

Upotreba i simbolizam

Lovorov list koristi se kao začin kod pripreme raznih jela. U antičkoj Grčkoj od lovora su se izrađivali vijenci, odakle i dolazi izraz «spavati na lovorikama». Lovorov vijenac bio je nagrada na Pitijskim igrama koje su se odigravale u čast Apolonu, a njegov simbol je lovor otkad je neuspješno pokušao zavesti Dafne. U Bibliji se lovor često spominje kao simbol blagostanja i slave. U kršćanstvu simbolizira Kristovo uskrsnuće i pobjedu dobra nad zlim.

Riječi *bakalaureat* i *poet laureate* također imaju korijen u riječi lovor.

Lovor je široko rasprostranjen kao ukrasna biljka u mediteranskim i oceanskim klimatskim područjima, a u hladnijim područjima uzgaja se kao sobna biljka.

Lovor kao začin

U prošlosti se lovor puno više koristio u kuhinji nego danas. Njegova aroma dobro se uklapa u mnoga jela, a osim toga poznato je i njegovo svojstvo poboljšanja probave. No, treba biti oprezan pri korištenju, jer jelo postaje gorko ako se stavi previše lovora. Također, neki ljudi su alergični na listove, bobice ili ulje lovora.

Lovorovo ulje

Koristi se isključivo na koži i pogodno je za masaže. Omekšava potkožne čireve i kvržice, pomaže kod bolova u mišićima, iščašenja zglobova i reumatizma.

Čaj kod prehlade i bronhitisa

Tri svježja, nasjeckana lovorova lista kuhajte 10 minuta u 2,5 dcl vode. Ostavite da stoji poklopljeno još desetak minuta. Procijedite, dodajte jednu čajnu žličicu limunovog soka i dvije žličice meda. Piti 2-3 puta dnevno po 2,5 dcl.

Tinktura

Dobro nasjeckajte 30 g svježeg lovorovog lišća, stavite u bocu sa širokim grlom i prelijte s 3 dcl rakije (najmanje 60% alkohola). Čuvajte na toplom mjestu dobro zatvoreno 10 dana i tada procijedite.

Ova tinktura koristi se kod nategnutih tetiva, boli u mišićima, istegnutih mišića, reume, iščašenja zglobova i ukočenih udova.

Lovorova mast za reumatizam (stari mediteranski recept)

Dobro zgnječite 20 grama svježih, zrelih lovorovih bobica u drvenom ili porculanskom mužaru i kuhajte ih oko 15 minuta u 1 litri ključale vode. Dobiveni sok procijedite kroz pamučnu krpu i ostavite da se ohladi. Tada pokupite ulje s površine i pomiješajte ga s 1 čajnom žličicom neslane masti. Dobro izmiješajte i pohranite u staklenu ili plastičnu zdjelicu. Ova mast je odlična za tretiranje reuma, te bolnih mišića i zglobova.