Dane aktualne na dzień: 12-11-2026 14:39

Link do produktu: https://przyprawy-marcopolo.pl/tymianek-40g-p-88.html



Tymianek 40g

Cena	**3,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**48 godzin**
Producent	**Marco Polo**

Opis produktu

Tymianek

Tymianek charakterystyka

Tymianek to wyjątkowa przyprawa o intensywnym, ziołowo-cytrusowym smaku i charakterystycznym aromacie. Idealnie nadaje się do wzbogacania smaku wielu potraw, od mięs, przez ryby, po warzywa i zupy. Jego delikatna, ale wyrazista nuta doskonale komponuje się z daniami kuchni śródziemnomorskiej, a także tradycyjnymi potrawami polskimi. Tymianek jest nie tylko smaczny, ale również bogaty w antyoksydanty, wspomaga trawienie i ma właściwości przeciwzapalne. Używany w kuchni od wieków, jest niezastąpionym dodatkiem dla każdego miłośnika naturalnych i pełnych smaku potraw.



Suszone ziele tymianku

Tymianek zastosowanie w kuchni

Tymianek to wszechstronna przyprawa, która znajduje zastosowanie w wielu kuchniach świata, szczególnie w potrawach śródziemnomorskich, francuskich i polskich. Oto kilka popularnych zastosowań tymianku w kulinariach:

1. **Mięsa**: Świetnie komponuje się z drobiem, wieprzowiną, wołowiną oraz jagnięciną. Można go używać do marynat, nacierania mięsa przed pieczeniem lub jako dodatek podczas duszenia czy grillowania.

2. **Ryby i owoce morza**: Tymianek delikatnie podkreśla smak ryb, krewetek czy małży, dodając ziołowej świeżości. Najczęściej używa się go w postaci suszonej lub świeżej, dodając na początku gotowania lub pieczenia.

3. **Zupy i buliony**: Jest nieodłącznym składnikiem klasycznych bulionów, zup kremowych i zup warzywnych. Nadaje głębię i aromat, idealnie wzbogacając potrawy takie jak zupa cebulowa, jarzynowa czy grochowa.

4. **Dania jednogarnkowe i gulasze**: Tymianek dodawany do potraw duszonych, takich jak gulasze czy zapiekanki, potęguje smak mięsa i warzyw. Często używany w połączeniu z rozmarynem i liściem laurowym.

5. **Warzywa**: Doskonały do przyprawiania pieczonych warzyw, np. ziemniaków, marchewki, cukinii, a także do sałatek i warzywnych potrawek. Tymianek świetnie podkreśla smak grillowanych pomidorów i bakłażana.

6. **Sosy i dressingi**: Wzbogaca smak sosów, zarówno na bazie pomidorów, jak i śmietany. Dodaje się go również do domowych dressingów do sałatek, oliw smakowych oraz ziołowego masła.

7. **Pieczywo i dania z ciasta**: Tymianek jest chętnie dodawany do wypieków takich jak focaccia, chleb ziołowy, czy wytrawne ciasta. Nadaje im charakterystyczny, lekko cytrusowy posmak.



Pieczywo z dodatkiem suszonego ziela tymianku

Dzięki tymiankowi potrawy zyskują głębszy, ziołowy aromat, a także subtelną goryczkę, która doskonale balansuje różnorodne smaki.

Właściwości zdrowotne tymianku

Tymianek to nie tylko aromatyczna przyprawa, ale także roślina o licznych właściwościach zdrowotnych, które były cenione już w starożytności. Dzięki bogactwu składników odżywczych i leczniczych, tymianek wspiera organizm na wielu poziomach:

1. **Wspomaga układ oddechowy**: Tymianek jest naturalnym środkiem wykrztuśnym, stosowanym w leczeniu kaszlu, zapalenia oskrzeli oraz infekcji gardła. Zawarte w nim olejki eteryczne, zwłaszcza tymol, pomagają rozrzedzać śluz i łagodzić objawy przeziębienia, ułatwiając oddychanie.

2. **Działa antybakteryjnie i przeciwwirusowo**: Tymianek posiada silne właściwości antyseptyczne dzięki zawartości tymolu i karwakrolu. Jest często stosowany w leczeniu infekcji bakteryjnych, grzybiczych i wirusowych. Działa wspomagająco w walce z przeziębieniem, grypą czy infekcjami dróg moczowych.

3. **Wspomaga trawienie**: Tymianek stymuluje wydzielanie soków trawiennych, co poprawia trawienie i zapobiega wzdęciom oraz niestrawności. Działa także łagodząco na skurcze jelit, pomagając w leczeniu objawów zespołu jelita drażliwego i innych problemów gastrycznych.

4. **Silny antyoksydant**: Bogaty w flawonoidy i witaminy (A i C), tymianek działa jako antyoksydant, pomagając w neutralizacji wolnych rodników. W ten sposób wspiera organizm w walce ze stresem oksydacyjnym, który przyczynia się do starzenia się komórek i rozwoju chorób przewlekłych.

5. **Działa przeciwzapalnie**: Tymianek wykazuje właściwości przeciwzapalne, co może wspomagać łagodzenie stanów zapalnych w organizmie, takich jak artretyzm, bóle mięśni czy stany zapalne skóry. Może być stosowany zarówno wewnętrznie, jak i zewnętrznie.

6. **Wspomaga układ odpornościowy**: Dzięki wysokiej zawartości witaminy C, tymianek wzmacnia układ odpornościowy, zwiększając odporność organizmu na infekcje. Regularne spożywanie tymianku wspiera naturalną obronę organizmu.

7. **Poprawia stan skóry**: Tymianek, stosowany zewnętrznie, działa przeciwbakteryjnie i przeciwzapalnie, co pomaga w leczeniu trądziku, egzem czy drobnych infekcji skórnych. Może być używany w postaci okładów, toników czy olejków eterycznych.

8. **Działa relaksująco**: Olejek eteryczny z tymianku może być stosowany w aromaterapii w celu redukcji stresu, napięcia i lęku. Wpływa pozytywnie na nastrój, pomagając zrelaksować się i zasnąć.



Napar z ziela tymianku

Dzięki tym właściwościom tymianek to nie tylko smaczny dodatek do potraw, ale również naturalny środek wspomagający zdrowie na wielu poziomach.

Skąd pochodzi tymianek?

Tymianek pochodzi z rejonu Morza Śródziemnego, gdzie był uprawiany i stosowany już w czasach starożytnych. Pierwotnie rósł dziko w krajach takich jak Grecja, Włochy, Hiszpania i południowa Francja, a także w Afryce Północnej. W starożytnej Grecji tymianek był ceniony zarówno jako zioło kulinarne, jak i lecznicze, a także jako składnik rytuałów religijnych.

Grecy i Rzymianie wykorzystywali go do kąpieli aromatycznych, uważając, że dodaje odwagi, a także jako środek do oczyszczania powietrza w świątyniach. W średniowieczu rozprzestrzenił się w całej Europie, gdzie znalazł zastosowanie w kuchni, medycynie i kosmetyce.

Obecnie tymianek jest uprawiany w wielu częściach świata, zwłaszcza w krajach o ciepłym klimacie, takich jak Francja, Hiszpania, Maroko, a także w Stanach Zjednoczonych.

Spróbuj przyprawy w przepisie.....

Jeżeli zostanie Ci jakieś mięso po obiedzie, i ty resztek nikt nie chce zjeść - mamy dla Ciebie wspaniały przepis który pozwoli Ci zagospodarować te pozostałości. Gwarantujemy Ci że, przepis na zupę grzybową z dodatkiem mięsa dzięki swojej prostocie na stale zagości w Twoim domowym jadłospisie. Zupa jest smaczna, prosta i pełna smaku. Musisz ją spróbować! Czytaj dalej....

Informacja o alergenach

W zakładzie są pakowane również sezam, gorczyca, soja, migdały, orzechy, produkty zawierające gluten oraz produkty zawierające SO2 (dwutlenek siarki).

Kraj Pochodzenia

Kraj Pochodzenia: Polska