

LAURIER NOBLE

Laurus nobilis

LAURACEAE

Laurier d'Appollon Laurier-sauce

Consacré au Soleil chez les grecs et les romains il était censé protéger de la foudre. Sa capacité à prendre feu très rapidement, en émettant un bruit violent l'associait à n arbre divin. (On n'utilisait pas son bois pour des feux profanes, mais seulement pour des cérémonies religieuses) Selon Ovide, Daphné, une nymphe, poursuivie par les ardeurs d'Apollon demanda à son père, le dieu fleuve Pénée, de la transformer en laurier. Apollon, toujours amoureux, en fit son arbre, et le consacra aux triomphes et à la poésie.

Voilà pourquoi le laurier, dans la tradition classique, est un symbole de gloire et d'éternité, offert en présent aux prêtres et aux héros comme symboles de gloire ainsi qu'aux diplômés. Baccalauréat (fruit de Laurier) ; vient de là. D'autre part, cet arbuste avait la réputation de conjurer le mauvais sort : à Athènes, on disait « Je porte un bâton de laurier » pour signifier que l'on ne craignait aucun maléfice

Description botanique Arbre dioïque de 2 à 10 mètres, à rameaux dressés, feuilles alternes, coriaces, persistantes très aromatiques

Fleurs blanchâtres, régulières unisexuées en petites ombelles.

Fleurs mâles à 4 tépales ,8 à 12 étamines

Fleurs femelles 4 tépales 1 seul carpelle + 4 étamines stériles

Fruits Drupes (fruits à noyaux), d'abord vertes puis oranges, rouges, noires à maturité appelées à tort « Baies »

Intérêt médicinales Un alicament aux multiples vertus

Propriétés digestives Stimule la fabrication des sucs gastriques

Propriétés respiratoires (Mucolytique et expectorant)

Propriétés antiseptiques

Huile essentielle aux propriétés anti inflammatoires et contre le mal des transports (1 gtte sur morceau de sucre 1 h avt le départ Renouveler si besoin ttes les 3 heures jamais plus de 6 gttes d'HE/24 h par voie orale

Pour une tisane contre la grippe et les bronchites chroniques, ou pour donner un coup de fouet au système digestif, Faire une décoction de 10 à 15 g de feuilles pour 1litre d'eau Faire bouillir 3 mns , infuser 10 mns. Boire 2 à 3 bols par jour après les repas

Contre les rhumatismes, une recette traditionnelle consiste à fabriquer une pommade à base de baies de laurier : Piler une grosse poignée de baies Ajouter trois fois le volume d'eau Faire bouillir ¼ d'heure. Exprimer le jus dans une passoire Laisser refroidir. Une huile brune surnagera à la surface ; recueillir l'huile et ajouter du saindoux jusqu'à obtenir une texture satisfaisante

Plus facile une huile antidouleur à base d'huile essentielle de laurier noble. Ajoutez à une base d'huile végétale (olive, jojoba, amande douce...) 20% d'huile essentielle pour les douleurs légères (30% pour les douleurs modérées) et appliquez sur les zones douloureuses deux à trois fois par jour.

Intérêt culinaire Universellement connu pour sa puissance aromatique, le Laurier sauce fait partie du bouquet **garni**.

Plante mellifère Bien que discrètes, les fleurs sont riches en nectar et attirent de nombreux insectes

