

Timo volgare (*Thymus vulgaris* L.)

ASPETTI BOTANICI

Il timo è un piccolo suffrutice sempreverde della famiglia delle *Labiatae*, di taglia molto bassa, dai 20 ai 30 cm, con cespo compatto e rami brevi ricchi di piccole foglie sessili, opposte, lanceolate e con i bordi arrotondati.

I fiori sono rosei o bianchi e la fioritura avviene da maggio a luglio, a seconda del clima e dell'ecotipo.

In natura sono presenti anche diversi ecotipi di timo volgare, differenti oltre che per le connotazioni morfologiche, anche per la variabilità nella composizione dei principi attivi volatili. In base ai costituenti chimici dell'olio essenziale vengono in genere classificati 7 chemiotipi, che non incontrano però il riconoscimento della Farmacopea Ufficiale. Nella Farmacopea Europea viene riconosciuto solo il tipo a timolo contenente il 30-70% di timolo e il 3-15 % di carvacrolo. I tipi a linalolo e carvacrolo sono preferiti per il mercato delle erbe aromatiche condimentarie.

Altre specie di timo coltivabili sono *T. serpyllum* L., *T. pulegioides* L. e *T. capitatus* L., quest'ultimo tipico del Sud e talvolta confuso o sostitutivo dell'origano, nonostante i suoi fiori rosa carico.

Il peso di 1000 semi è di 0,25g.



UTILIZZAZIONE

I principi attivi aromatici del timo hanno spiccate proprietà antisettiche e antibatteriche, con una azione disinfettante 25 volte superiore al fenolo, oltre che proprietà antiossidanti.

Ha anche azioni stomachica, digestiva, riscaldante, spasmolitica, carminativa, diuretica e disinfettante delle vie urinarie.

Il timo stimola l'appetito, favorisce la digestione e l'assimilazione dei grassi. Possiede una specifica azione antibatterica nelle infezioni intestinali. Fra i diversi usi, le sue proprietà ne giustificano l'impiego nell'aromatizzazione e conservazione degli alimenti.

Standard di qualità

La droga è costituita dalle sommità fiorite (*Thymi Herba*) e dalle foglie (*Folium Thymi*); il prodotto commercializzato fresco è rappresentato dai giovani rametti. Secondo la F.U.I. (1998) la droga di timo deve contenere non meno di 12 ml/kg di essenza, di cui non meno dello 0,5% di fenoli volatili calcolati come timolo.

L'olio essenziale si ottiene invece per estrazione in corrente di vapore delle sommità fiorite e sempre secondo la F.U.I., deve contenere non meno del 30 e non più del 60% in volume di fenoli, calcolati come timolo.

L'olio essenziale contiene monoterpeni fenolici quali timolo (30-70%) e carvacrolo (3-15%); ossidi quali cineolo e metilesteri di timolo; alcoli quali borneolo, geraniolo, linalolo; esteri quali acetato di bornile e di linalile; idrocarburi quali cimene e terpinene.

CLIMA E TERRENO

Cresce bene nei terreni calcarei, asciutti, permeabili, sassosi, poveri e soleggiati, sia di pianura che di collina e si adatta ai terreni argillosi. Un ambiente arido, caldo, soleggiato favorisce l'accumulo dei principi attivi aromatici, anche se risulta limitante per lo sviluppo vegetativo.

TECNICA COLTURALE

Varietà coltivate

Ditte sementiere estere commercializzano diverse varietà: 'Sonecko' (Polonia); 'Aroma', 'Lemona', 'Mixta' (Rep. Ceca), Varico (Svizzera).

Durata della coltura

Il timo è una pianta perenne, a sviluppo iniziale moderato, che viene generalmente mantenuta in coltura per 3-4 anni.

Semina e riproduzione

Una coltura di timo può essere realizzata sia da seme che per divisione dei cespi. I semi tuttavia germinano con qualche difficoltà. In semenzaio è preferibile utilizzare del terreno fertile e finemente preparato, che va inumidito frequentemente.

Sesti d'impianto: interfila: 50-70 cm; sulla fila: 25-35 cm.

Densità: 4,8 – 8 piante/m².

Concimazione (kg/ha): azoto: 70-80; fosforo: 60-80; potassio: 90-100;

Il timo è specie rustica che non ha elevate esigenze nutrizionali, tuttavia, qualora si praticino raccolte continue ed intensive, aumentano le esigenze di azoto che favorisce ed incrementa lo sviluppo vegetativo, mentre il potassio è importante per la realizzazione di un buon "accestimento".

Le distribuzioni di concime azotato vanno frazionate in più interventi da effettuarsi dopo le raccolte.

Irrigazione

Una buona disponibilità di acqua ed elementi nutritivi favorisce invece la produzione delle parti verdi, rametti e foglie e ne stimola il ricaccio e lo sviluppo vegetativo. Quando la pianta sia sottoposta spesso alla raccolta dei giovani rametti verdi, diventa perciò importante intervenire con modesti, ma frequenti apporti idrici e nutrizionali, in particolare subito dopo la raccolta.

Lavorazioni ed altri interventi agronomici

Sono necessari interventi di fresatura e scerbatura, soprattutto se la coltura non è stata pacciamata ed eventualmente una leggera rincalzatura per favorire il rapido ricaccio delle gemme e per proteggere la base della pianta dal gelo.

MALATTIE E PARASSITI

Sulla parte aerea possono verificarsi degli ingiallimenti fogliari, causati da attacchi di nematodi che si sviluppano all'interno della radice. È però possibile che tali ingiallimenti, soprattutto se si manifestano dopo la fioritura o a fine stagione, siano in un certo senso "fisiologici" e che scompaiano alla ripresa vegetativa, dopo la somministrazione di adeguati apporti nutrizionali.

Sono possibili poi attacchi di "ruggine del timo" (*Aecidium thymi*) che provoca delle macchie rosso-giallastre sulla pagina inferiore delle foglie e sul picciolo e di ruggine della menta (*Puccinia menthae*).

Le larve di alcuni lepidotteri minatori possono danneggiare le foglie, in particolare la *Tortrix pronubana*.

RACCOLTA E RESE

Nella coltivazione in pieno campo, come per altre specie officinali di cui si raccoglie la parte aerea, la raccolta avviene mediante sfalcio, all'inizio della fioritura (50% dei fiori aperti).

Tagli.

1° anno: un taglio verso metà agosto, a seconda dell'esposizione e dell'altitudine ed in base all'epoca d'impianto. La fioritura sarà scarsa.

2° anno e successivi: 1° taglio a fine giugno; 2° taglio in agosto (fioritura scarsa).

Nelle coltivazioni in aiuole, tunnel ed in consociazione con ortaggi ed altre specie aromatiche e avendo come obiettivo la produzione di droga fresca per uso culinario, si tagliano i rametti a mano, con le forbici, confezionandoli in mazzetti che poi vengono posti in cassetine. Il taglio va praticato a 10 –12 cm dal livello del suolo

Nella raccolta, si deve fare attenzione a rispettare le gemme basali che garantiscono il ricaccio e le successive produzioni.

Il timo produce in media 4-5 t/ha di biomassa verde, pari a 2-2,5 t/ha di prodotto secco, corrispondenti a 1,3-1,5 t di fiori e foglie secchi.

Prima della vendita, il prodotto fresco per impieghi alimentari va tenuto in magazzino, al fresco e all'ombra, per ridurre l'appassimento e la perdita delle caratteristiche organolettiche. È possibile conservarlo anche in una cella frigorifera per ortaggi.

Il prodotto secco va mondato e conservato in sacchi.

Per piccole quantità, il timo può essere essiccato disponendolo sotto una tettoia, sempre all'aria e all'ombra, riunito in mazzetti.

Temperatura di essiccazione 35-45 °C, in strati di 1 m.

Scheda a cura di Giorgio Voltolina e Carla Vender.

Fonti bibliografiche:

Srva, 2004 - Plantes medicinales et aromatiques. Service romande de vulgarisation agricole, Losanna - Svizzera.