

Laurel

Nombre científico: *Laurus Nobilis*, proviene del latín y significa notable

Nombre común: Laurel

Origen

Planta endémica de Canarias y norte de África.

Descripción

El laurel es un árbol de 2 a 10 m de altura, sus hojas son de color verde oscuro brillante, sus flores son blancas o amarillentas, su fruto es color púrpura oscuro parecido a una aceituna. Suele ser frondoso.

Clima y Suelo

Crece en climas cálidos o templados, puede estar en sol o semisombra. Se adapta casi a todo tipo de suelos.

Las hojas se recogen de preferencia después de la floración, para utilizarlas frescas, todo el año. Si se quieren secar, se cortan pequeñas ramitas o las hojas, principalmente en otoño.

Aporte nutricional

Hierro, calcio y vitamina A

Partes utilizables del laurel

Hojas secas o frescas, frutos y aceite.

Usos

- Se utiliza como condimento en sopas y caldos, pastas, legumbres, carnes, pescados, etc.
- En la cocina mexicana es famoso por usarse en la elaboración de adobo
- En la fabricación de pomadas, ungüentos y aceites esenciales
- Como adorno en jardinería

Toxicidad

Es una planta que no se considera tóxica



Derechos Reservados 2022



El Tlacualero
Huerto Demostrativo

<https://www.incmnsz.mx/opencms/Huerto-Tlacualero/>