

Loureiro

Laurus nobilis



O loureiro é uma árvore perene que atinge até 10 metro de altura.

As suas flores são verde-amarelo pálido com cerca de 1 cm de diâmetro e são suportadas em pares ao lado de uma folha.

As folhas têm de 6-12 cm de comprimento e 2-4 cm de largura, com margem lisa, no entanto, algumas folhas apresentam margem ondulada.

O fruto é uma pequena baga brilhante e preta com cerca de 1 cm, contendo uma semente.

Mais informação em:

http://www.amu.bio/_loureiro

Cultivo

O modo de propagação mais comum é por sementeira (semear as sementes assim que estiverem maduras).

Deve proteger-se a árvore do frio no inverno. Devem ser plantadas nas suas posições permanentes em altura de temperaturas amenas e de humidade.

Também é possível a sua propagação por estacaria: podem cortar-se ramos semi-lenhificados em julho / agosto, aconselha-se esperar 6 meses antes de mudá-los de lugar.

Pode ainda cortar-se ramos laterais maduros, de cerca de 10cm, que tenham um nó, em novembro / dezembro (elevada percentagem de sucesso).

Pode ainda propagar-se esta espécie por alporquia.

História

Desde a antiguidade que o louro é utilizado como símbolo de nobreza e imortalidade em diferentes culturas.

Na Idade Média, era considerada uma planta protetora e indutora de visões. A Sábila de Delfi na Grécia Antiga sentava-se sob um tecto de folhas de louro mastigando-as para assim entrar em estado de transe. Em algumas áreas da cidade de Roma, durante a peste negra, era recomendado aos cidadãos refugiarem-se junto dos loureiros para se protegerem.

O seu valor simbólico é o da paz e da vitória e, segundo algumas lendas, o loureiro era a única árvore que os relâmpagos não atingiam.

A deusa Nike ou Nice, do grego "vitória", era sempre representada com uma coroa de louro na mão para colocar na cabeça dos heróis, lutadores, escritores e poetas vencedores de concursos literários.

Esta árvore representava também Esculápio, o deus da medicina que a tinha como protetora e detentora de propriedades medicinais.

Estudos posteriores vieram comprovar que o aroma canforado dos óleos essenciais contidos nas folhas podem ser eficazes contra as pulgas, as baratas e as traças.

Utilização

O loureiro é utilizado sobretudo para fins culinários e medicinais (tónico estomacal, carminativo, regulador do ciclo menstrual, reumatismo, etc.).

As suas folhas podem ser utilizadas verdes ou secas, contudo não devem ser usadas mais de um ano depois de colhidas, pois perdem o seu aroma.

O louro estimula o apetite e é uma das ervas aromáticas mais utilizadas na culinária do mundo inteiro. As folhas exercem um efeito muito positivo, semelhante ao da hortelã-verde (*mentha spicata*), e do alecrim (*rosmarinus officinalis*), ajudando a decomposição de alimentos pesados, sobretudo a carne.

Existem várias teorias sobre a forma como se deve utilizar o louro na culinária. Algumas dizem que se deve extrair a nervura central, outras que se deve utilizar apenas as folhas já secas. A verdade é que as folhas muito secas perdem grande parte do seu aroma.

É importante juntar o louro no início da cozedura e retirá-lo apenas quando for servir o prato, mas retirar mesmo pois a sua ingestão pode causar distúrbios a nível do estômago ou intestino, pois as folhas podem permanecer intactas no intestino obstruindo-o. Aconselha-se ainda manter as folhas longe do alcance de crianças.

Também é comum o seu uso ornamental. Desde a Antiguidade que este é utilizado para distinguir os méritos individuais por meio da atribuição de coroas de louros aos atletas vencedores e os poetas laureados, bem como o título de bacharel, que reflecte esse costume (baccalauréat – premiado com a “baga do louro”, Bacca Laureat).