

Laurier (Laurus Nobilis)



In de klassieke oudheid stond de laurier symbool voor de overwinning (lauwerkrans). De term laureaat, maar ook uitdrukkingen als “Op je lauweren rusten” komen hier vandaan.

De permacultuur tuin:

De laurier is oorspronkelijk afkomstig uit het oostelijk Middellands zeegebied en wordt hier al eeuwen in potten en kuipen gehouden. De plant houdt van droge, lichte, goed doorlatende grond. Op een beschutte plek, mits de winter niet te hard is, kan de laurier in de volle grond de winter door. Dan vormt hij een fraaie toevoeging aan voedselbos en struiklaag in je tuin. Voor alle zekerheid kun je hem inpakken met fleece of stro. Bubbeltjes plastic kan tot schimmelvorming leiden.

De keuken:

Laurier is een gezond, aromatisch bitter kruid. De bladeren zijn eetlustopwekkend en kalmerend bij indigestie. Meestoven, maar niet opeten, in soepen, bouillon en stoofpotjes. Niet te verwarren met de laurierkers! Die is niet eetbaar.

De kruidengeneeskunde:

Iedereen kent natuurlijk het lauriedrop. Als kinderen kochten we staafjes voor 5 cent die we in een flesje water onderin het aanrechtkastje bewaarden. Na een dagje “trekken” moest je het flesje schudden totdat er bovenin een dikke laag bruin schuim ontstond. Dat lurkte je dan uit het flesje. Heerlijk! Je kon er wel een week mee doen....

Laurier is goed bij infecties van de bovenste luchtwegen. De essentiële olie van de Laurus Nobilis helpt bij ademhalingsproblemen en is veel zachter voor je slijmvliezen en luchtwegen dan eucalyptus en menthol. Een of twee druppeltjes op je mouw en je kunt de hele dag vooruit!