

Laurus nobilis L.

Lauraceae

Sinonimi: *Laurus undulata*

ALLORO

Altri nomi comuni e regionali: Lauro, Orbano

Dialetti savonesi: Oibà, Oribôgu; anche Oufèuggiu, letteralmente foglia d'oro

■ IL NOME

Alloro: dal latino *lauru(m)*, di origine preindeuropea. Alcuni fanno derivare il nome Lauro dal celtico *lawur*, con significato di "verdeggiante".

■ L'USO DECORATIVO

Pianta arborea sempreverde che può superare i dieci metri di altezza, l'Alloro può anche essere mantenuto allo stato di arbusto per realizzare siepi compatte e cespugli molto decorativi. Non dovrebbe mancare in nessun giardino, in posizione soleggiata e riparata dal vento o sul terrazzo, in grossi vasi, tanto è bello e prezioso. Fiorisce tra marzo e giugno con piccoli fiori color avorio riuniti in ombrelle; il frutto, solo sulle piante che portano fiori femminili, è una piccola drupa, detta agura, che diventa nera e lucida in autunno. Esiste una varietà di *Laurus nobilis Aureus*, dalle foglie dorate molto decorative.

Le piantine di Alloro sono reperibili, durante tutto l'anno ma con maggiore disponibilità in marzo, aprile e maggio, presso le aziende produttrici che effettuano la vendita diretta o presso i vivai ed i garden, generalmente in vasi da 10, 14, 18 ed anche 30 centimetri di diametro.

■ LE PROPRIETÀ MEDICAMENTOSE

In epoca remota Ippocrate consiglia fumigazioni di foglie di Alloro per alleviare i dolori del parto e Plinio ne ritiene efficace l'olio per i casi di sciatica.

Agli infusi di foglie e di bacche di Alloro sono state nel tempo attribuite proprietà anticatarrali; antireumatiche; carminative, utili nei casi di meteorismo; colagoghe, cioè stimolanti la secrezione ed il deflusso biliare; digestive, per le dispepsie; emmenagoghe nella amenorrea; diuretiche, espettoranti, stimolanti, sudorifere, toniche e, in forti dosi, anche vomitive.



L'AREA DI DIFFUSIONE

Originario dell'Asia minore, di alcune aree costiere dell'Africa settentrionale e delle coste mediterranee dell'Europa, l'Alloro è oggi diffuso ovunque, naturalizzato od in coltura. Nel bacino del mediterraneo la sua presenza è tale da caratterizzare con il nome di Lauretum l'areale di diffusione. Tra le 58 specie di polline trovate sulla sacra Sindone, dagli studiosi che ne indagano l'origine e la storia, è presente anche il polline di *Laurus nobilis*.

Alloro

Arabo	Ghâr
Danese	Laurbaer
Francese	Laurier, Laurier d'Apollon, Laurier vrai
Giapponese	Gekkei zyu
Indiano	Baz, Hab-el-ghar
Inglese/Americano	Bay laurel, Bay tree, Grecian laurel, Laurel, Mediterranean bay, Royal bay, Sweet bay, Sweet laurel, True bay
Olandese	Laurierboom, Bakelaar
Persiano	Habula-ghara
Polacco	Wawrzyn szlachetny
Portoghese	Loureiro
Spagnolo	Bahia, Lauré
Tedesco	Lorbeer, Lorbeerbaum, Lorbeerstrauch
Turco	Defne

L'IMPIEGO IN CUCINA

Gli usi delle foglie di Alloro in cucina per la cacciagione, gli arrostiti, le salse, i condimenti, gli intingoli, i ripieni, ecc. sono talmente noti da non richiedere altre parole. Come curiosità si può citare un liquore casalingo, dalle proprietà rilassanti, preparato con le foglie d'Alloro macerate in alcol.

Apicio, famoso (leggendaro) gastronomo dell'antica Roma, ha tramandato la ricetta per il *Porcellum laureatum*, cioè il maiale laureato, arrostito con rami e bacche di Alloro (non insignito del titolo di dottore!).

Catone riporta la ricetta del mostacciolo:

una sorta di focaccia con il formaggio che veniva posata su foglie di Alloro per prenderne l'aroma.

Maestro Martino, cuoco dell'antichità, la cui fama è giunta fino a noi

per le sue ricette raccolte alla fine del Quattrocento dall'umanista Bartolomeo Sacchi, detto il Platina, in un volume dal titolo "*De honesta voluptate*", ha lasciato una ricetta per le "*frictelle con fronde de lauro*", che dice "*Frigi de foglie de lo lauro in qualche bon grasso o lardo.*

Poi cavale fora et lassale sciuccare (asciugare) ...".

Nella stessa raccolta di ricette, forse il primo vero organico e completo libro di cucina che sia stato mai pubblicato, Maestro Martino suggerisce "*alchune foglie de lauro*" per allessare l'anguilla e per arrostitire il "*cancro marino*", e "*doi o tre ramicelle de lavoro*" per preparare la porchetta.



L'impiego prevalente dei preparati di Alloro è però per i disturbi dell'apparato digerente, particolarmente per le diarree dei bambini.

Per uso esterno l'infuso di foglie di Alloro era ritenuto giovevole contro la scabbia, l'alopecia, i reumatismi e la gotta.

Dai frutti si ricava l'unguento od olio laurino, usato ancor oggi per i dolori reumatici ed in veterinaria come parassitocida, anticamente l'olio laurino era tenuto in gran conto dagli speziali perché si diceva "*apre le bocche delle vene*".

L'acqua in cui hanno bollito bacche di Alloro è considerata ottima per i pediluvi: toglie la stanchezza e limita la sudorazione. Le bacche, ridotte in poltiglia, si possono applicare sulle contusioni.

Ippocrate prescrive pozioni di Alloro, con una dracma di fango, per irrigazioni vaginali o anche, per la stessa funzione, bacche di Alloro cotte nel vino con seme di sambuco.

Testi di medicina medioevale attribuiscono alle bacche di Alloro la proprietà di curare il cervello "*freddo*" di coloro che hanno perso il senno.

Testi rinascimentali assicurano che i decotti di Lauro giovano, "*sedendovisi dentro, à i difetti della matrice, & alle passioni della vescica*".

Da altri antichi testi di medicina apprendiamo che l'elettuario di bacche di Lauro "*è utilissimo nelle coliche intestinali, ed al volvolo (occlusione dell'intestino per attorcigliamento) prodotti da crudezze d'umori, tanto preso per bocca, che fattone crestiere*" (clisteri), ed ancora che le bacche di Lauro "*mangiate dalle donne gravide, quando vanno a dormire, fanno partorire felicemente*".

L'edizione del 1789 del Ricettario Fiorentino, tra i preparati a base di Alloro annovera un *unguento nervino*, con sego di pecora ed un *unguento da rognà*, con grasso di maiale e fiori di zolfo.

■ ALTRI USI

Il poeta latino Marziale narra, nei suoi epigrammi risalenti al I secolo, di una certa Mirtale, vecchia invecchiata ubriacona, che cercava di mascherare l'odore del vino masticando foglie di Alloro, al che, vedendola ubriaca con il viso paonazzo, la gente diceva di lei, deridendola: Mirtale ha bevuto Alloro.

Plinio il Vecchio attesta che l'Alloro non può essere colpito dal fulmine e per questa ragione l'imperatore Tiberio era solito incoronarsene durante i temporali.

Si dice che il fumo delle foglie di Alloro tenga lontani gli insetti.

In altri tempi, in alcune regioni, dal crepitio più o meno vivace delle foglie di Alloro bruciate si riteneva di poter trarre segni sull'abbondanza dei raccolti; usanza derivata dall'antica Grecia, nella quale l'Alloro, in cui era stata mutata la vergine Dafne, ninfa figlia del dio fluviale Peneo, come narra Ovidio nelle *Metamorfosi*, era pianta sacra al profetico Apollo.

Gli antichi romani ornavano con serti di Alloro la fronte degli eroi, dei poeti, degli atleti e degli uomini illustri, Plinio stesso testimonia che fronde di Alloro ornavano i dispacci che recavano la notizia di una vittoria militare, ed anche le lance dei soldati ed i fasci dei comandanti vittoriosi.

Brandito tra belligeranti armati, l'Alloro significa richiesta di tregua.

Ancora oggi la dignità dottorale conferita dalle Università si dice "laurea", nel significato latino di corona di Alloro.

A Savona ed in altri Comuni liguri, l'accensione di un ceppo di Alloro rinnova, nella domenica che precede il Natale, la cerimonia medioevale del "Confuoco", tradizionale scambio di omaggi tra il Podestà ed i cittadini.

■ CITAZIONI

La leggenda della trasmutazione di Dafne ha ispirato un verso di Guido Gozzano:

"... *Dafne rincorsa, tramutata in lauro tra le braccia del Nume ghermitore ...*"

Del Lauro.



L'IMPIEGO NELLA COSMESI

Un decotto di foglie di Alloro dona magici riflessi ai capelli scuri, una manciata di foglie rende l'acqua del bagno deodorante e stimolante.

L'olio essenziale è usato in profumeria e per la fabbricazione dei saponi.



CARATTERISTICHE ED ESIGENZE DELLA PIANTA

Le piante di Alloro non sono difficili da mantenere, ma bisogna saper intervenire nel modo giusto se si intendono creare siepi di forma particolare.



Forma di propagazione
Da talea



Ambiente di coltura
Piena aria od ombraio



Portamento
Eretto



Illuminazione
Preferisce le esposizioni soleggiate



Temperatura
Sopporta abbastanza bene il freddo



Umidità
Preferisce una media umidità del substrato

Publio Virgilio Marone, nella seconda Ecloga, dell'Alloro ricorda il profumo:

"... e coglierò voi, allori e mirti che crescete vicini, perché così disposti mischiate soavi profumi".

Ma non solo gli antichi pagani hanno cantato le virtù dell'Alloro, l'Ave Maria di Lourdes, nella raccolta dei canti liturgici mariani, accosta l'Alloro alla stessa Madonna, come raffronto simbolico di rimedio per tutti i mali:

"O bella Regina / O fronda di allor / Tu sei medicina / Per ogni dolor".

D'Annunzio dedica ai Lauri, amici della giovinezza trascorsa, una poesia del Poema paradisiaco:

"Lauri, che ne la grande ombra severa

Accoglieste il pensoso adolescente, parlatemi di lui, la prima sera.

Parlatemi di lui benignamente, vecchi lauri, però ch'egli forse ode; però ch'egli è lontano e pur presente.

Quanto v'amava il giovine custode!

E quante volte a la sua fronte amica

Tendeste i rami in ascoltar la lode!"

Nel *De rerum natura* Tito Lucrezio Caro, tradotto da B. Pinchetti, ricorda invece come bruciando Alloro si traggano ispirate, ma vane, predizioni:

"... molti più certi responsi e molto più venerandi abbiano dato di quelli che profetando la Pizia manda dal lauro e dal tripode d'Apollo ..."

Dall'*Herbario Nuovo* di Castore Durante, edito nella seconda metà del XVI secolo, si apprende:

"Le bacche di lauro... prese con mele (miele) e vino dolce ... sono di gran rimedio ai tistici ed a coloro che soffrono di tosse antica ... le bacche peste ed unite con vino giovano ai morsi degli scorpioni, la scorza della radice bevuta al peso di uno scrofolo (poco più di un grammo), con vino, rompe le pietre dei reni, la renella e li caccia fuori ... l'olio che si produce dalle bacche di lauro, mitiga i dolori colici ed i freddi dolori della pancia, della testa, del fegato della milza, dei reni. Attenua le infiammazioni alle parti basse delle donne se lavate con acqua di lauro."

E poi ancora:

"Le foglie di lauro conservano i fichi secchi, si mettono nella gelatina per dare profumo e parimenti nella cotognata e negli arrosti."