

ALLORO



Alloro deriva dal latino "laurus" che vuol dire "**nobile**".

Cresce spontaneo nelle macchie e nei boschi ed è molto usato come pianta ornamentale oltre che per la fragranza aromatica. Arbusto perenne che può avere forma di cespuglio o albero tanto che può raggiungere i 10-12 m di altezza. Il tronco è liscio con corteccia nerastra e rami sottili e molto fitti.

Le foglie sono ovali lanceolate, coriacee, verde scuro con i bordi ondulati, con la pagina superiore lucida e con quella inferiore più chiara ed opaca. *Sono ricche di ghiandole resinose che donano il caratteristico aroma.*

I fiori sono riuniti in infiorescenze a grappolo o in cime ascellari e sbocciano all'inizio della primavera.

È una pianta dioica cioè porta solo fiori maschili e solo fiori femminili (che portano cioè gli organi riproduttivi femminili e stami sterili preposti alla formazione del frutto, seguente all'impollinazione da parte dei fiori maschili).

Il frutto è una bacca, simile ad una piccola oliva che diviene nero-bluastro con la maturazione. Le bacche contengono un solo seme e maturano nei mesi di ottobre e novembre e sono molto aromatiche.

Raccolta e conservazione

Le **foglie** si raccolgono tutto l'anno e si consumano in cucina fresche o secche.

Per essicarle si pongono all'ombra, in un luogo aerato e una volta secche, durano circa un anno. Dopo perdono il loro aroma e diventano amarognole.

Le **bacche** raccolgono in autunno e si essiccano al forno a bassa temperatura. Si conservano in barattoli di vetro ed hanno un sapore molto più forte delle foglie.

Proprietà medicinali

L'alloro ha molte capacità terapeutiche grazie ai suoi oli essenziali (sia nelle foglie che nelle bacche: geraniolo, eucaliptolo, ecc.).

Cura i reumatismi e gli strappi muscolari, ha capacità rilassanti, attenua la sudorazione, ha proprietà espettoranti e digestive.

Le foglie hanno proprietà antipiretiche.

Come si utilizza

- L'infuso di foglie di alloro aiuta la digestione soprattutto per chi ha problemi di fermentazione, aiuta nei casi di inappetenza e combatte i dolori dello stomaco.
- Il decotto si usa per il raffreddore e i reumatismi.
- Per i reumatismi, le distorsioni e le slogature si usano anche le frizioni con gli oli essenziali.
- Qualche goccia di olio di alloro ed una manciata di foglie nell'acqua consente di ottenere un bagno profumato e rivitalizzante.
- Il suo uso in cucina è noto.

CURIOSITA'

- Le foglie non perdono l'aroma dopo la cottura.
- Per molto tempo l'alloro è stato usato come rimedio contro la peste.



foglie



fiori



bacche