**OREH**

**Latinsko ime:** Juglans regia

**Ljudska imena:** Arh, laški oreh.

**Botanika.** Oreh zraste v mogočno drevo, visoko tudi 25 m. Lihopernati listi so sprva nekoliko rdečkasti. Moški cveti so v mačicah, ženski pa so v klasih na koncu mladik.

*Cvete* maja, *zori* septembra.

*Nahajališča.* Orehova domovina je Perzija, uspeva tudi pri nas; nekoliko je občutljiv za zimsko in spomladansko pozebo.

**Zdravilni deli rastline.** Nabiramo:

a) junija sveže liste, ki jih je treba takoj posušiti, da ostanejo zeleni in da obdrže učinkovitost

b) junija in v začetku julija nezrele plodove za krepčilne želodčne kapljice

c) zrele plodove septembra in oktobra.

Listi in zeleni plodovi imajo izrazit vonj po balzamu, okus pa je grenak, oster in trpek.

*Zdravilne snovi in učinkovine.* V listih so čreslovina, prijetno dišeče eterično olje, grenčina, neki alkaloid in druge snovi; zelene zunanje lupine plodu pa so bogate soli, mastnega olja, čreslovine pa tudi jabolčne, citronske in ščavne kisline.

**Slika:**