



75

nom vernaculaire	français	Laurier-sauce
	créole	Loryé
	anglais	Bay, bay laurel
	espagnol	Hoja de laurel
	allemand	Echter Lorbeer



Son nom scientifique est « *Laurus nobilis* L. », de la famille des < Lauracées >. Autres noms communs : laurier-sauce, laurier vrai, laurier des cuisinières, laurier franc, laurier noble, laurier d'Apollon.

Chez les Grecs et les Romains anciens, l'usage était de couronner de laurier les héros.

Au Moyen Âge, on couronnait de laurier les savants distingués dans les universités : dans les écoles de médecine, la couronne dont on entourait la tête des jeunes docteurs était faite de rameaux feuillés de laurier avec des baies, d'où le nom « baccalauréat » (*bacca laurea* : baie de laurier) donné encore de nos jours en France au diplôme qui sanctionne la fin des études secondaires.

Au début du 20ème siècle, Sigmund Freud (médecin neurologue autrichien, pionnier de la psychanalyse) a associé l'image du laurier à celle de la mère, interprétant ce mythe comme une version plus ancienne du complexe d'Œdipe.

Aujourd'hui, le laurier est toujours un symbole de la victoire.

utilisations

La feuille du laurier-sauce, fraîche ou séchée, est utilisée en cuisine pour son arôme : elle est un des composants du bouquet garni France. Elle est infusée ou cuite dans la préparation culinaire (potages, sauces, courts-bouillons, matelotes, ragoûts...).

Par contre dans les préparations culinaires de Saintonge (Région Poitou-Charentes en France), la feuille de laurier est traditionnellement employée fraîche. C'est aussi le cas en Inde, où elle est saisie dans le < ghî > (*beurre, obtenu à partir du lait du buffle d'eau, clarifié*).

En Afrique du Nord, les Bédouins utilisent les feuilles de laurier pour parfumer le café.

La feuille de laurier-sauce s'emploie également en infusion pour favoriser la digestion et traiter les crampes abdominales.

À l'inverse une tisane de feuilles de laurier-sauce avant de manger peut couper l'appétit.

Il ne faut pas confondre le laurier-sauce avec le laurier rose « *Nerium oleander* », de la famille des < Apocynacées > (*photo ci-contre*) : ce dernier ne doit pas être utilisé en cuisine, car il est toxique. De tous les lauriers, seul le laurier-sauce est comestible.

Le laurier-sauce est aussi très cultivé comme plante ornementale, notamment pour l'art topiaire (sculpture de végétaux).

origine	Asie Mineure et Europe méridionale.
habitat	Plus particulièrement sur le pourtour méditerranéen. On retrouve toutefois le laurier dans de nombreux jardins potager et d'ornement.
type	Le laurier-sauce est un arbuste mesurant de 2 à 6 m et jusqu'à 15 m de hauteur, à tige droite et grise dans sa partie basse, verte en haut. Les feuilles, en forme de lance sont de couleur vert foncé sur leur face supérieure et plus clair sur la face inférieure. Elles sont persistantes et restent vertes même en hiver. Elles sont épaisses, coriaces, avec le bord ondulé et dégagent une odeur aromatique quand on les froisse.

fleur

Les fleurs, blanchâtres, groupées par 4 à 5 en petites ombelles, apparaissent en mars-avril.



fruit

Le fruit est une petite baie de forme ovale, noir violacé et nue.

