere usata anche come tappezzante per posizioni aperte e luminose.

Preferisce esposizione soleggiata e terreno calcareo e leggero, permeabile e asciutto.

È consigliabile coltivare le piante in posizione riparata dal gelo, perché essendo una specie mediterranea è sensibile ai freddi molto intensi

Le annaffiature vanno effettuate solo quando la superficie del terreno è completamente asciutta, cercando di evitare il ristagno idrico, specialmente in inverno.

Nel periodo primaverile estivo si effettua una concimazione con un buon concime completo ogni 20-25 giorni, mentre nel periodo più freddo le concimazioni vanno sospese per evitare lo sviluppo di vegetazione, in quanto sensibile al freddo.