

Θυμάρι

Το Θυμάρι μας αποξηραίνεται στα ξηραντήρια μας με απόλυτα φυσικό τρόπο, και διατηρεί αναλλοίωτα τα ποιοτικά του χαρακτηριστικά, όπως το χρώμα του, το άρωμα του και την θαυμάσια γεύση του.

Το Θυμάρι είναι αρωματικό ετήσιο ποώδες φυτό. Τα μέρη που χρησιμοποιούνται, είναι τα φύλλα και οι ανθοφόρες κορφές του.

Είναι φυσικό τονωτικό σε περιπτώσεις σωματικής και πνευματικής κατάπτωσης, άγχους και κατάθλιψης. Βοηθά στην διαύγεια πνεύματος και στην πέψη λιπαρών τροφών.

Το ζεστό ρόφημα θυμαριού είναι αποτελεσματικό και κατευναστικό σε περιπτώσεις κρυολογήματος, βρογχίτιδας, αμυγδαλίτιδας, βήχα, άσθματος, γαστρίτιδας, κρυάματος της κοιλιάς συνοδευόμενη από διάρροια, διάρροιας δηλητηριάσεων και πυρετού.

Χρήσεις

Το Θυμάρι ξεκίνησε από την Πατρίδα μας και τείνει να κατακτήσει τις κουζίνες ολόκληρου του κόσμου, καθώς με το έντονο άρωμα και τη ιδιαίτερη του γεύση αρωματίζει κρέατα, ψάρια, λάδια, ελιές, ξίδια, σαλάτες και τουρσιά.

Μπορούμε άφοβα με το θυμάρι να νοστιμίσουμε όλα τα τυριά, τα νερόβραστα λαχανικά, πίτες, σούπες και σάλτσες, κρέατα, πουλερικά και ψάρια, αρκεί να θυμόμαστε πως ξερό το θυμάρι είναι πολύ πιο έντονο από το νωπό, γι' αυτό η χρήση του πρέπει να γίνεται με φειδώ.

Το ρόφημα παρασκευάζεται όπως ακριβώς το Λεμονοθύμαρο και η Ρίγανη.

Σούπα με Θυμάρι

Την Θυμαρόσουπα απολαμβάνουν από τα αρχαία χρόνια οι βοσκοί της Καταλονίας και οι μοναχοί.

- Ρίχνουν ένα ή δύο κλαδάκια ξερού θυμαριού σε μια κούπα βραστό νερό και το σουρώνουν μετά από λίγο.
- Προσθέτουν λάδι και περιχύνουν με το ζουμί λεπτές ψημένες φέτες ψωμιού.

Μπορεί η συνταγή να είναι δωρικής απλότητας, αλλά το αποτέλεσμα της είναι θαυμάσιο!

Ρόφημα Θυμαριού : Δοσολογίες και οδηγίες

Για ένα ποτήρι ο σωστός τρόπος παρασκευής ροφήματος έχει ως εξής:

- Βράζουμε πρώτα το νερό (ένα ποτήρι) και λίγο πριν κοχλάσει το αποσύρουμε από τη φωτιά.

- Ρίχνουμε μέσα ένα ή δύο γραμμάρια ξηρού Θυμαριού από τα "**Αρωματικά Σιδερών**" και το αφήνουμε για 8 λεπτά. Το σουρώνουμε και το πίνουμε
- Συνδυάζεται τέλεια με μέλι και πίνετε όλο τον χρόνο ζεστό ή κρύο, έως δύο ποτήρια την ημέρα.

Παρατήρηση-Συμβουλή: Οι πληροφορίες που παρέχονται έχουν καθαρά ενημερωτικό χαρακτήρα και δεν πρέπει να αντικαθιστούν τις συμβουλές ή οδηγίες του γιατρού σας. Η πληροφόρηση που δίνεται εδώ δεν είναι, δεν μπορεί και δεν πρέπει να χρησιμοποιείται ως επιλογή θεραπείας.

[Επιστροφή](#)

[Συνεχίστε για την παραγγελία σας](#)