



食物本草卷首 救荒野譜

白鼓釘

食莖葉

一名補公英，四時皆有，惟極寒天小而可用，采熟食。

白鼓釘，白鼓釘，豐年賽社，鼓不停，凶年罷社，鼓絕聲。社公惱，白鼓釘，化為艸。



長樂鄧振錄西
請弄也

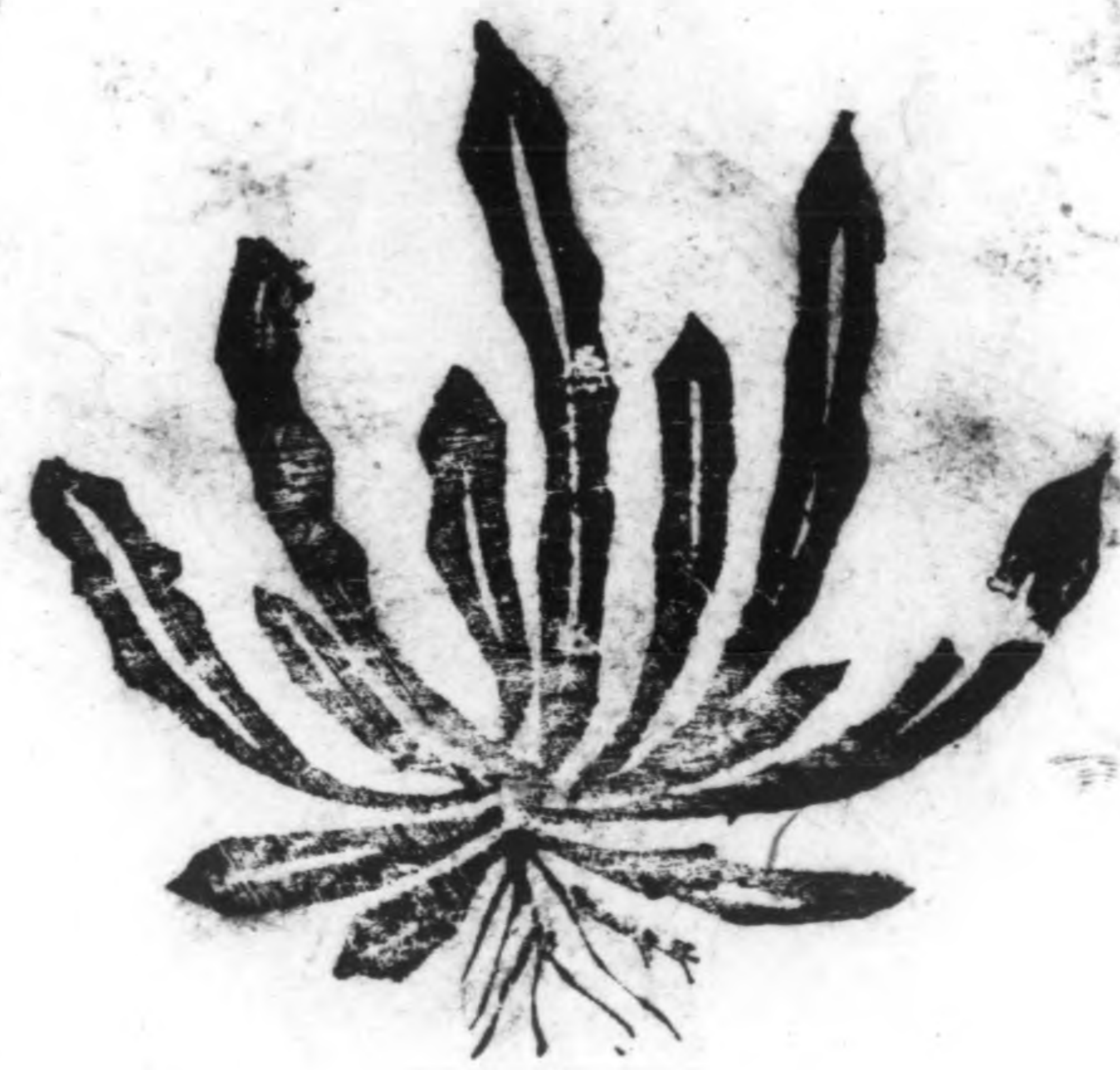
剪刀股

食莖葉

春采生食

兼可作藥

剪刀股剪何益剪得今年
地皮赤東家羅綺西家綾
今年不聞剪刀聲



猪殃殃

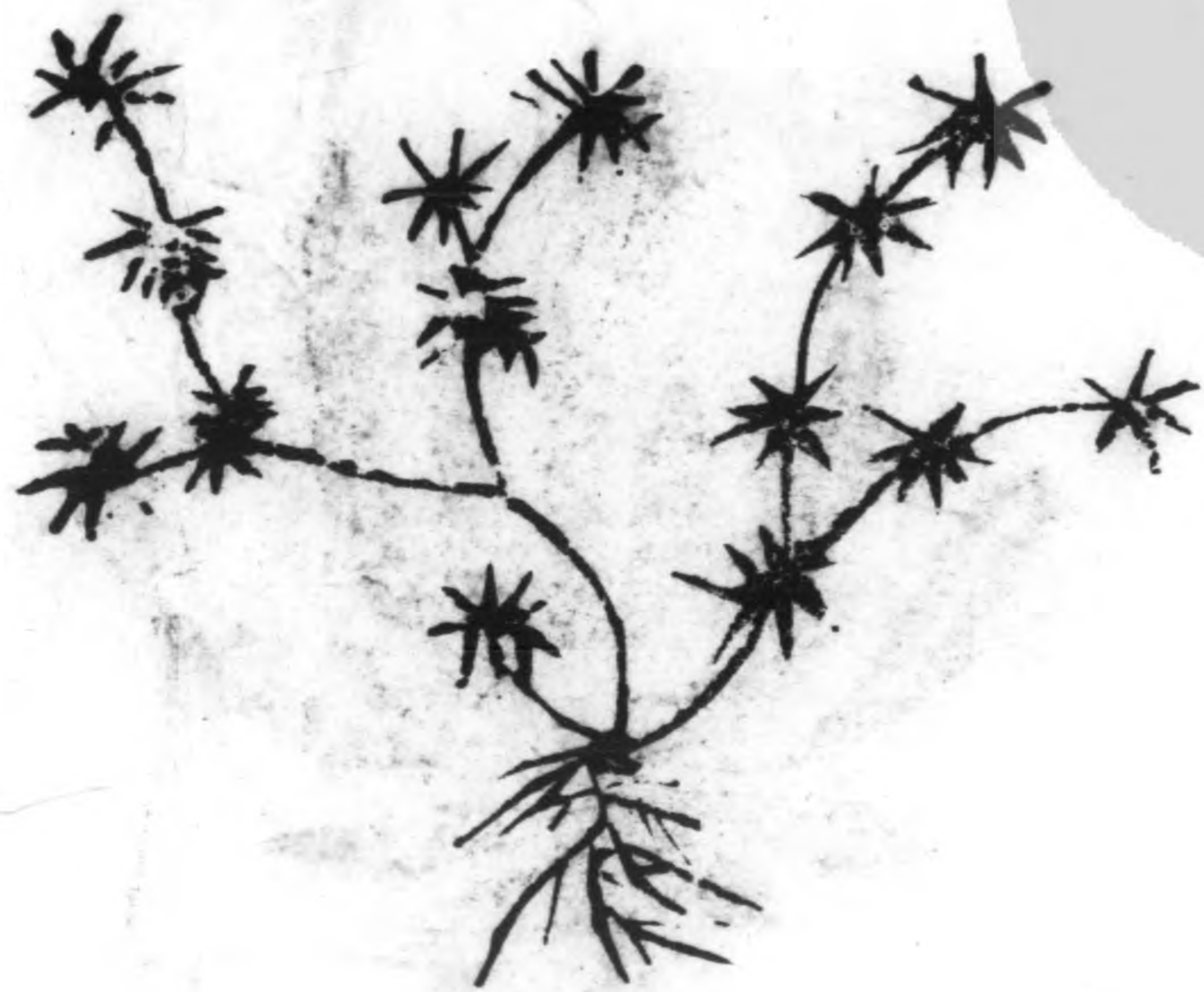
食莖葉

猪食之則病

名春采熟食

猪殃殃胡不祥猪不食
道傍我拾之充饑糧

饑糧



絲蕎蕎 食薑菜

二三月采熟食，四月結角不用。

絲蕎蕎如絲縷昔為養蠶人今作挑菜侶養蠶衣整齊挑菜衣襤褸張家姑李家女隴頭相見淚如雨。

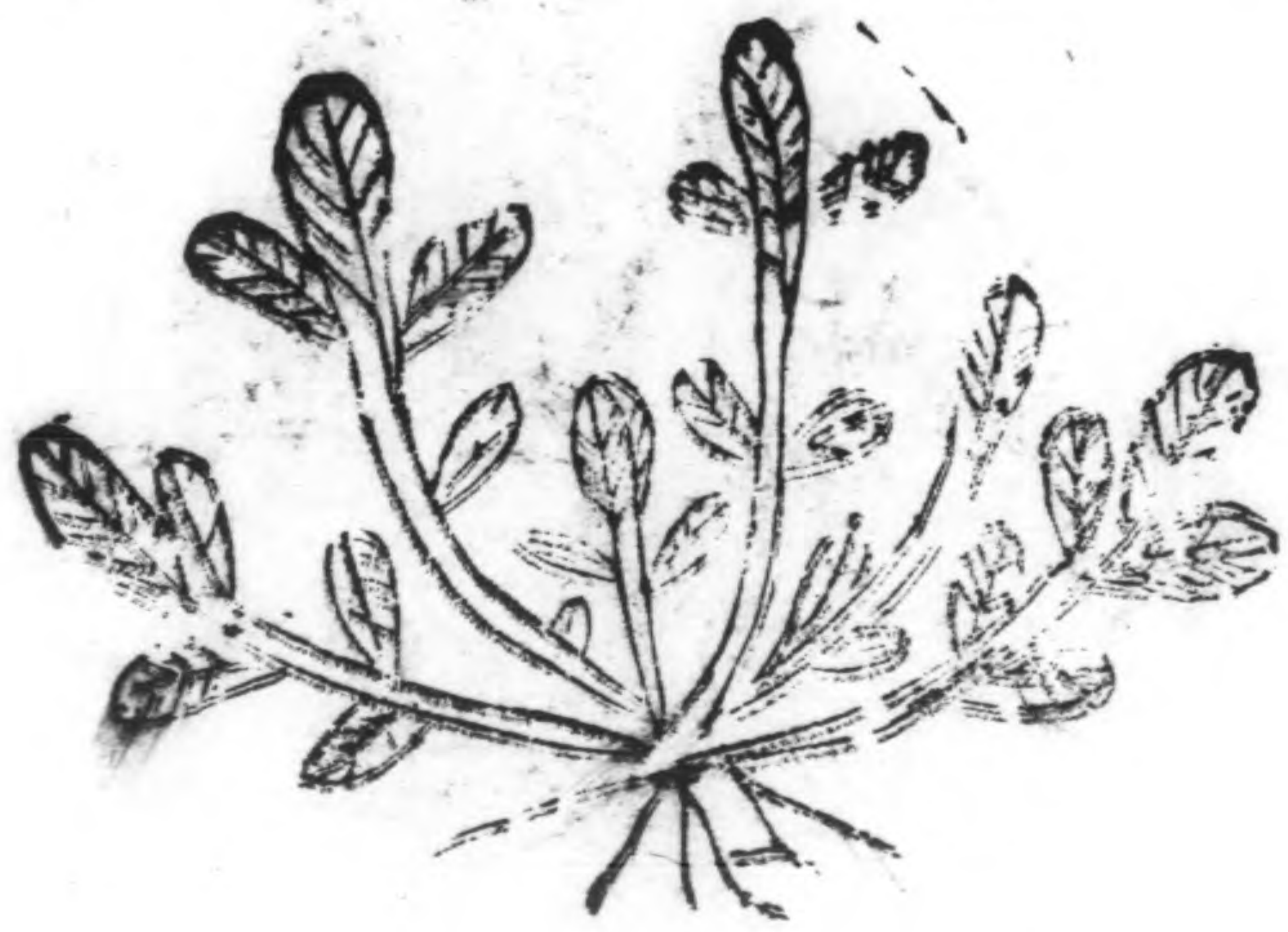


牛塘利

食薑菜

一名牛舌頭二三月采熟食亦可作羹

牛塘利牛得濟種艸有餘青蓄水有餘味年來水艸枯忽變為荒薺采采療人飢更得牛塘利



浮薺 食莖葉

入夏生水。中六七月采。生熟皆可食。

采采浮薺。涉彼滄浪。無根

可託。有莖可嘗。野風浩浩。

野冰茫茫。飄蕩不返。若我

流亡。此種即浮蘋。葉員白

者。其名曰荇。其根莖亦可蒸為蔬。



水菜 食莖葉

秋生水田。壯類白菜。煮熟食之。

水菜生水中。水深不可測。

挈管遶堤行。日暮風波息。

水清忽照人。面色如菜色。

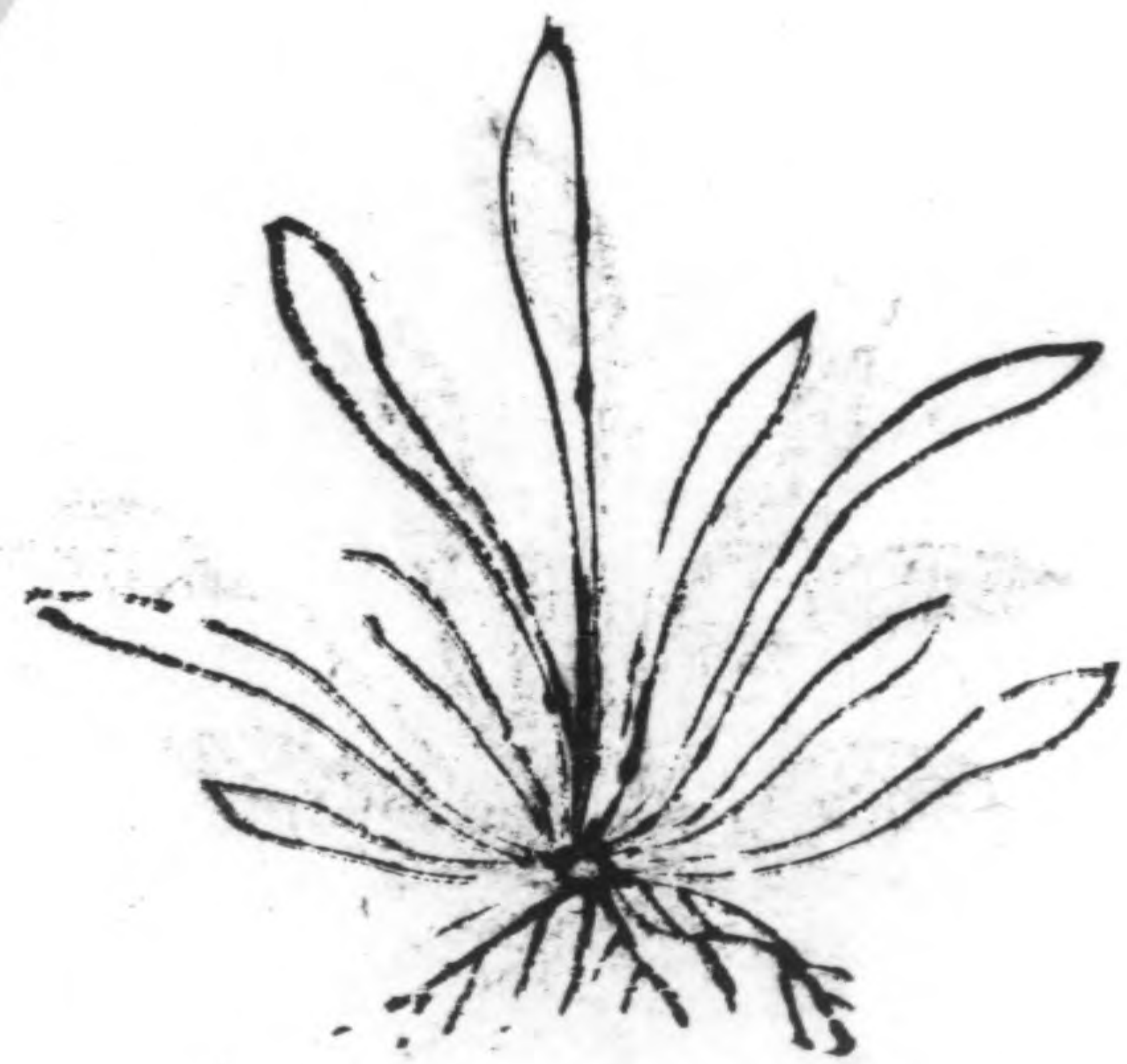


看麥娘

食莖葉

隨麥生隴上，因名，春采熟食。

看麥娘來何蚤，麥未登人未飽，何當與爾還厥家，共噉糟糠暫相保。



狗脚跡

食莖葉

生霜降時，葉如狗印，故名，熟食。

狗脚跡何處尋，狡兔亂走妖狐吟，北風揚沙一尺深，狗脚跡何處尋。



破破衲 食莖葉

臘月便生，正二月采，熟食，三月老，不堪用。

破破衲，不堪補寒，且飢聊作脯，飽煖時，不忘汝。



斜蒿 食莖葉

三四月生，小者一科，俱可用。大者摘嫩頭，於湯中畧過，晒乾，臨食再用湯泡，油鹽打食，白食亦可。

斜蒿復斜蒿，采采臨春郊。終日不盈把，悵望登東臯。欲進不能進，風日寒瀟瀟。



江薺 食莖葉

生臘月生熟皆可用
花時不宜但可作齋

江薺青青江水綠江邊挑
菜女兒哭命娘新死兄趁
熟止存我與妹看屋



燕子不來香

食莖葉

蚤春采可熟食燕來
時則腥臭不堪故名

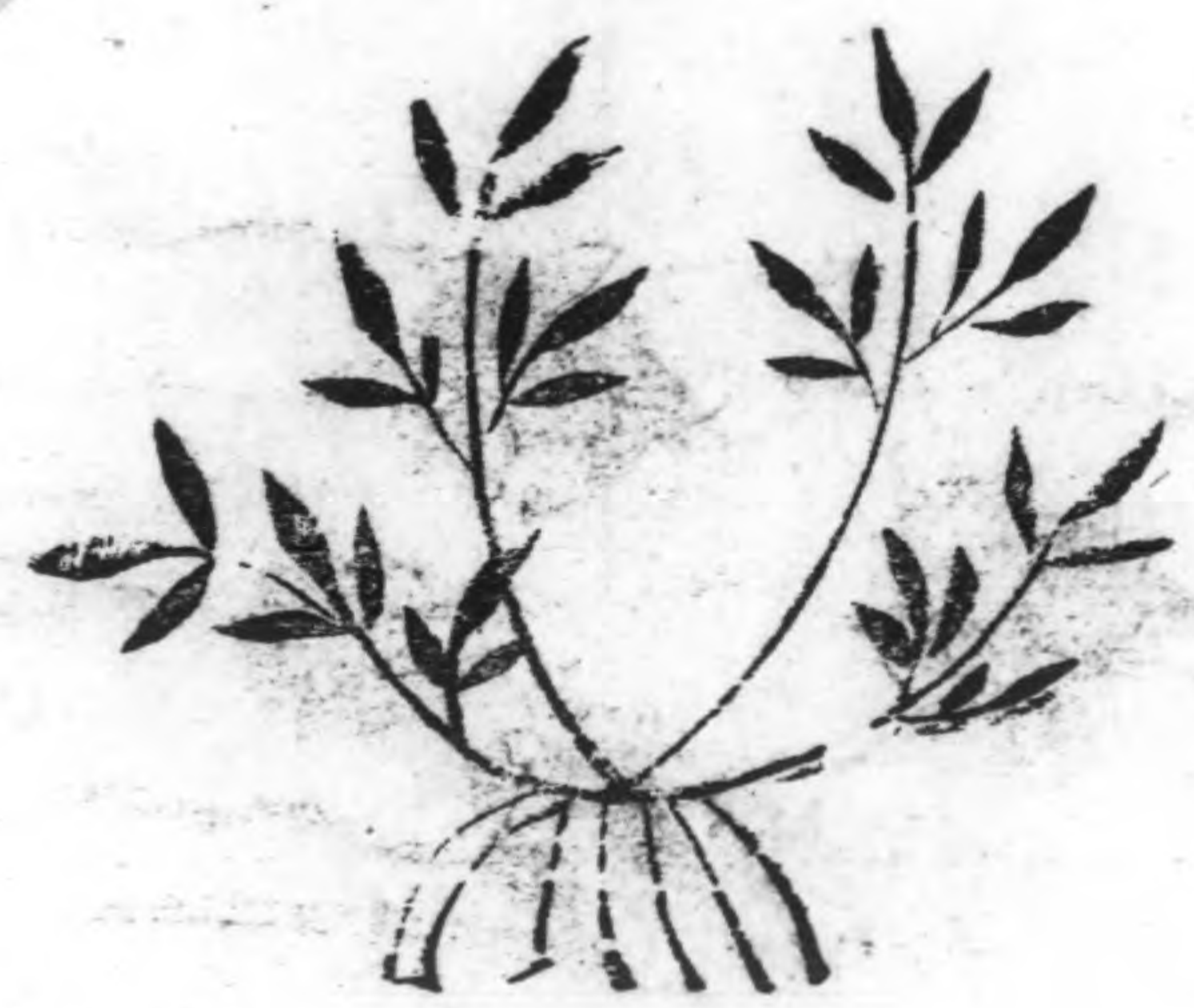
燕子不來香燕子來時便
不香我願今年燕不來常
與吾民充餽糧



糊絲脚跡 食莖葉

以形似名三月采之熟食

猢猻脚跡宜爾泉石胡不自安犯我田宅遭彼侵凌猷歆蕭瑟獲而烹之償我稼穡



眼子菜 食葉

生水澤中葉青背紫莖柔滑而細長可數尺六七月采之熟食

眼子菜如張目年年盼春懷布穀猶向秋來望時熟何事頻年倦不開愁看四野波漂屋



猫兒菜 食菜

正二月采搗爛和粉麩作餅蒸食

猫兒菜聽我歌今年水患傷田禾倉廩虛今鼠棄窠猫兮猫兮將奈何



地踏菜 食苦

一名地耳狀如木耳春夏生雨中雨后天熟食是日即枯没

地踏菜生雨中晴日照郊原空莊前阿婆呼阿翁相携兒女去匆匆須臾采得青滿籠還家飽食忘歲凶東家懶婦睡正濃



窩螺薺 食菜

正二月采之熟食

窩螺薺如螺髻生水邊照
華麗去年郎家田不收挑
菜女兒不上頭出門忽見

窩螺蓋 或云此種即吳鄉東地之名盤蜃青

也是也



烏藍擔 食菜

烏大也村人呼大為烏此菜但可熟食

烏藍擔擔不動去時腹中
飢歸來肩重上重行
路遲日暮還家方蚤炊



蒲兒根 食根

卽蒲艸嫩根也
生熟皆可食

蒲兒根生水曲年年砍蒲
千萬束水鄉人家衣食足
今年水深渰絕蒲食盡蒲
根生意無



馬欄頭 食菜

二三月叢生熟
食又可作羹

馬欄頭攔路生我爲拔之
容馬行只恐救荒人出城
騎馬直到破柴荆



青蒿兒

食莖葉

即茵陳蒿春月采之
炊食時俗二月二月
和粉麪作餅
食之是也

青蒿兒纔發穎二月二日
春猶冷家家競作茵陳餅
茵陳療病還療飢借問采
蒿知不知



籬籬頭

食莖葉

臘月采熟食
入春不用

籬籬頭延蔓艸傍籬生青
裊裊今年新貴穀不收折
籬籬者籬籬頭



馬齒莧 食莖葉

有紅白二種入夏采
沸湯瀹過曝乾冬用
旋食亦可楚
俗元旦食之

馬齒莧馬齒莧風俗相傳
食元旦何事年來采更頻
終朝賴爾供殮飯



雁腸子 食葉

二月生如豆芽菜
熟食之生用亦可

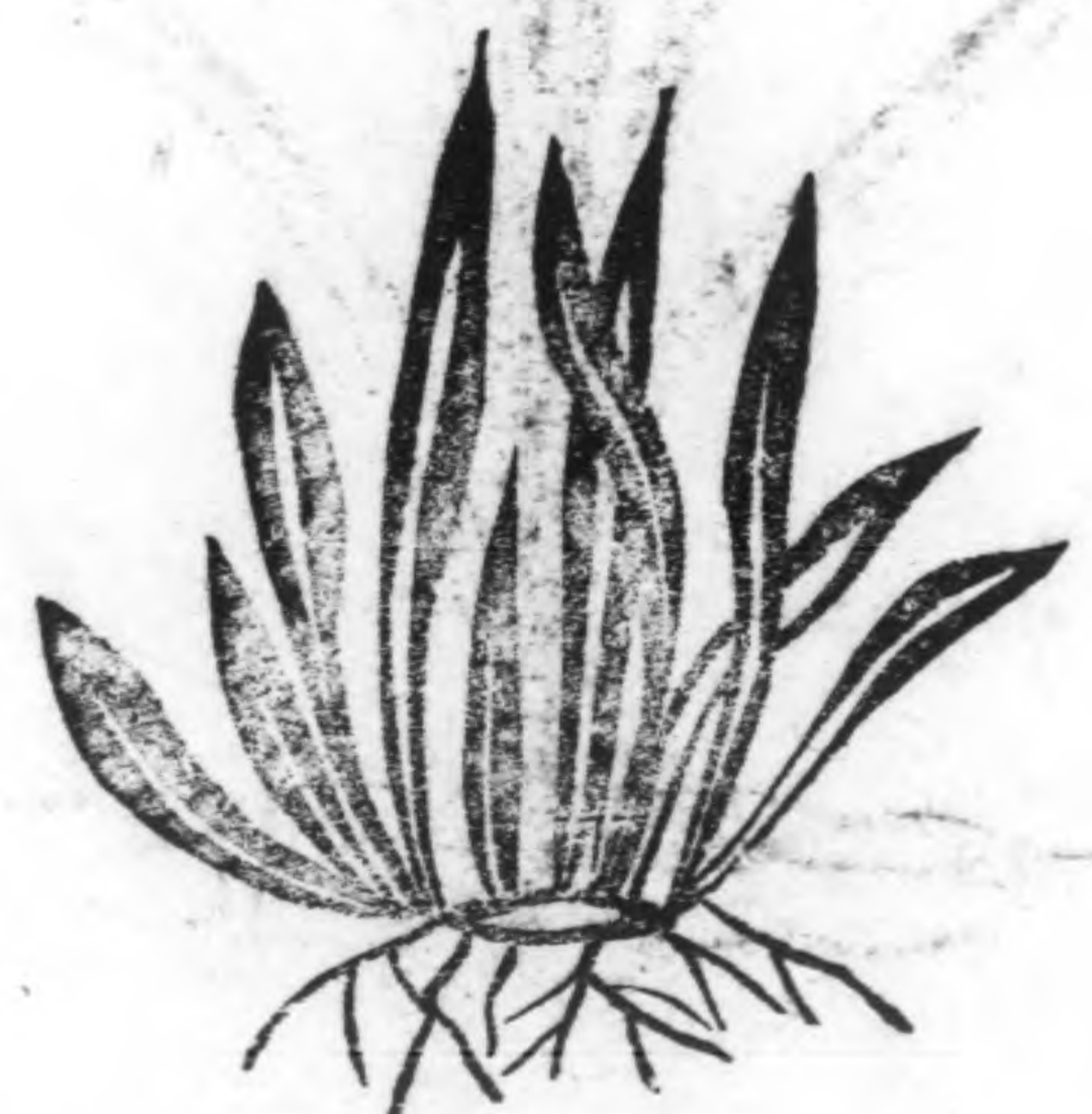
雁腸子遺溝壑應是今年
絕飲啄兩翼低垂去不前
苦遭餓鶻相擒搏嗟哉雁
今有羽翰何況人生行路
難



野落籬 食苗葉

正二月采其苗，湯泡過食之。

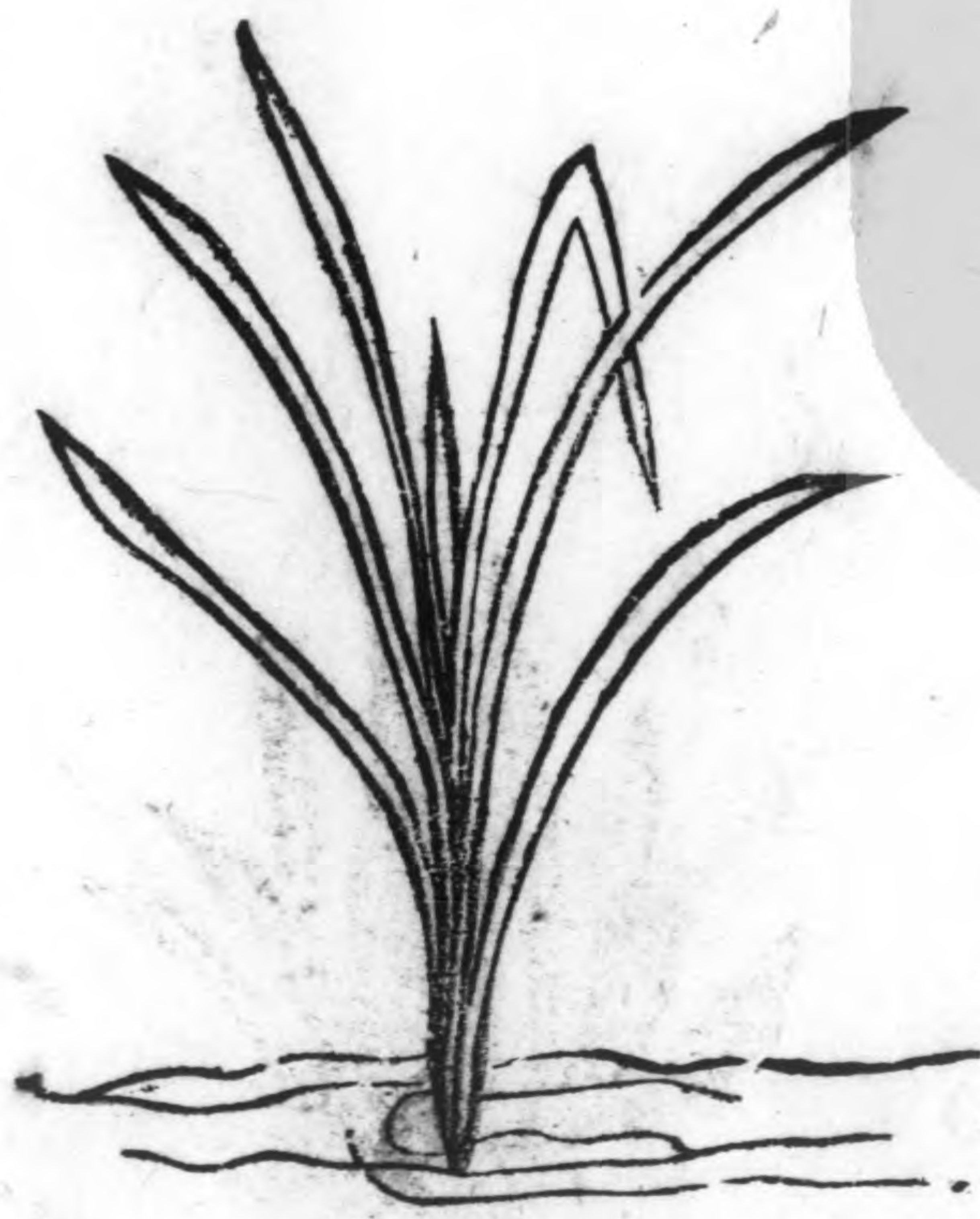
野落籬舊遮護昔為里正家今作逃亡戶春來荒蕪滿階生挑菜人穿屋裏行



菱兒菜 食葉

入夏生水澤中，即菱芽也，生熟皆可食。

菱兒菜生水底若蘆芽勝菰米我欲充飢采不能滿眼風波淚如洗家菱有苗野菱有芽又菱苗生穗其菱米亦可食



倒灌薺 食葉

采之熟食
亦可作羹

倒灌薺生旱田上無雨露
下有泉抱甕不來還自鮮
造物冥冥解倒懸



灰條 食葉

葉大而赤者為藜藿
葉小而青者俗名灰
蓼頭俱用
過油鹽拌食

灰條復灰條采采何辭勞
野人當年飽藜藿凶歲得
此為嘉穀東家鼎食滋味
饒徹却少牢羹太牢



烏英 食菜

一名烏英花入夏生水澤中生熟皆可食

烏英花烏英菜菜可茹
花可愛連朝摘菜不聊生
那有心情摘花戴



抱孃蒿 食菜

叢生故名一三月采之熟食

抱孃蒿結根牢解不散如
漆膠君不見昨朝兒賣客
船上兒抱孃哭不肯放



枸杞頭食

村人采為蔬菜頭春夏采嫩頭熟食秋采實即枸杞子冬采根即地骨皮

枸杞頭生高丘實為藥餌來甘州二載淮南穀不收采春采夏還采秋飢人飽食如珍羞



苦麻臺 食葉

三月采用莢搗和麩作餅生食亦可

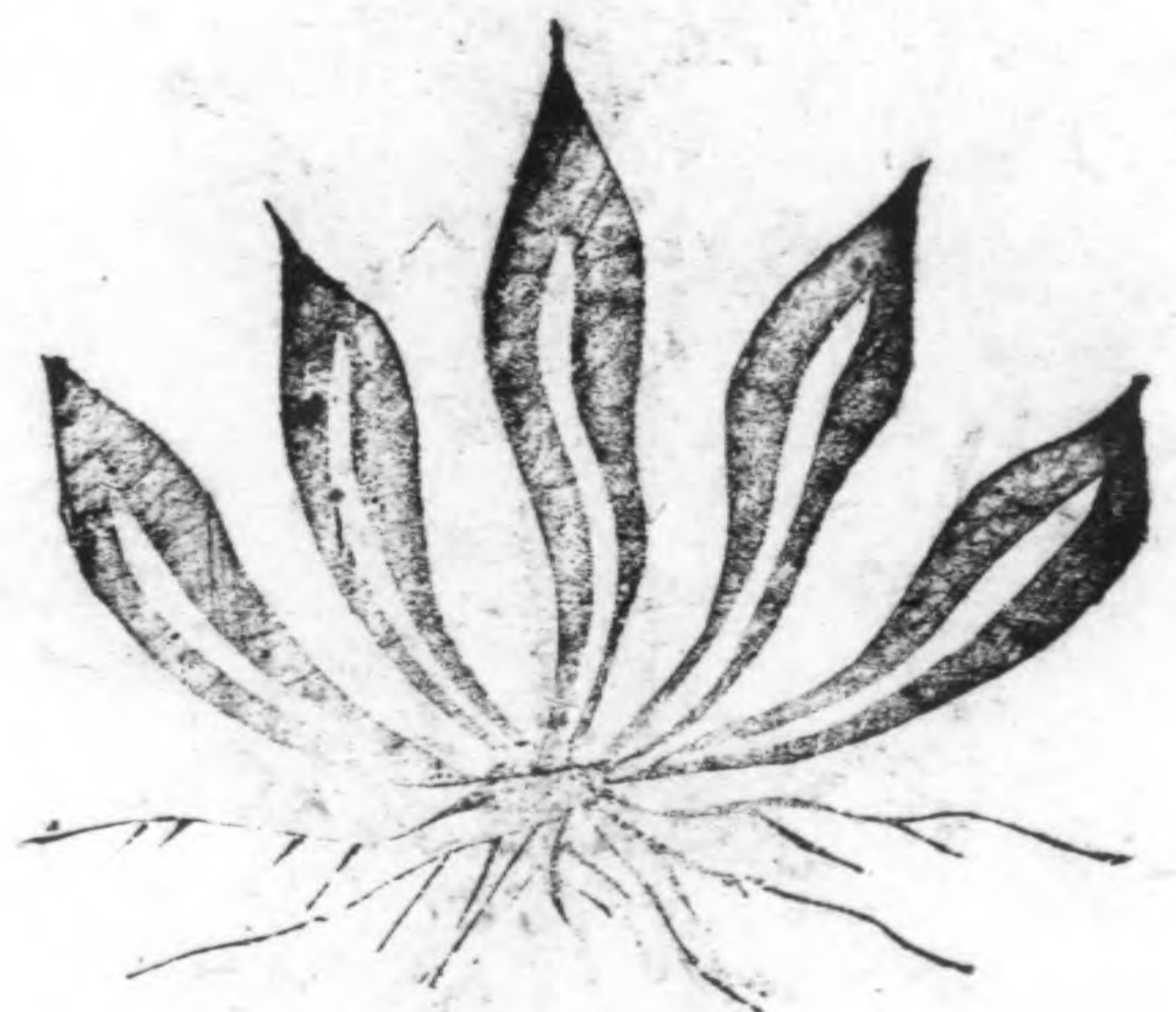
苦麻臺帶苦嘗雖逆口勝空腸但願收租了官府不辭嘍盡田家苦



羊耳秃 食菜

二三月 采熟食

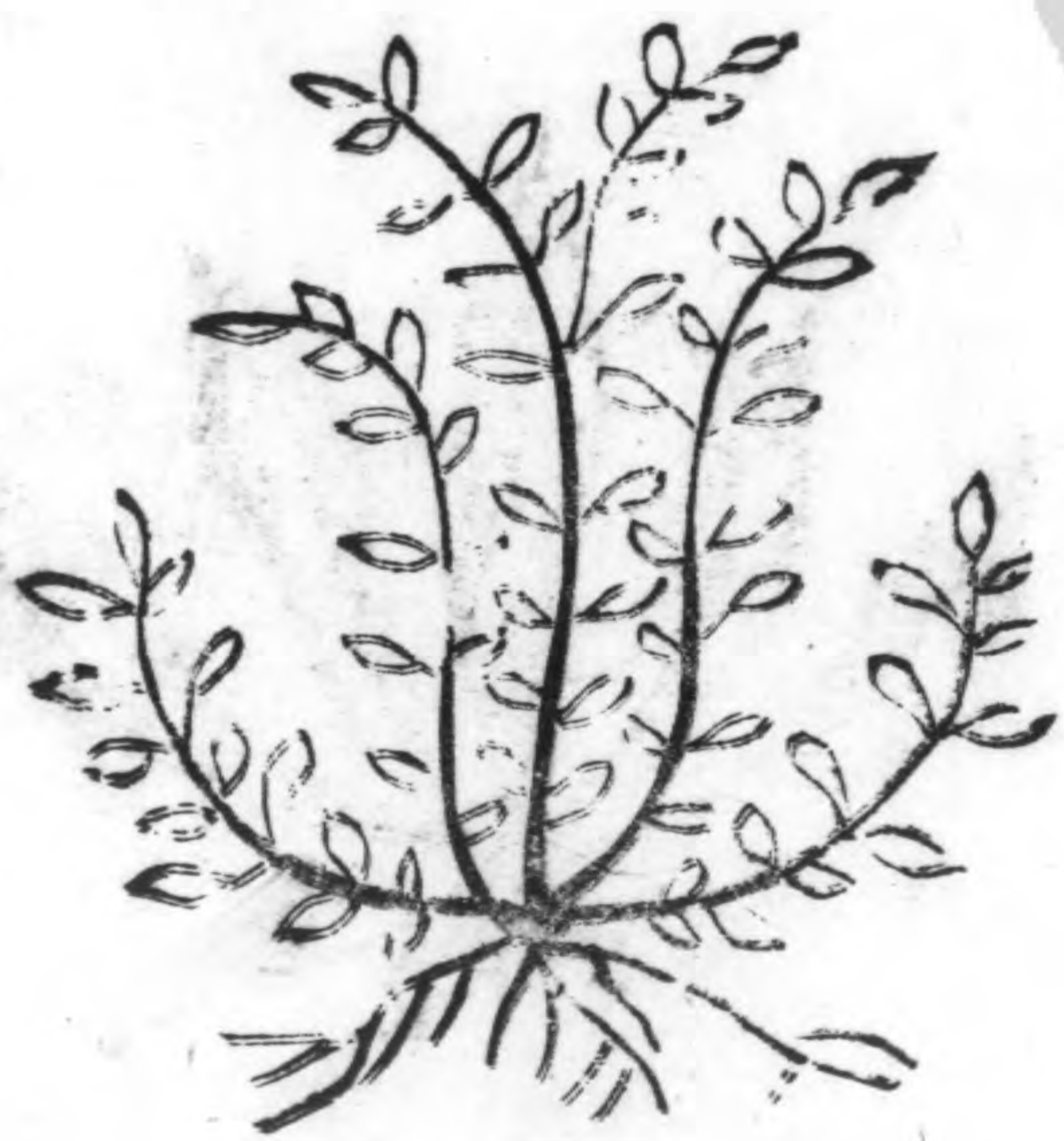
羊耳秃短簇簇穿籬籬如
抵觸飢來進退無如何前
村後村荆棘多



水馬齒 食葉

生水中與陸地馬齒
莧相類熟食

水馬齒何時落食玉粒銜
金嚼我民餓殍盈溝壑惟
皇震怒剔厥齧化為野艸
充藜藿



野苜菜

食葉

類家苜夏
米熟食

野苜菜生何少。盡日采來
克一飽。城中赤苜美且肥。

一錢一束賤如艸。家苜葉
大野苜

菜細一云
家白野赤

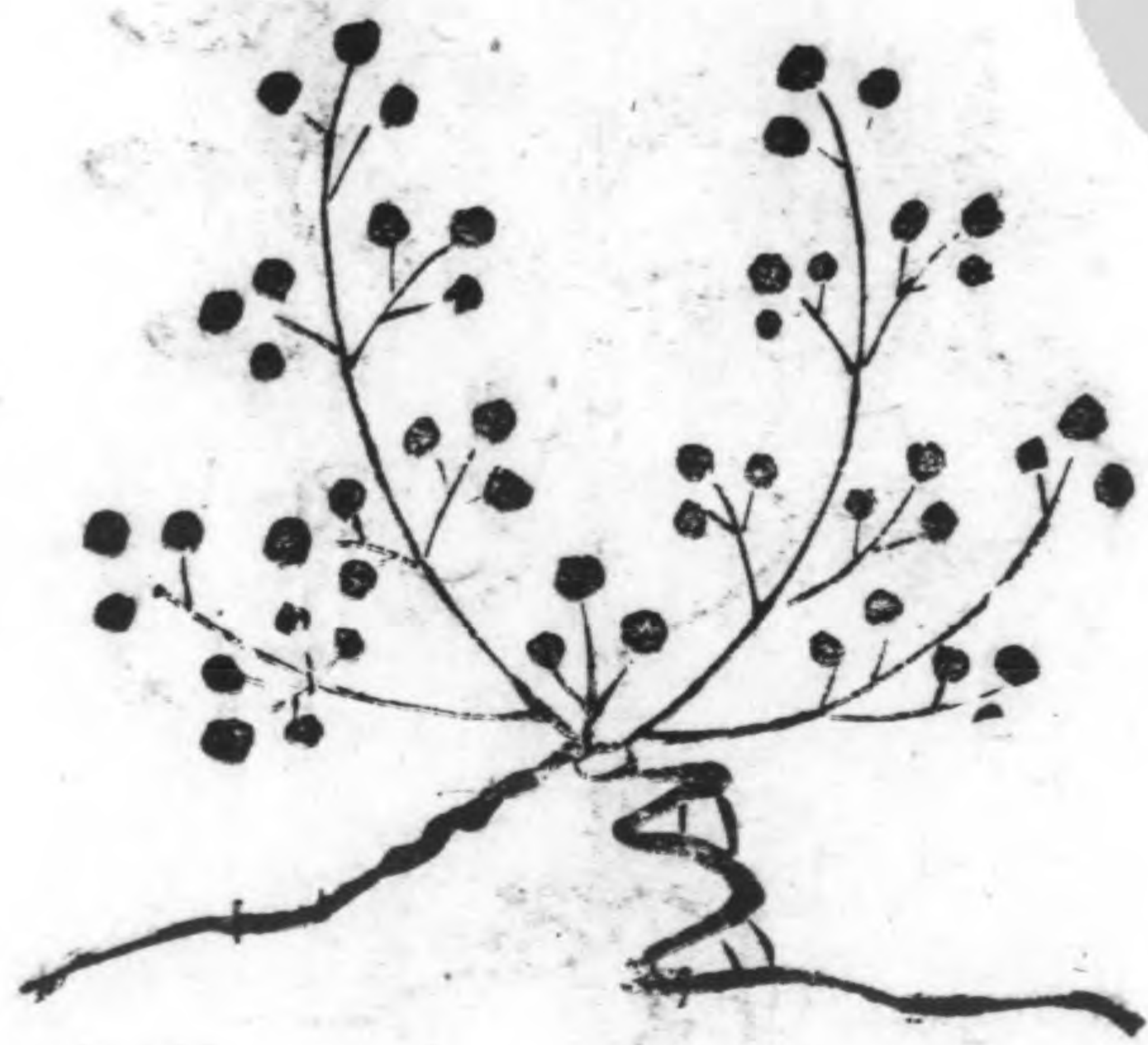


黃花兒

食葉

正二月
采熟食

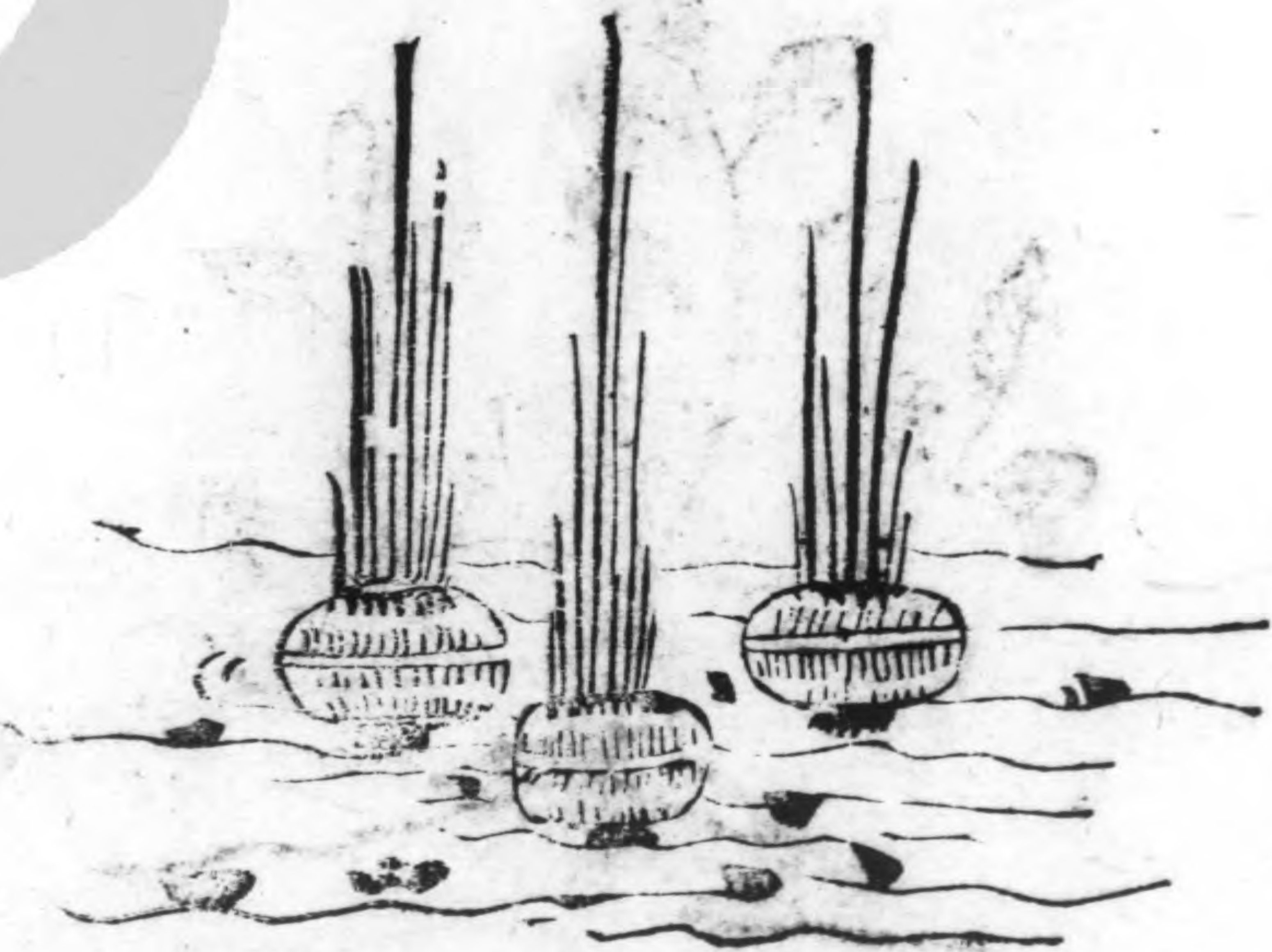
黃花兒郊外艸。不愛爾花
愛爾克。我飽洛陽姚家溪。
院溪一年一賞費千金。



野苧薺 食實

四時采生熟皆可食之

野苧薺生稻畦苦瘠不盡
心力疲造物有意防民飢
年來水患絕五穀爾獨結
實何纍纍



蒿柴薺 食葉

正二月采熟食又可作薺

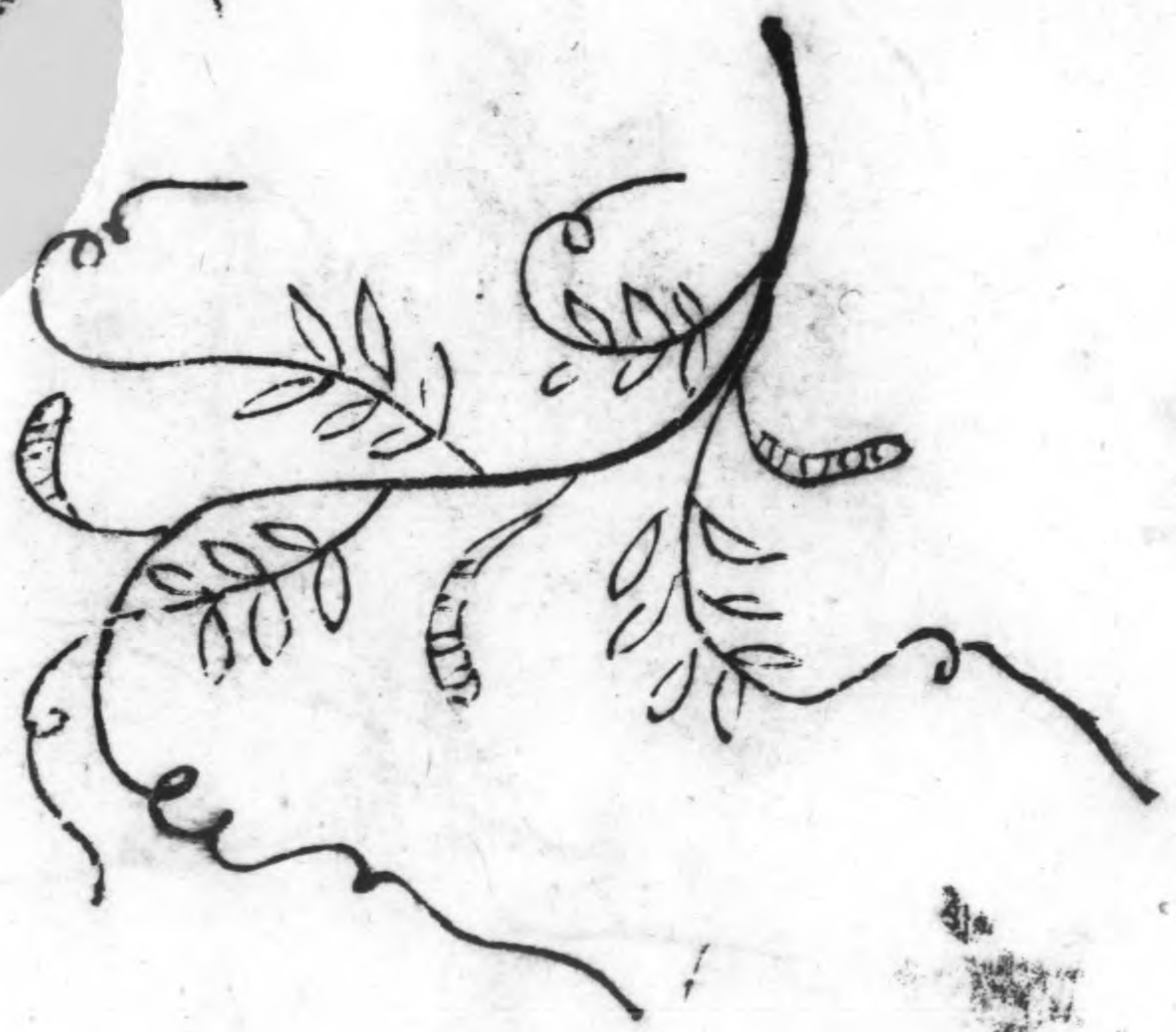
蒿柴薺我獨憐葉可食稽
可燃連朝風雪攔邨路飢
寒不能出門去



野菜豆 食葉

俗名艸裏菜。莖葉似菜豆而小。生野田多。藤蔓生熟皆可食。

野菜豆。匪耕耨。不種而生。不其而秀。摘之無窮。食之無臭。百穀不登。爾何獨茂。



油灼灼 食葉

生水邊。葉光澤。生熟皆食。又可作乾菜。

油灼灼。光錯落。生岸邊。照溝壑。溝壑朝來。餓殍填骨。肉未冷。攢鳥為。



雷聲菌

食若

夏秋雷雨後生茂野中如蘑菇味亦相似

雷聲菌如卷耳想是螫龍兒雷聲呼輒起休誇瑞州生莫歎靈芝死如此凶年穀不登縱有禎祥安足倚



萋蒿

食莖葉

春采苗葉熟食夏秋莖可作莖心可入茶

采萋蒿采枝采葉還采苗我獨采根賣城郭城裏人家半凋落



掃帚薺

食莖葉

春采
熟食

掃帚薺青簇簇去不收

空倚屋但願今年收兩熟

場頭掃帚掃盡禿

此種俗名落帚

母者嫩者可采其老可求為掃帚故名之



雀兒綿單

食葉

三月采作羹此菜延蔓鋪地而生故名

雀兒綿單託彼終宿如茵

如衾匪絲匪縠年飢願得

充我餐任穿我屋蔽爾寒

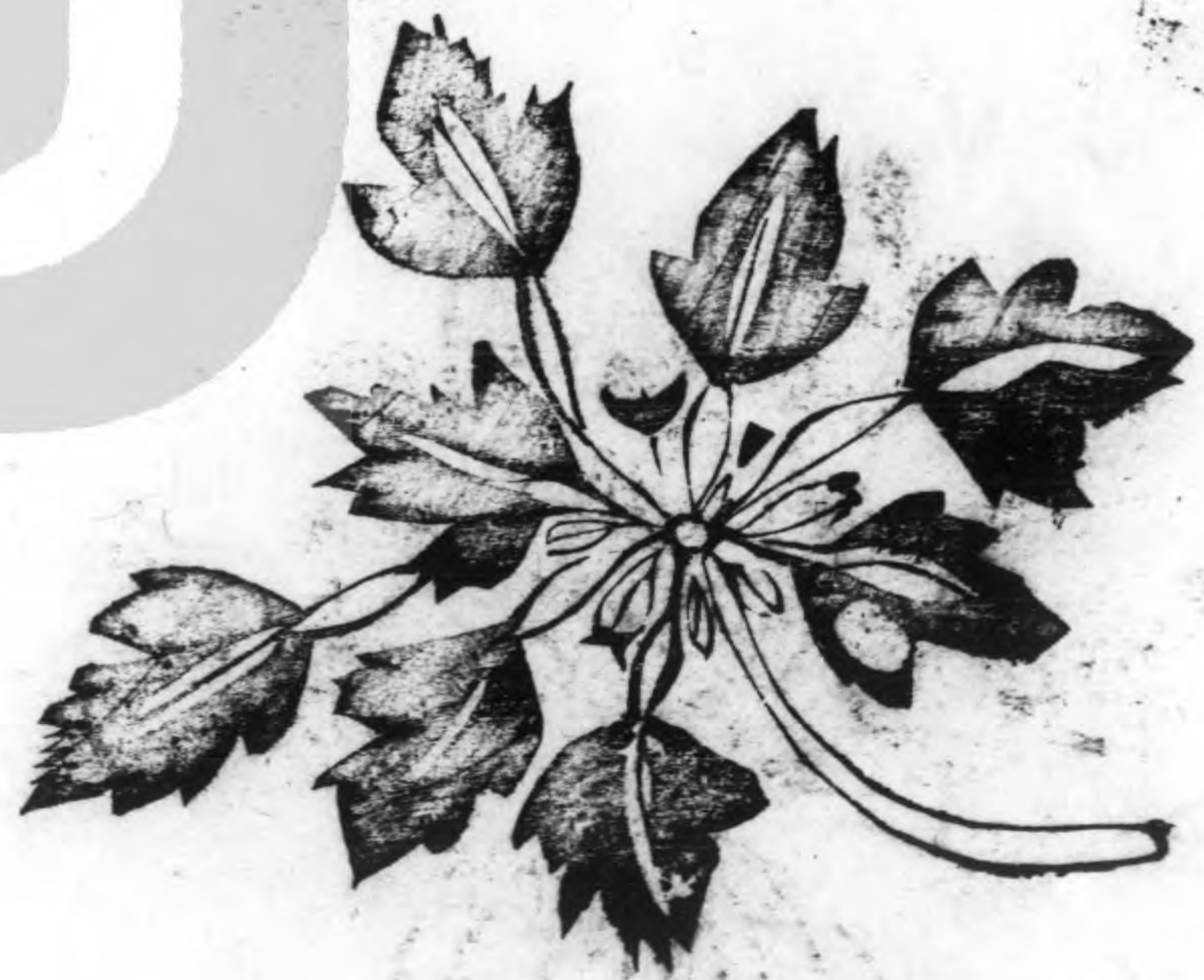
此種俗名綿繭頭其色白其質軟韌可拌粉食



菱科 食莖葉

夏秋采
熟食

采菱科采菱科小舟日
臨清波菱科采得餘幾何
竟無人唱采菱歌風流無
復越溪女但采菱科救飢
餒



燈蛾兒 食葉

二月采
熟食

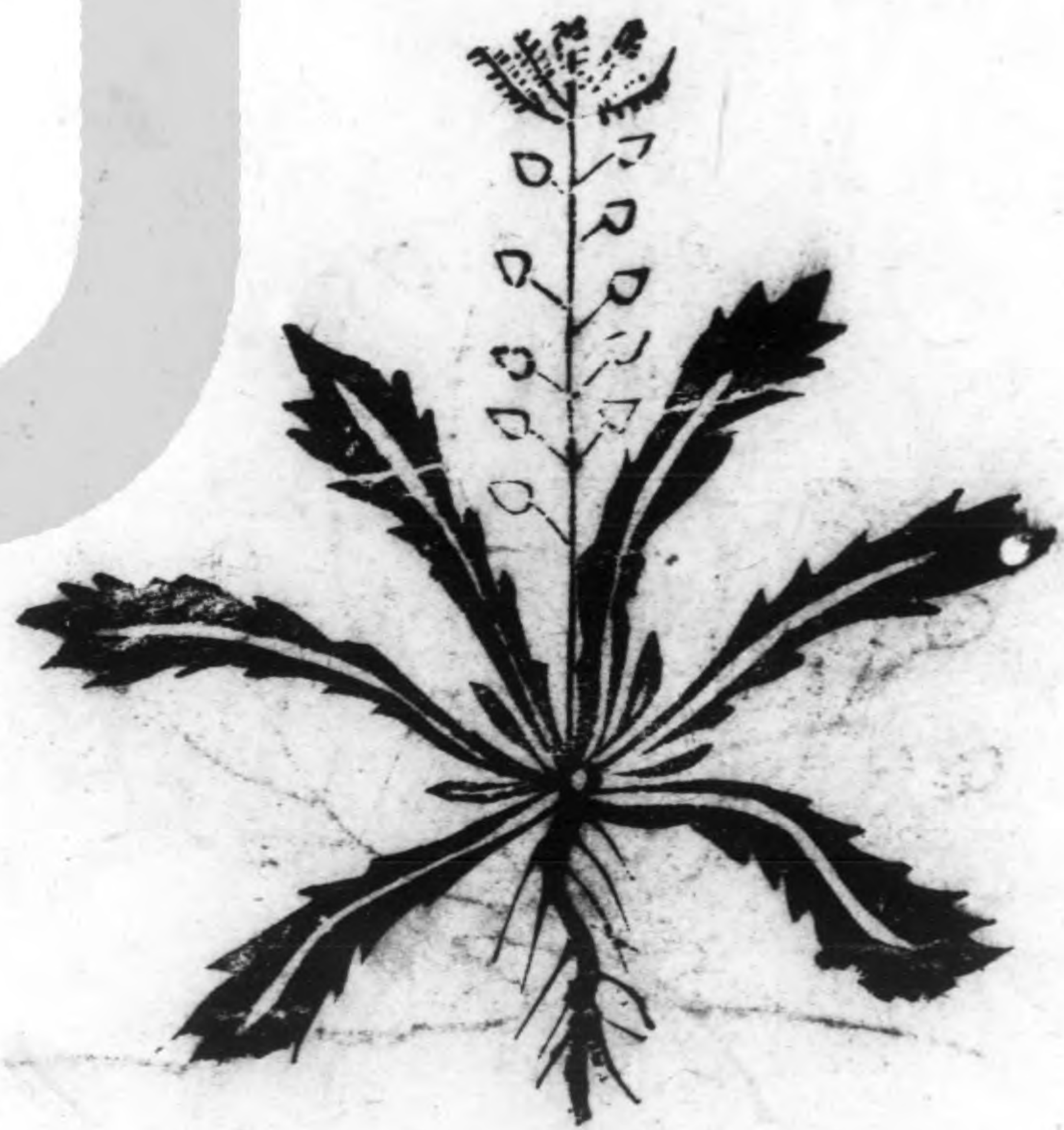
燈蛾兒落滿地化作艸青
青遭此飢荒歲曾見當年
遠絳紗于今燈火幾人家



薺菜兒 食莖葉

春月采之生熟皆可食

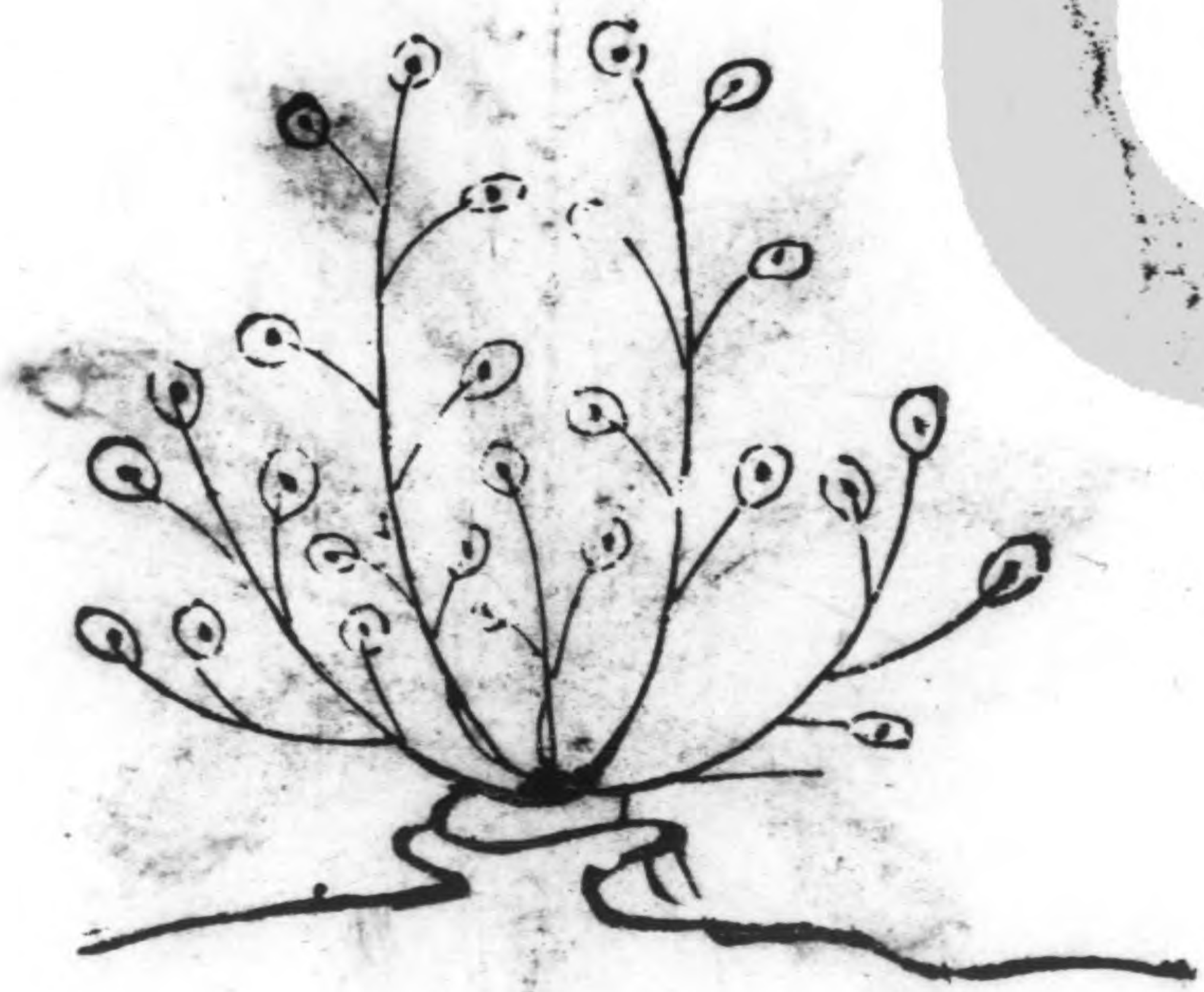
薺菜兒年年有。采之一二遺入九。今年纔出土眼中。挑菜人來不停手。而今狼籍已不堪。安得花開三月



芽兒拳 食葉

正二月采之熟食

芽兒拳生樹邊。白如雪。軟似綿。煮來不食。淚如雨。昨朝兒賣他州府。



板蕎蕎 食葉

正二月和羹采之炊食三四月結角老不

用

板蕎蕎兮吾不識出無路
兮入無室將學道兮歸空
山艸為衣兮木為食



碎米薺 食葉

三月采止

可作羹

碎米薺如布穀想為民飢
天雨粟官倉一月一開放
造物生生無盡藏



天藕兒

食根

根如藕而小熟食，積葉不可食。

天藕兒降平陸活生民如
雨粟昨日湖邊聞野哭忽
憶當年采蓮曲

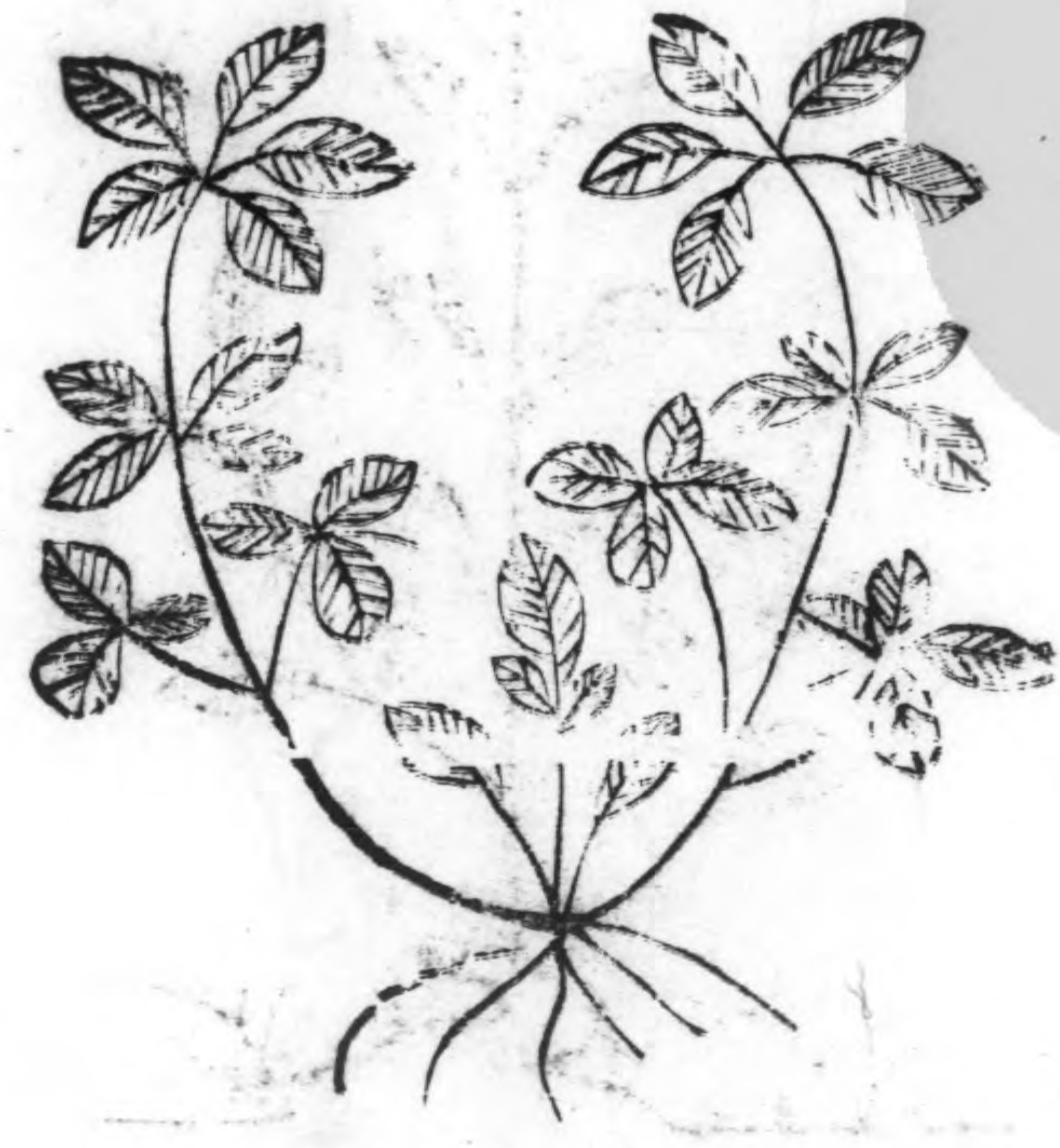


老鶴筋

食葉

二月采之熟食亦可作羹

老鶴筋老鶴筋去年水涸
無纖鱗蟻垤纍纍聲不聞
老鶴何在筋獨存



鵝觀艸食葉

正二月如
夾青炊食

鵝觀艸滿地青青鵝食飽
年來赤地不堪觀又被飢
人分食了鵝觀艸

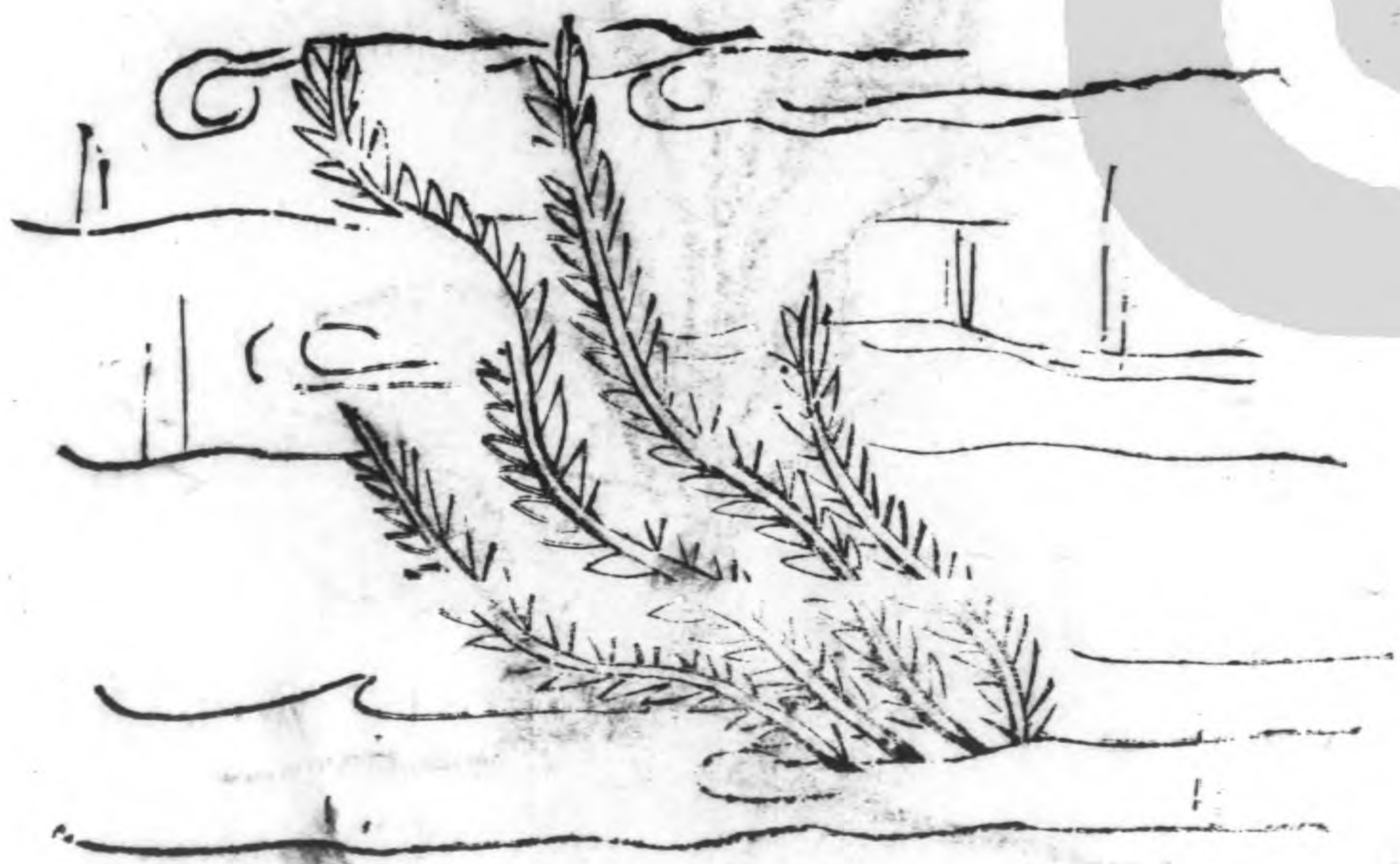


牛尾瘟

食葉

生深水中葉如髮莖
如藻冬月和魚煮食
夏秋亦可食

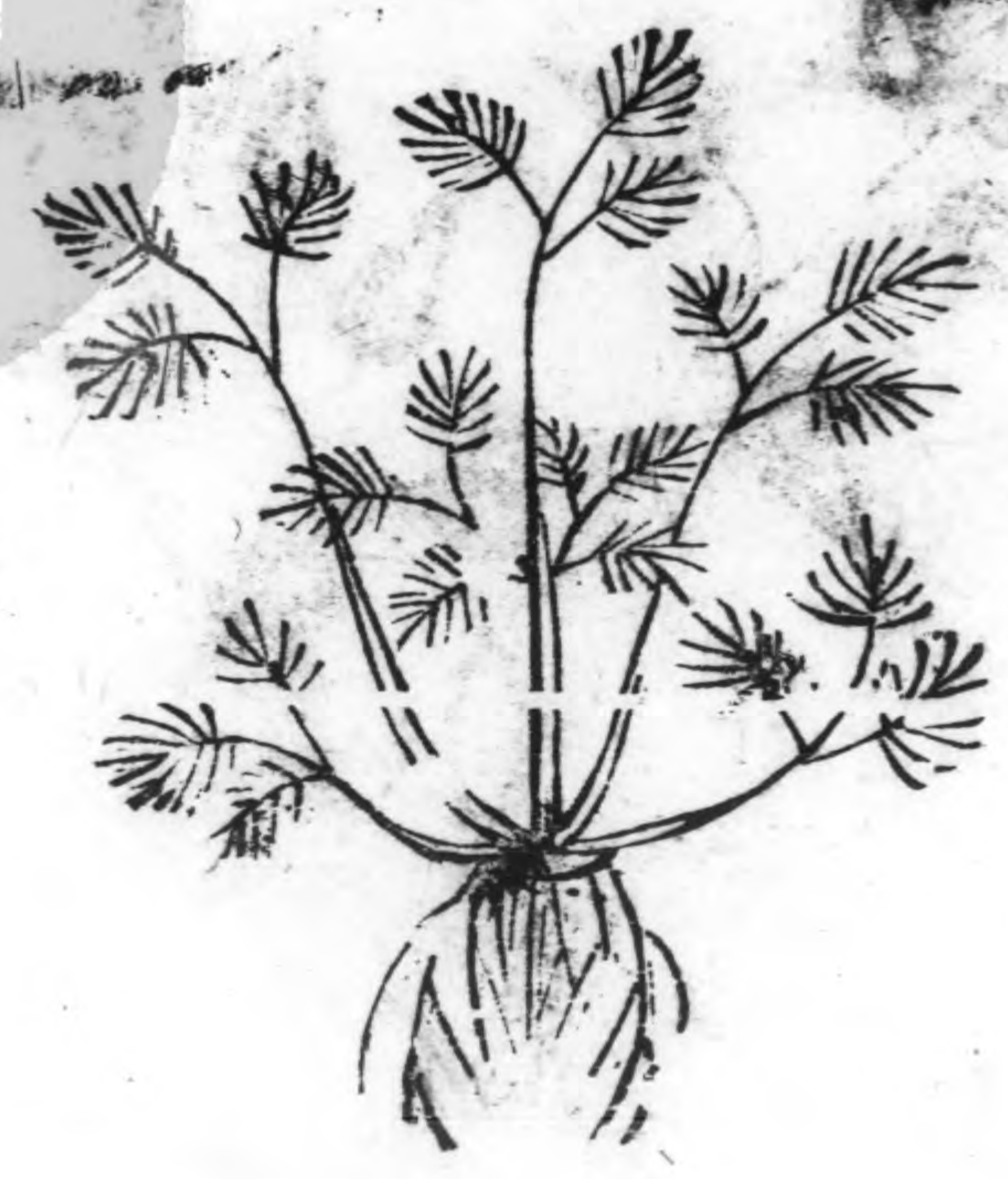
牛尾瘟不敢吞疫氣重流
遠村黃毛特烏毛嫩十莊
九疇無一存摩杪犁耙淚
如湧田中無牛更無種



野蘿蔔 食葉

葉似蘆服 故名熟食

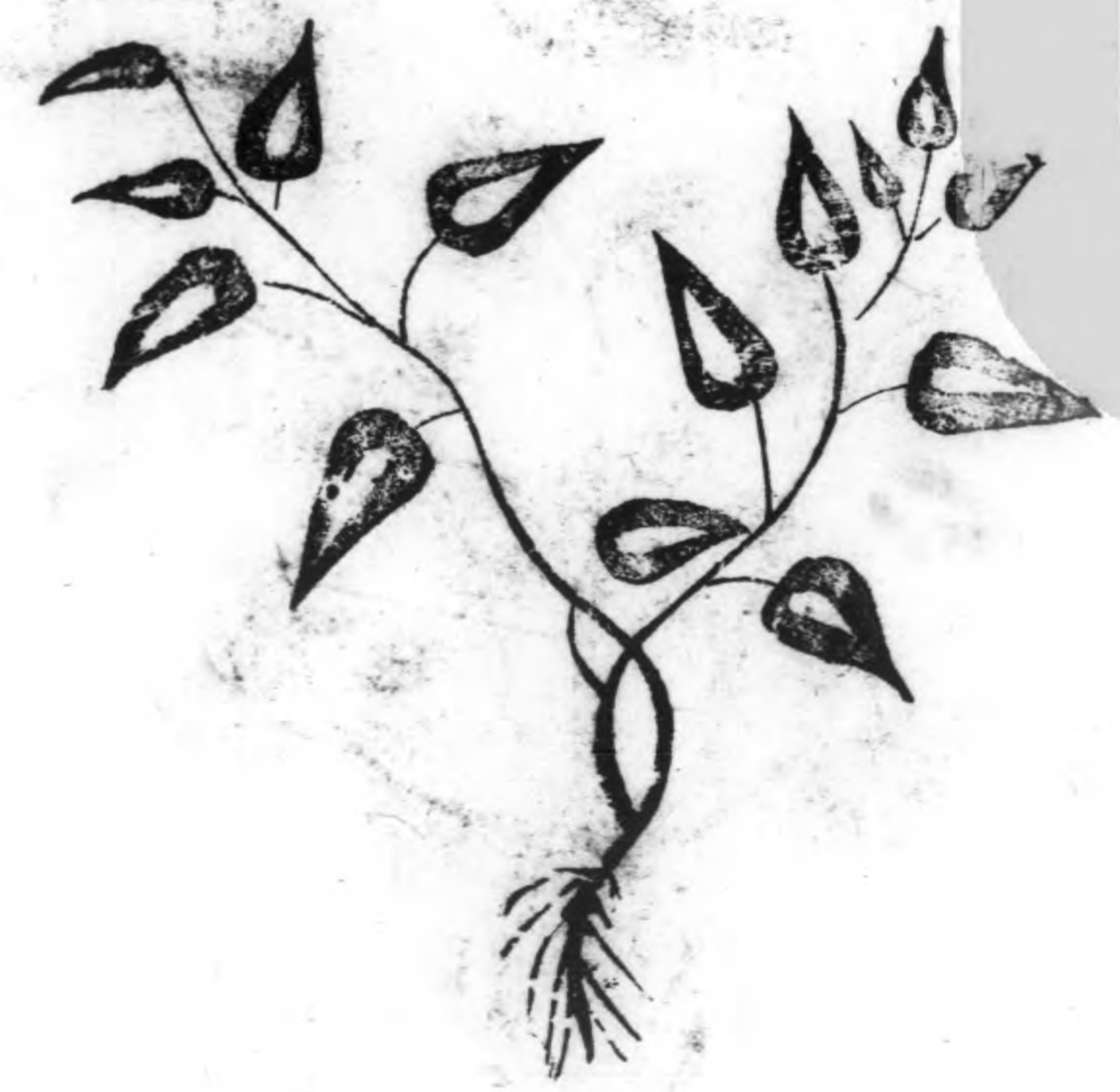
野蘿蔔。生平陸。匪蔓菁。若蘆服。求之不難。烹易熟。飢來獲之。勝梁肉。



兔絲根 根苗俱食

一名兔絲苗。春采。葉。秋冬采根。蒸食。味甘。多食令人眩暈。

兔絲根。美可嘗。千萬結。如鵝腸。飢人得食。不輟口。腸細。食多。死八九。



草鞋片

二三月采熟食

草鞋片。甘貧賤不踏軟。
紅塵嘗行芳草茵。從教
向惡且散。忍向泥塗棄一
任前途阻。長着來猶能
趁趁熟場。



酒

瓜瓜兒 食葉
深秋采之。日乾。和麩
瓜瓜兒。生水濁。却似瓦松。
初出時。須知可食。不可棄。
不能療。痒能療。飢。



雀舌艸 食葉

以形似稱初
生時采熟食

雀舌艸葉似茶采之采之
溪之涯途中飢渴不能進
遍尋烟火無人家



救荒野譜補遺

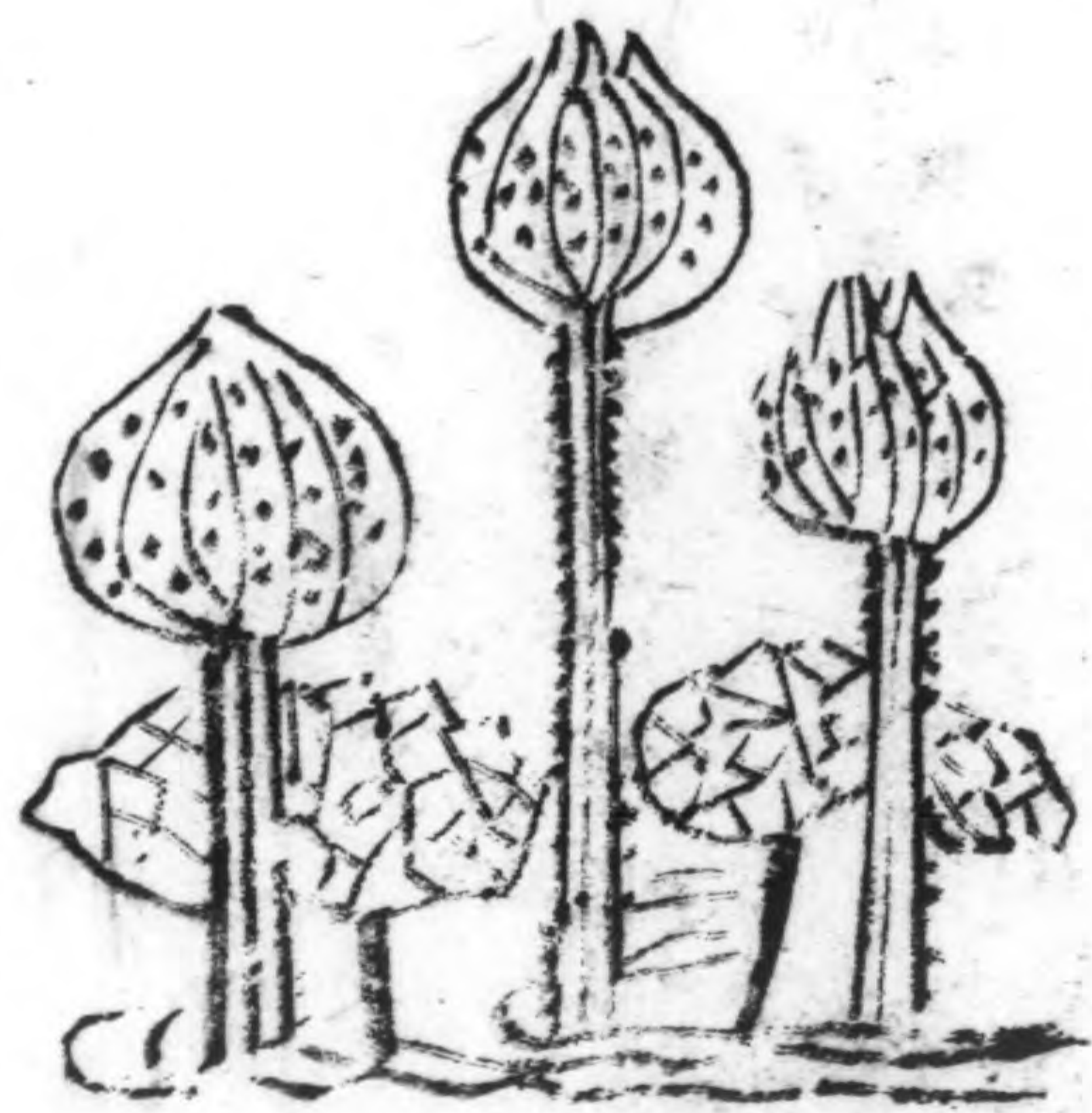
雞頭根 食根

生水中夏秋取之
煮熟油鹽拌食

以下草類

蒿萊野人輯

采雞頭采雞頭清波渺渺
搖輕舟年年采得如琳球
玳筵羅列陳珍饈年來穀
貴雞頭菱但采雞頭根濟
餒



鳳仙花 食根 秋采根 莖鹽拌食之

鳳仙花形似鳳花開時無

心弄連年穀不收采作膏

梁奉門前索舊租剗肉醫

瘡痛辟穀丹靈少處尋征

徭吏苛無門控但願來秋

五穀登還甦溝壑林林衆

四海欣逢堯舜天萬民競

效商周貢_竚听擊壤樂康衢嗟呼轉作豐年頌



葛根 食根及苗

處處有之江浙甚多春生苗荒年掘根作粉食之苗亦可食

豐年宴逸翹蘖迷人采彼

葛根解我宿醒凶年勞苦

不繼饑冷何如葛根飽我

黎民



鼓子花 食根

一名旋花，生川澤，蔓生，葉似山藥，根無毛，節味甘美，荒年掘取蒸食之。

鼓子花，鼓子花，豐年簫鼓

競繁華，今年鼓吹寂無譁。

流離滿眼多傷嗟。



