



Laurus nobilis

 Loureiro

Laurus nobilis, llamado comúnmente **laurel** o **lauro**, es un arbusto o árbol perenne perteneciente a la familia de las lauráceas, a la que da nombre. Es originario de la zona Mediterránea y sus hojas son utilizadas para remedios y en la cocina.



Descripción

El laurel común es un árbol dioico perennifolio de 5-10 m de altura, de tronco recto con la corteza gris y la copa densa, oscura, con hojas azuladas, alternas, lanceoladas u oblongo-lanceoladas, de consistencia algo coriácea, aromáticas, con el borde en ocasiones algo ondulado. Tienen ápice agudo y base atenuada. Miden unos 3-9 cm de longitud y poseen corto peciolo. El haz es de color verde oscuro lustroso, mientras que el envés es más pálido. Las flores están dispuestas en umbelas sésiles de 4-6 flores amarillentas de 4 pétalos que aparecen en marzo-abril y que están envueltas antes de abrirse en un involucre subgloboso. Las masculinas tienen 8-12 estambres de cerca de 3 mm, casi todos provistos de 2 nectarios opuestos, subaxilares y gineceo rudimentario. Las femeninas con 2-4 estaminodios apendiculados y ovario subsésil con estilo corto y grueso y estigma trígono. El fruto es una

Laurel



Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Subclase:	Magnoliidae
Orden:	Laurales
Familia:	Lauraceae
Tribu:	Laureae
Género:	<i>Laurus</i>
Especie:	<i>Laurus nobilis</i> L., 1753

POSICIÓN EN EL ARBORETUM:

- ° TENZA LAUREIS REAIS
- ° PERGOLA



baya, ovoide, de 10-15 mm, negra en la madurez, suavemente acuminada con pericarpo delgado. Tiene semilla única de 9 por 6,5 mm, lisa. Madura a principios de otoño.



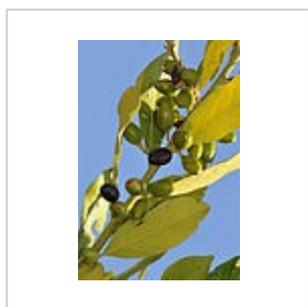
Laurel en flor



Flores femeninas



Flores masculinas



Frutos inmaduros (verdes) y maduros (negros) *in situ*

Cultivo

Se puede propagar por semillas (propagación sexual) y por esquejes (propagación agámica, asexual, también llamada multiplicación), tanto de raíz como de tallo (estacas). La propagación sexual por semillas es algo lenta pero es la forma más corriente. La semilla debe recolectarse en zonas donde existan pies de los dos sexos. La tasa de germinación mejora con la escarificación mecánica, seguida por la estratificación húmeda fría durante 30 días. Cabe mencionar que la estratificación es un proceso por el cual se expone a semillas que presentan dormición a condiciones de imbibición y a bajas temperaturas durante un tiempo determinado como método para superar esa condición. En cuanto al uso de esquejes, se obtiene mejores resultados con las estacas semileñosas en el período de mayor crecimiento activo.

El laurel es planta poco exigente en suelos, aunque va mejor en aquellos sueltos y frescos. Soporta muy bien la poda y es sensible a parásitos que suelen poblarla, algunos de los más comunes son:

- Cochinillas son su principal enemigo (el 90 % de los laureles las portan). Sobre la melaza que secretan éstas, se asienta el hongo negrilla, que más que daño a la planta la afea mucho.

Laurel



Valor nutricional por cada 100 g

Energía 75 kcal 313 kJ

Carbohidratos	74.97 g
• Fibra alimentaria	26.3 g
Grasas	8.36 g
Proteínas	7.61 g
Agua	5.44 g
Retinol (vit. A)	309 µg (34%)
Tiamina (vit. B₁)	0.009 mg (1%)
Riboflavina (vit. B₂)	0.421 mg (28%)
Niacina (vit. B₃)	2.005 mg (13%)
Vitamina B₆	1.740 mg (134%)
Vitamina C	46.5 mg (78%)
Calcio	834 mg (83%)
Hierro	43 mg (344%)
Magnesio	120 mg (32%)
Fósforo	113 mg (16%)
Potasio	529 mg (11%)
Sodio	23 mg (2%)
Zinc	3.70 mg (37%)

% de la cantidad diaria recomendada para adultos.

Fuente: Laurel (<http://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list?qlo okup=02004&format=Full>) en la base de datos de nutrientes de USDA.



- Sila (*Trioza alacris*), una plaga que produce síntomas llamativos. Las hojas aparecen arrugadas como consecuencia de las picaduras de este pequeño insecto chupador. Es difícil ver al causante del mal puesto que no permanece estático en la hoja.
- Pulgones.

Fuera de las regiones de clima mediterráneo, es muy sensible a las heladas.

- El dicho antiguo "*El que planta un laurel nunca lo verá crecer*" alude al lento crecimiento de la planta, pero sobre todo a la muerte de la persona que lo cultiva.

Usos

Uso culinario

Las hojas de laurel son usadas como condimento en la gastronomía europea (particularmente en la cocina mediterránea), así como en toda América.

Las mencionadas hojas se utilizan en sopas, guisos y estofados, así como en carnes, pescados, mariscos y vegetales, e incluso en postres como el arroz con leche. Se utilizan generalmente enteras (a veces como *bouquet garni*), y retiradas antes de servir. También pueden ser trituradas o molidas antes de cocinar para darle un mejor gusto a la comida.

Uso medicinal

Como planta medicinal, el laurel es un tónico estomacal (estimulante del apetito, digestivo, colagogo y carminativo). El aceite esencial obtenido de los frutos ("manteca de laurel") se usaba tradicionalmente para el tratamiento de inflamaciones osteoarticulares y pediculosis. La ingesta de hojas de laurel en grandes cantidades llega a ser tóxica.

Toxicidad

El laurel es una de las plantas que con más frecuencia producen dermatitis de contacto y fenómenos de fotosensibilización (en periodos de contacto prolongado).

El laurel-cerezo o laurel real (*Prunus laurocerasus*) al que se parece en cierta forma *L. nobilis*, es una especie tóxica por su contenido de glucósidos cianogénicos.

Otros usos

Se utiliza como planta ornamental en jardinería.

La madera es muy dura y se ha empleado en Andalucía para trabajos de taracea y marquetería, tradición artesanal árabe que ha sido heredada y mantenida en algunas zonas como el Albaicín de Granada.

Taxonomía

Laurus nobilis fue descrita por Carlos Linneo y publicado en *Species Plantarum*, vol. 1, p. 369, 1753.



Citología

Número de cromosomas: $2n=42,48$.

Etimología

- **Laurus**: nombre genérico que es el nombre latino para el laurel.
- **nobilis**: epíteto latino que significa "bien conocido, famoso".

Sinonimia

Nombre común

Árbol de Apolo, aurel (8), aurelar, aurelero, aurer, auré, choriu, lauredo, laurel (62), laurel, laurel común (4), laurel de Apolo (2), laurel de Dafne, laurel del Mediterráneo, laurel hembra, laurel macho, laurel noble (3), laurel real, laurelal, laurelero, lauro, llaurer, llorea, llorel, lloreo (2), lloreolo, loreda, loreda, lorel (2), lorelero, loreto (2), loureiro (2), orel. Entre paréntesis, la frecuencia de uso del vocablo en España.

Historia y etimología

Laurel es el origen de los vocablos castellanos "laureado" y "bachiller", este último del latín *baccalaureatus*, donde aparece *laureatus*, que ha recibido los "laureles" de su título académico.

La adivinación mediante hojas de laurel se llama Dafnomancia.



