

# LAUREL COMESTIBLE

## LAURUS NOBILIS

### ¿DE DONDE PROVIENE?

Son provenientes de la zona de Asia menor y ahora abarca la zona de Europa meridional y la zona del mediterráneo, sabiendo esto podemos deducir que son introducidas.

### CARACTERÍSTICAS Y DATOS

EL LAURUS NOBILIS ES UN PEQUEÑO ÁRBOL PERENNE QUE PARECE UN GRAN ARBUSTO. PUEDE ALCANZAR LOS 12 METROS DE ALTURA. SUS HOJAS SON ALARGADAS, CON PUNTAS PUNTIAGUDAS Y UN BORDE ONDULADO QUE SE CURVA HACIA ADENTRO, DE COLOR VERDE A MARRÓN. LAS FLORES CRECEN EN PEQUEÑOS RACIMOS Y SON DE COLOR VERDE AMARILLENTO PÁLIDO. EL FRUTO ES UNA BAYA ELÍPTICA, DE COLOR VERDE BRILLANTE AL PRINCIPIO Y NEGRO VIOLÁCEO AL MADURAR, CON UNA SOLA SEMILLA. LA CORTEZA ES LISA Y PRESENTA UN TONO VERDE OLIVA O ROJIZO, EXISTEN VARIEDAD POR EJEMPLO LA LAUREL CANARIO, LAUREL AZORICA ETC...

### RELACION ECOLOGICA

promueve refugio para los pájaros, atrae polinizadores, beneficia a insectos, y promueve la salud al jardín o ecosistema

### ADAPTACION

El laurel es una buena opción para distintos climas, dado que por lo general resiste hasta -5°C. Si se vive en un lugar donde los inviernos son muy fríos, es más difícil de cultivar.

En lo que respecta al suelo, a este árbol le gustan ligeramente ácidos. También habrá que tomar en cuenta si hay inundaciones, ya que al igual que los vientos invernales, le afectan negativamente, su ciclo de vida es anual y es una arbol perenne está suele vivir 100 años en condiciones adecuadas.

### USOS Y RELACION CON HUMANOS

Las hojas de laurel son muy apreciadas en la cocina debido a su sabor peculiar, pero también han jugado un papel clave como símbolo y amuleto durante siglos. Si pensamos en los emperadores romanos, nos vendrá a la cabeza inmediatamente la imagen de una cabeza aureolada con una corona de laurel, como signo de distinción o recompensa, ya que sus hojas se asociaban con la victoria. En la mitología griega, Hoy en día, esta planta sigue estando asociada con el éxito, el valor, la grandeza y la fama, solo hace falta pensar en el origen de la palabra "laureado", la parte "comestible" de esta es la hoja se usan comúnmente para dar sabor a la cocina se le puede agregar a recetas como tal estofado de ternera con vino tinto, macarrones con tomate etc...

### BIBLIOGRAFÍA

<https://www.gastronomiavasca.net/es/gastro/glosario/laurel>

<https://www.gardenia.net/plant/laurus-nobilis#:~:text=Valor%20de%20la%20vida%20silvestre,y%20arbustos%20que%20atraen%20pajaros%20.>

<https://sierradebaza.org/fichas-tecnicas/fichas-flora-plantas/flora-j-a-n/laurel-laurus-nobilis#:~:text=%C3%81rbol%20de%20hoja%20perenne%20que,vivir%20m%C3%A1s%20de%20cien%20a%C3%B1os.>

<https://www.bonviveur.es/recetas/tag/laurel/>

<https://www.mccormickscienceinstitute.com/resources/culinary-spices/herbs-spices/bay-leaf>

<https://www.infocampo.com.ar/como-cultivar-y-cuidar-el-laurel-un-aliado-en-la-huerta-y-la-cocina/>

<https://www.justspices.es/blog/todo-sobre-la-cocina/glosario-de-especias/que-es-el-laurel-y-para-que-sirve>

[https://www.finedininglovers.com.translate.goog/explore/articles/how-cook-bay-leaves-and-laurel-leaves?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=es&\\_x\\_tr\\_hl=es&\\_x\\_tr\\_pto=tc](https://www.finedininglovers.com.translate.goog/explore/articles/how-cook-bay-leaves-and-laurel-leaves?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=tc)



FOTOS DE  
LAUREL  
COMESTIBLE