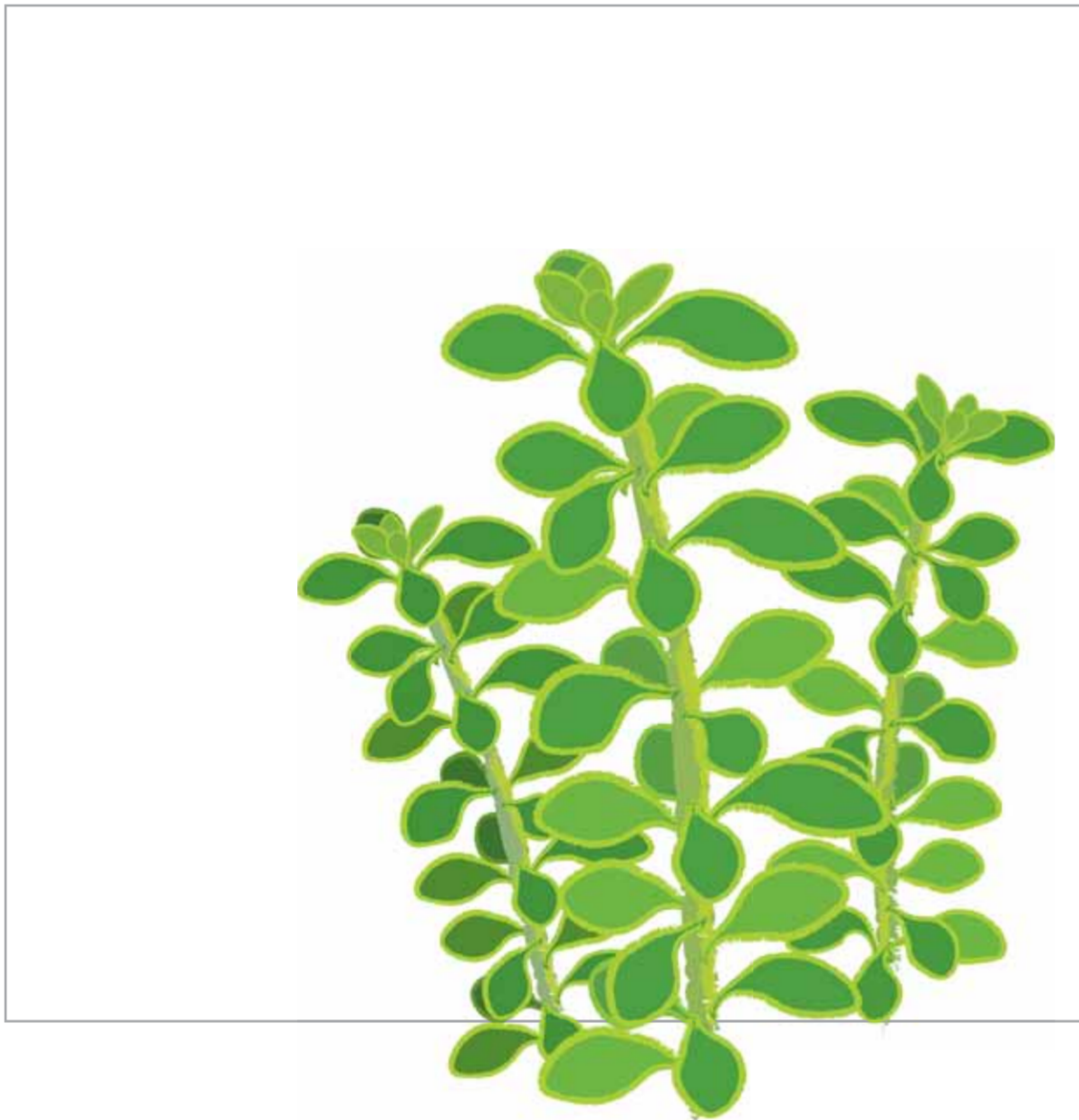


Timo

(Thymus vulgaris)



in cucina

E' molto utilizzato per insaporire pietanze a base di carne, pesce e verdure. Si usa sia fresco che essiccato, e può essere aggiunto alle tisane alle erbe. E' inoltre usato per la preparazione di aceti aromatici.

uso terapeutico

E' un potente digestivo e carminativo, ed è efficace contro le infezioni alle vie urinarie e le infiammazioni dell'apparato respiratorio. L'infuso è un ottimo calmante per i casi di tosse, asma, bronchite e raffreddore (grazie alle sue proprietà balsamiche e fluidificanti).