

Laurier – *Laurus nobilis*



Dit zijn de bladeren en bessen van de laurier uit de kruidentuin van Herenboerderij Ulingshof, te vinden in het vak van de vaste keukenkruiden.

De laurier behoort tot de Laurierfamilie waarvan de meeste soorten voorkomen in warme en tropische gebieden. De plant is niet volledig winterhard en moet dus beschermd worden tegen vrieskou. Laurier behoort tot dezelfde plantenfamilie als de kaneelboom en de avocado. Het is een groenblijvende struik, die kan uitgroeien tot een boom, mits op de juiste manier gesnoeid. De bladeren zijn leerachtig en glanzend, de bloemen wasachtig en wit-geel van kleur en de besjes zijn donkerpaars (zie foto) ¹. In de klassieke oudheid diende de laurier als een symbool voor de overwinning, denk aan de lauwerkrans gemaakt van laurierbladeren, die door Julius Caesar in de boeken van Asterix en Obelix steevast wordt gedragen¹.

Gebruik

De stevige bladeren van de laurier worden in sauzen gebruikt, maar ook bij zuurkool en rodekool of bij het inleggen van bijvoorbeeld augurken². De smaak van de bladeren verhoogt de smaak van de andere ingrediënten in een gerecht. Daarnaast lijken de bladeren ook te werken tegen een overactieve spijsvertering. De olie uit de bladeren en de bessen is overigens ook een geliefd ingrediënt in de keuken, maar zeker ook in de badkamer, bijvoorbeeld als bestanddeel van aleppozeep.

Recepten

Iedereen kent het gebruik van laurierblaadjes in stoofgerechten wel en ook als onderdeel van de klassieke 'bouquet garni' ofwel het kruidentuiltje, samen met peterselie en tijm. Toch is het ook heerlijk om thee te zetten van de blaadjes of er een cake mee te bakken:

Laurierthee³

Neem 3 tot 4 gedroogde laurierblaadjes. Doe ze in een theeglas en giet er kokend water overheen. Laat de thee 8 tot 10 minuten trekken. Verwijder de blaadjes en drink rustig op. Ook erg lekker gemengd met wat sap van een versgeperste sinaasappel en een snufje kaneel.

Lauriercake⁴

*125 g (plantaardige) boter, in blokjes, op kamertemperatuur *8-10 kleine tot middelgrote laurierblaadjes, vers of gedroogd *210 g bloem *200 g kristalsuiker *1 tl bakpoeder *0,5 tl fijn zeezout *3 eieren (of 3 el chiazaadjes, 20 minuten geweld in 9 el water) *115 g crème fraîche of haverfraîche *poedersuiker

Smelt 6 el boter in een kleine pan. Haal van het vuur en voeg drie laurierblaadjes toe. Laat 1 uur trekken en verwijder de blaadjes dan.

Verwarm de oven voor op 175°C. Vet de cakevorm in met wat boter en bestuif met bloem. Vet de overige laurierblaadjes in met wat boter en bedek er de gehele bodem van de cakevorm mee, met de beboterde kant naar onderen. Mix bloem, suiker, bakpoeder en zout in een grote kom. Meng de eieren met de crème/haverfraîche en de gesmolten boter in een kom en voeg de inhoud al roerend toe aan het bloemmengsel. Giet het beslag voorzichtig over de laurierblaadjes in de cakevorm en bak in 45-50 min gaar. Laat 10 minuten afkoelen buiten de oven en bestrooi met poedersuiker.

Referenties

¹<https://nl.wikipedia.org/wiki/Laurier>

²https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X23001087?ref=cra_js_challenge&fr=RR-1

³https://www.vanbruggentheethe.nl/losse-thee/gezondheid/laurierblad-thee/?srsltid=AfmBOopfr84TnBsBfyqQ_hxIT6Zzgvk5byE9-cSibxFnjj4LLUkg90M2

⁴<https://familystylefood.com/bay-laurel-pound-cake/>