

共樹本

荒政

救荒本草

木部  
菜部

米穀部

果部

野菜譜

農政全書 第八冊



農政全書

第八冊

明 上海徐光啓原本

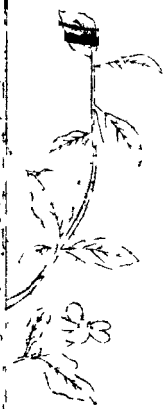
東陽張國維原刻

荒政 採周憲王救荒本草

茶 葉可食

茶

樹



茶樹 有苦茗、綠園、經云生山南、吳中山、山谷、開  
 敷、處產、有性、味、獨、與、諸、方、不、同、今、富、縣、茶、家、由、山、北、花  
 園、力、有、苦、性、樹、大、小、皆、類、他、大、春、切、生、茶、為、山、谷、茶  
 類、又有、新、芽、一、發、便、長、寸、餘、嫩、寬、如、針、刺、至、求、脚、軟  
 枝、除、之、輪、葉、老、則、似、水、茶、白、葉、而、長、又、似、初、生、青、回  
 採、中、而、小、光、澤、又、不、多、生、葉、可、作、茶、飲、世、呼、早、採、者  
 乃、採、晚、取、者、為、茗、一、名、深、入、謂、之、苦、採、今、通、謂、之  
 茶、茶、芽、鮮、近、故、呼、之、又、有、研、治、作、餅、名、為、類、者、皆  
 味、甘、性、微、寒、無、毒、如、茶、葉、煎、茶、等、類、又、有、別、種  
 山中、頂、上、青、茶、云、春、分、前、後、多、採、入、力、侯、雷、初  
 以、雙、餅、手、搗、若、得、四、兩、煎、之、即、為、地、仙  
 救、飢、採、嫩、葉、或、冬、生、葉、可、煮、作、羹、食、或、炒、焙、作  
 茶、皆、可

夜合樹



夜合樹 本草名合歡一名合昏生益州及雍洛山  
 今、鈞、州、鄭、州、山、野、中、亦、有、之、木、似、梧、桐、其、枝、甚、柔  
 弱、似、皂、莢、葉、又、似、槐、葉、極、細、而、密、互、相、交、結、每、一、個  
 來、似、似、用、解、了、不、相、牽、礙、其、葉、至、暮、而、合、故、名、合、昏  
 花、發、利、白、色、如、上、若、絲、茸、然、散、垂、結、實、作、莢、子、極、滑  
 細、味、甘、性、平、無、毒  
 救、飢、採、嫩、葉、燉、熱、水、浸、淘、淨、油、鹽、調、食、晒、乾、燉  
 食、尤、好

木 槿 樹



木槿樹 本草云木槿如小葵花淡紅色五葉成一  
花朝開幕欲花與枝兩用湖南北人家多種植為籬  
障亦有千葉者人家園圃多栽種性平無毒葉味甜  
救飢 採嫩葉燻熟冷水淘淨抽鹽調食

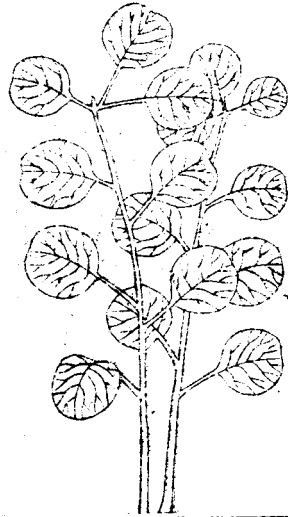
白 楊 樹



白楊樹 本草白楊樹皮舊不載所出州上今處處  
有之此木高大皮白似楊故名葉圓如裂肥大而尖  
葉背甚白葉邊鋸齒狀葉蒂小無風自動也味苦性  
平無毒

救飢 採嫩葉燻熟作成黃色換水淘去苦味洗  
淨抽鹽調食

黃 櫨



黃櫨 生商洛山谷今鈞州鄜州山野中亦有之葉  
圓木黃枝莖色紫赤葉似杏葉而圓大味苦性寒無  
毒木可染黃

救飢 採嫩芽燻熟水淘去苦味油鹽調食  
玄扈先生曰嘗過

椿 樹 芽



椿樹芽 本草有椿木櫨木皆不載所出州土今處  
香可喫櫨木疏而氣臭膻夫熱去其氣亦可喫此人  
呼櫨為山椿江東人呼為虎印葉脫處有瘡如櫨蒲  
子又如眼目故得此名夏中生莢櫨之有花者無莢  
有莢者無花莢常生臭櫨上未見椿上有莢者然世  
俗不辨椿櫨之異故俗名為椿莢其實櫨莢耳其無  
花不實木大端直為櫨俗有花而莢大小輸多透矮者  
為櫨櫨味苦有毒誘味苦有小毒性溫一云性平無  
毒

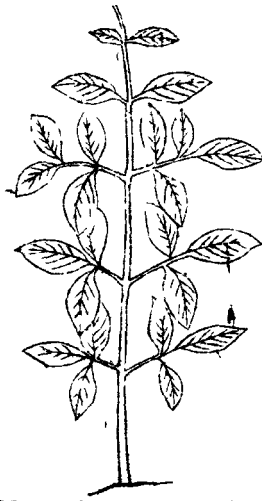
救飢 採嫩芽燻熟水浸淘淨油鹽調食  
玄扈先生曰嘗過

椒 樹



椒樹 本草蜀椒一名南椒一名巴椒一名唐菰生  
 武都川谷及巴郡歸映蜀川陝洛間人家園  
 園多種之高二三尺似茱萸而小有針刺葉似刺楸  
 葉微小葉堅而滑可繫食甚辛而結實無花但生於  
 葉間如豆顆而圓皮紫赤此椒江准及北土皆有之  
 莖皆相類但不及蜀中者皮肉厚腹裏白氣味濃烈  
 耳又云出金州西城者佳味辛性溫大熱有小毒多  
 食令人芝氣口閉者殺之冬月不食椒損氣傷心令  
 人多忘杏仁為之使畏款冬花  
 救飢 採嫩葉燉熱水浸淘淨油鹽調食椒類  
 調和百味香矣

椋 子 樹



椋子樹 本草有椋子木舊不載所出州土今密縣  
 山野中亦有之其樹有大者木則堅重材堪為車輞  
 初生作科條狀類荊條對生枝叉葉似柿葉而薄小  
 兩葉相當對生開白花結子細圓如李子大如豌豆  
 豆生青熟黑味甘鹹性平無毒葉味苦  
 救飢 採葉燉熱水浸淘去苦味洗淨油鹽調食

雲 葉



雲葉 生密縣山野中其樹枝葉皆類桑但其葉如雲頭花又似木藥樹葉微潤開細青黃花其葉味微苦

救飢 採嫩葉燉熟換水浸淘去苦味油鹽調食  
或蒸晒作茶尤佳

黃 棟 樹



黃棟樹 生鄭州南山野中葉似初生椿樹葉而極小又似棟葉色微帶黃開花紫赤色結子如豌豆大生青熟亦紫赤色葉味苦

救飢 採嫩芽葉燉熟換水浸去苦味油鹽調食  
蒸芽曝乾亦可作茶煮飲



凍青樹



凍青樹 生密縣山谷間。樹高丈許。枝葉似桐骨子。樹而極茂盛。凌冬不凋。又似榿子。樹葉而小亦似榿。芽葉微窄。頭頗圓而不尖。開白花。結子如豆粒大。青黑色。葉味苦。

救飢 採芽葉。煤熟。水浸去苦味。淘洗淨。油鹽湯食。

楫芽樹



楫芽樹 生輝縣山野中。科條似槐條。葉似冬青葉。微長。開白花。結青白子。其葉味甜。

救飢 採嫩葉。煤熟。水淘淨。油鹽湯食。

月芽樹



月芽樹 又名芴芽。生田野中。莖似槐條。葉似歪頭菜。葉微短。稍硬。又似樸芽。葉頗長。其葉兩兩對生。味甘微苦。

救飢 採嫩葉。燥熟。水浸淘淨。油鹽調食。

女兒茶



女兒茶 一名牛李子。一名牛筋子。生田野中。科條高五六尺。葉似郁李子。葉而長大。稍尖。葉色光滑。又似白棠子。葉而色微黃綠。結子如豌豆大。生則青熟則黑。茶褐色。其葉味淡微苦。

救飢 採嫩葉。燥熟。水浸淘淨。油鹽調食。亦可蒸曝作茶。煮飲。

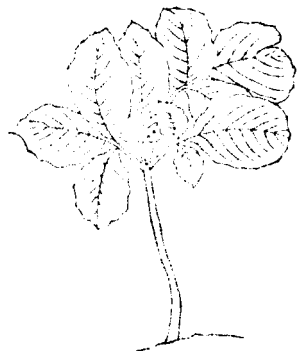
省 沽 油



省沽油 又名珍珠花生釣州風谷頂山谷中科條似荆條而圓對生枝叉葉亦對生葉似鹽臚布袋葉而大又似葛藤葉却小每三葉攢生一處開白花似珍珠色葉味甘苦

救飢 採葉燂熟水浸淘淨油鹽調食

白 槿 樹



白槿樹 生密縣梁家衝山谷中樹高五七尺葉似茶葉而甚潤大光潤又似初生青岡葉而無花叉又似山榕刺樹葉亦大開白花其葉味苦

救飢 採葉燂熟水浸淘淨油鹽調食

同 同 醋

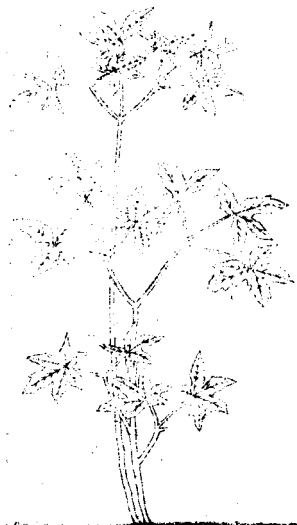


同同醋 一名淋樸椒，生密縣、韶華山、山野中，樹高丈餘，葉似兜欏樹葉而厚大，邊有大鋸齒，又似厚樸葉而亦大，或三葉，或五葉，排生一莖，開白花，結子大如豌豆，熟則紅紫色，味酸，葉味微酸。

救飢 採葉燻熟，水浸去酸味，淘淨，油鹽調食，其

子調和湯味如醋。

槭 樹 芽

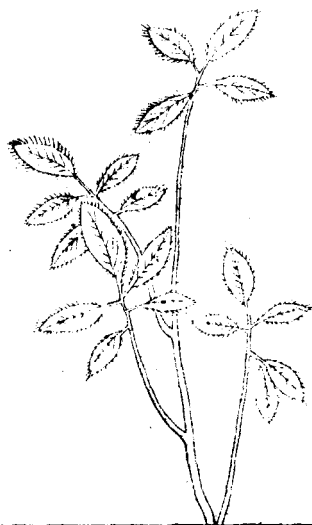


槭樹芽 生鈞州、風谷、頂山、谷間，木高一二丈，其葉狀類野葡萄葉，五花尖，亦似錦花菜而薄小，又似絲瓜葉，却甚小，而淡黃綠色，開白花，葉味甜。

救飢 採葉燻熟，以水浸，作成黃色，換水淘淨，油

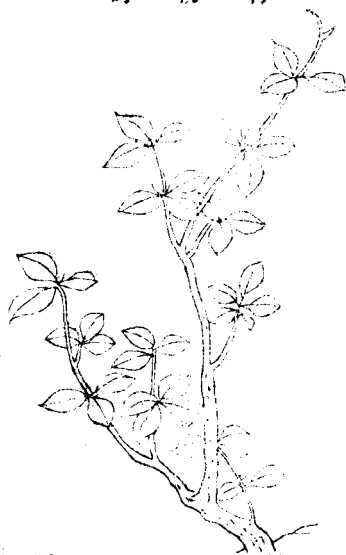
鹽調食。

老葉兒樹



老葉兒樹 生密縣山野中，樹高六七尺，葉似茶葉而窄瘦尖削，又似李子葉而長，其葉味甘微澁。  
救飢 採葉燻熟水浸去澁味，淘洗油鹽調食。

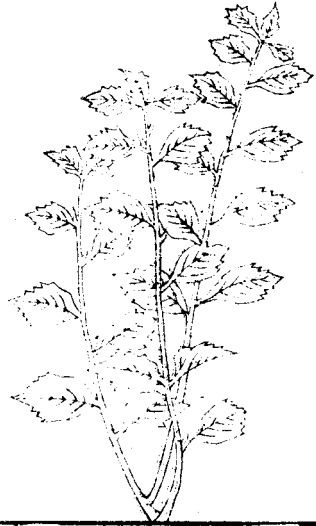
青楊樹



青楊樹 在處有之，今密縣山野間亦多有，其樹高大，葉似白楊樹葉而狹小，色青皮亦頗青，故名青楊，其葉味微苦。

救飢 採葉燻熟水浸作成黃色，換水淘洗油鹽調食。

龍 栢 芽



龍栢芽 出南陽府馬鞍山中。此木久則亦大。葉似  
初生椴櫟小葉而短。味微苦。

救飢 採芽葉燉熟。換水浸淘淨。油鹽調食。

兜 櫨 樹



兜櫨樹 生密縣梁家衝山谷中。樹甚高大。其木枯  
朽極透。可作香焚。俗名壞香。葉似圓。醋樹葉而薄  
窄。又似花櫨樹葉。却少花。又葉皆對生。味苦。

救飢 採嫩芽葉燉熟。水浸去苦味。淘洗淨。油鹽  
調食。

青岡樹



青岡樹 舊不載所出州土今處處有之其木大而結橡斗者爲橡棗小而結橡斗者爲青岡其青岡樹枝葉條幹皆類橡棗但葉色頗青而少花又味苦性平無毒

救飢 採嫩葉燻熟以水浸漬作成黃色換水淘洗淨油鹽調食

檀樹芽



檀樹芽 生密縣山野中樹高一二丈葉似槐葉而長大開淡粉紫花葉味苦

救飢 採嫩芽葉燻熟換水浸去苦味淘洗淨油鹽調食

山 茶 科



山茶科 生中牟上山田野中，科條高四五尺，枝梗  
灰白色，葉似皂莢葉而剛，又似槐葉亦剛，四五葉攢  
生一處，葉甚稠密，味苦。

救飢 採嫩葉，曝熟水淘洗淨，油鹽調食，亦可蒸  
曬乾做茶羹飲。

葛 木



木葛 生新鄭縣山野中，樹高丈餘，枝似杏枝，葉似  
杏葉而剛，又似葛根葉而小，味微甜。  
救飢 採葉，曝熟水浸淘淨，油鹽調食。



花 椒 樹



花椒樹 生密縣山野中其樹高大葉似回回醋葉  
微薄又似兜櫨樹葉邊有鋸齒又其葉味苦

救飢 採嫩芽葉燻熟換水浸去苦味淘洗淨油

鹽調食

白 辛 樹



白辛樹 生滎陽塔兒山岡野間樹高丈許葉似青  
檀樹葉頗長而薄色微淡綠又似月芽樹葉而大色  
亦差淡其葉味甘微澁

救飢 採葉燻熟水浸淘去澁味油鹽調食

木藥樹



木藥樹 生密縣山谷中樹高丈餘葉似楸葉而寬  
大稍薄開淡黃花結薄殼中有子大如豌豆烏黑色  
人多摘取串作數珠葉味淡甜

救飢 採嫩芽葉燻熟換水浸淘淨油鹽調食

烏稜樹



烏稜樹 生密縣梁家衝山谷中樹高丈餘葉似省  
沾油樹葉而背白又似老婆布粘葉微小而筋開白  
花結子如梧桐子大生青熟則烏黑其葉味苦

救飢 採葉燻熟換水浸去苦味作過海洗淨油  
鹽調食

鹽調食

刺 楸 樹



刺楸樹 生密縣山谷中其樹高大皮色蒼白上有黃白斑其枝梗間多有大刺葉似楸葉而薄味甘  
救飢 採嫩芽葉煤熱水浸淘洗淨油鹽調食

黃 絲 藤



黃絲藤 生輝縣太行山谷中條類葛條葉似山  
格刺葉而小又似婆婆枕頭葉頗硬背微白邊有細  
鋸齒味甜  
救飢 採葉煤熱水浸淘淨油鹽調食

山 格 刺 樹



山格刺樹 生密縣韶華山山野中，作料條生，葉似白椴樹葉，頗短而尖，舫又似茶樹葉而闊大，又似老婆布黏葉亦大，味甘。

救飢 採葉燉熟，水浸作成黃色，淘洗淨，油鹽調食。

統 樹



統樹 生輝縣太行山谷中，其樹高丈餘，葉似槐葉而大，却頗軟薄，又似椴樹葉而薄小，開淡紅色花，結子如菜豆大，熟則黃茶褐色，其葉味甜。

救飢 採葉燉熟，水浸淘淨，油鹽調食。

報馬樹



報馬樹 生輝縣太行山山谷間。枝條似桑條。其葉似青檀葉而大。邊有花叉。又似白辛葉。頗大而長硬。葉味甜。

救飢 採嫩葉。燉熟。水淘淨。油鹽調食。硬葉。燉熟。

水浸作成黃色。淘去涎沫。油鹽調食。

樹椒

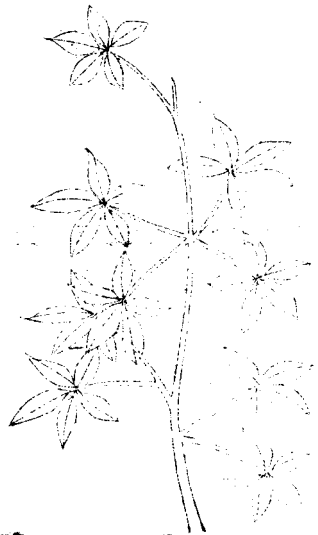


樹椒 生輝縣太行山山谷間。樹甚高大。其木細膩。可為卓器。枝又對生。葉似木樨葉而長。大微薄。色頗淡綠。皆作五花。極又邊有鋸齒。開黃花。結子如豆粒。大。色青白。葉味苦。

救飢 採嫩葉。燉熟。水浸去苦味。淘洗淨。油鹽調食。

臭

蕓



臭蕓 生密縣楊家衝山谷中，科條高四五尺，葉似  
 梓瓜葉而尖，舩又似金銀花葉，亦尖舩。五葉攢生如  
 一葉，開花白色，其葉味甜。

救飢 採葉燂熟，水浸淘淨，油鹽調食。

堅 蕓 樹



堅蕓樹 生輝縣太行山山谷中，其樹枝幹堅勁，可  
 以作棒，皮色烏黑，對分枝，葉亦對生，葉似撈裏葉  
 而大微薄，其色淡綠，又似上巒樹葉，極大而光潤，開  
 黃花，結小紅子，其葉味苦。

救飢 採嫩葉燂熟，水浸去苦味，淘淨，油鹽調食。

臭竹樹



臭竹樹 生輝縣太行山山野中樹甚高大葉似楸葉而厚頗簡却少花又似拐棗葉亦大其葉面青背白味甜

救飢 採葉燂熟水浸去邪臭氣味油鹽調食

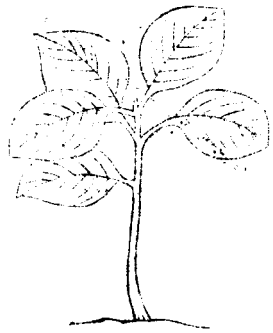
馬魚兒條



馬魚兒條 俗名山皂角生荒野中葉似初生刺藤花葉而小枝梗色紅有刺似棘針微小葉味甘微酸

救飢 採葉燂熟水浸淘淨油鹽調食

老婆布鞋



老婆布鞋 生鈞州風谷頂山野間科條淡蒼黃色  
葉似匙頭樣色嫩綠而光俊又似山格刺葉却小味  
甘性缺

救飢 採葉燻熟水浸作過淘淨油鹽調食



上海徐光啓原本

明東陽張國維

穀城方岳真原刻

荒政 採周憲王救荒本草

木部 實可食

蕤核樹



蕤核樹 俗名蕤李子。生函谷川谷及巴西河東皆  
有。今古嶠關西茶店山谷間亦有之。其木高四五尺。  
枝條有刺。葉細似枸杞葉而尖長。又似桃葉而狹小。  
亦薄。花開白色。結子紅紫色。附枝莖而生。狀類五珠。  
子其核仁味甘。性溫微寒無毒。其果味甘酸。

救飢 摘取其果紅紫色熟者食之。

酸棗樹

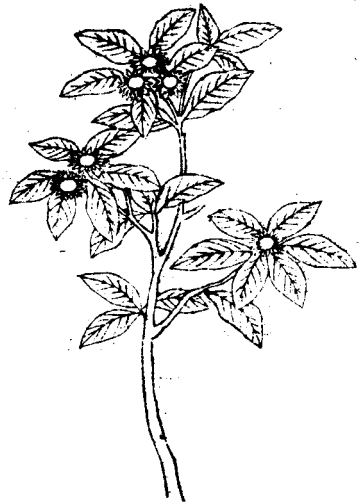


酸棗樹 爾雅謂之飢棗。出河東川澤。今城壘墟野  
間多有之。其木似棗而皮細。莖多棘刺。葉似棗葉微  
小。花似棗花。結實紅紫色。似棗而圓小。核中人微扁。  
名酸棗。入藥用。味酸性平。一云性微熱。惡防己。  
救飢 採取其棗為果食之。亦可釀酒。熬作燒酒。

飲未紅熟時。採取覓食亦可。

立庵先生曰。嘗過。

櫟子櫟



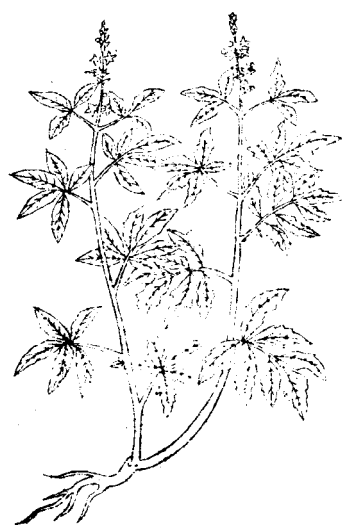
櫟子樹 本草櫟實櫟木子也其殼一名籽斗所在山谷有之木高二三丈葉似栗葉而大開黃花其實綠也有綠蒙自裂其殼即櫟斗也櫟實味苦澁性微溫無毒其殼斗可染皂

救飢 取子換水浸煮十五次淘去澁味蒸極熟食之厚腸胃肥健人不飢

立扈先生曰食麥櫟令人健行

又曰取子碾或春或磨細水淘去苦味次淘取粗查飼豕甚充腸淘取細粉如製真粉天花粉法與粟粉不異也凡木實草根去惡味取淨粉法並同

荆子



荆子 本草有牡荆實一名小荆實俗名黃荆生河間南陽宛旬山谷并眉州蜀州平壽都鄉高岸及田野中今處處有之即作簦杖者作科條生枝莖堅勁對生枝叉葉似麻葉而疎短又有葉似椴葉而短小却多花叉者開花作穗花色粉紅微帶紫結實大如黍粒而黃黑色味苦性溫無毒防風爲之使惡石查烏頭陶隱居登真隱訣云荆木之華葉通神見鬼精救飢 採子換水浸淘去苦味晒乾搗磨爲麵食之

實棗兒樹



實棗兒樹 本草名山棗英一名蜀棗一名雞足一名魁實一名鼠矢生漢中川谷及琅邪宛句東海承縣海州今鈞州密縣山谷中亦有之木高丈餘葉似榆葉而寬稍團紋脈微粗開淡黃白花結實似酸棗大微長兩頭尖腩色赤既乾則皮薄味酸性平微溫無毒一云味鹹辛大熱蓼實爲之使惡桔梗防風防已

救飢 摘取實棗紅熟者食之

孩兒拳頭



孩兒拳頭 本草名裝蓮一名擊蓮一名羿先舊不著所出州土但云所在山谷多有之今輝縣太行山山野中亦有其木作小樹葉似木槿而薄又似香葉頗大亦薄濼枝葉間開黃花結子似瘦疏兩兩切並四四相對數對共爲一攢生則青熟則赤色味甘苦性平無毒蓋檀榆之類也其皮堪爲藥

甚美

救飢 採子紅熟者食之又煎枝汁少加水作粥立扈先生曰詩疏云斫檀不得得擊迷卽此木也

山 菓 兒



山菓兒 一名金剛樹，又名鉄刷子，生鈞州山野中。科條高三四尺，枝條上有小刺，葉似杏葉，頗圓，小開白花，結實如葡萄，顆大，熟則紅黃色，味甘酸。

救飢 採實食之。

山 裏 果 兒



山裏果兒 一名山裏紅，又名映山紅果，生新鄭縣山野中。枝莖似初生桑條，上多小刺，葉似菊花葉，圓，又似花桑葉，亦圓，開白花，結紅果，大如櫻桃，味甜。

救飢 採樹熟果食之。

無花果



無花果 生山野中，今人家園圃中亦栽。葉形如葡萄葉，頗長硬而厚，稍作三叉。枝葉間生果，初則青小，熟大狀如李子，色似紫茄色，味甜。

救飢 採果食之。

治病 今人傳說治心痛，用葉煎湯服甚効。

立扈先生曰：子本佳果，第須良種，宜廣植之。

青舍子條



青舍子條 生寧縣山谷間。科條微帶柿黃色，葉似胡椒子葉，而光俊微尖。枝條稍間開淡粉紫花，結子似枸杞子，微小，生則青，而後變紅，熟則紫黑色，味甜。

救飢 採摘其子紫熟者食之。

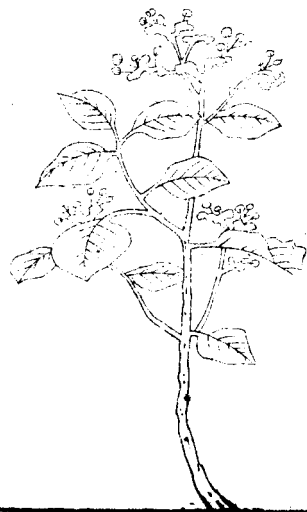
白棠子樹



白棠子樹 一名沙棠梨兒 一名羊繡子樹 又名剪子果 生荒野中 枝梗似棠梨樹枝而細 其色微白 葉似棠葉而窄小 色亦頗白 又似女兒茶葉 却大而背白 結子如豌豆大 味酸甜。

救飢 其子甜 熟時摘取食之。

拐棗



拐棗 生密縣梁家衝山谷中 葉似楮葉而無花 又却更尖 鞘面多紋脈 邊有細鋸齒 開淡黃花 結實狀似生薑 拐又而細短 深茶褐色 故名拐棗 味甜。

救飢 摘取拐棗成熟者食之。

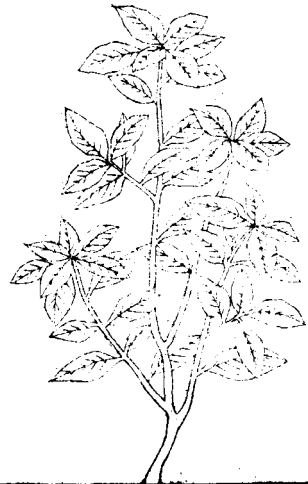
木桃兒樹



木桃兒樹 生中牟土山間，樹高五尺餘，枝條上氣脈積聚為疙瘡狀，類小桃兒，極堅實，故名木桃。其葉似楮葉而狹小，無花，又有細鋸齒，又似青檀葉，稍闊，又開淡紫花，結子似梧桐子而大，熟則淡銀褐色，味甜可食。

救飢 採取其子熟者食之。

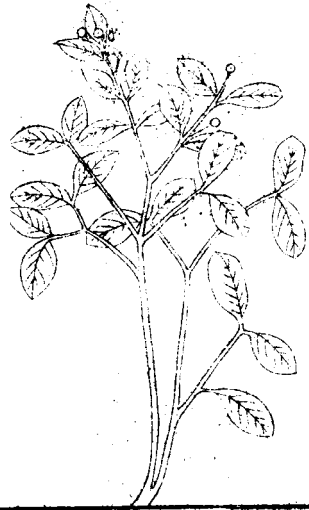
石岡橡



石岡橡 生汜水西茶店山谷中，其木高丈餘，葉似橡，葉極小而薄，邊有鋸齒而少花，又開黃花，結實如橡斗而極小，味澁微苦。

救飢 採實換水煮五七次，令極熟食之。

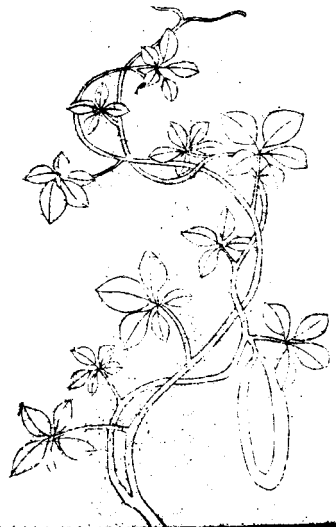
白茶水



水茶曰 生密縣山谷中，科條高四五尺，莖上有小刺，葉似大葉胡枝子，葉而有尖，又似黑豆葉而光厚，亦尖，開黃白花，結果如杏大，狀似甜瓜瓣而色紅，味甜酸。

救飢 果熟紅時，摘取食之。

野木瓜

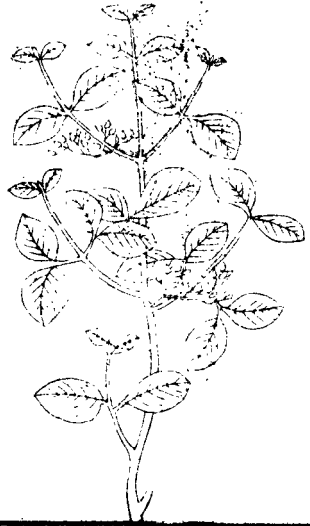


野木瓜 一名八月槿，又名柎瓜，出新鄭縣山野中，蔓延而生，妥附草木上，葉似黑豆葉，微小，光澤，四葉攢生一處，結瓜如肥皂大，味甜。

救飢 採嫩瓜換水煮食，樹熟者亦可摘食。



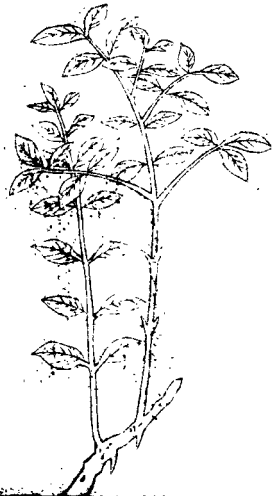
土藥樹



土藥樹 生汜水西茶店山谷中其木高大堅勁人常採所以為秤籜葉似木葛葉微狹而厚背頗白微毛又似青楊葉亦窄開淡黃花結子小如豌豆而圓生則青色熟則紫黑色味甘

救飢 摘取其實紫熟者食之

驢布袋



驢布袋 生鄭州沙岡間科條高四五尺枝梗微帶赤黃色葉似郁李子葉頗大而光又似省沽油葉而尖頗齊其葉對生開花色白結子如菜豆大兩兩並生熟則紅色味甜

救飢 採紅熟子食之

婆婆頭



婆婆枕頭 生鈞州密縣山坡中，科條高三四尺，葉似櫻桃葉而長，開黃花，結子如菜豆大，生則青，熟紅色，味甜。

救飢 採熟紅子食之。

吉利子樹



吉利子樹 一名急藤子，荒野處有之，科條高五六尺，葉似野桑葉而小，又似櫻桃葉亦小，枝葉間開五瓣小尖花，碧玉色，其心黃色，結子如椒粒大，兩兩並生，熟則紅，味甜。

救飢 其子熟時採摘食之。

明 上海徐光啓原本

東陽張國維 原刻

荒政 採周憲王救荒本草

木部 葉及實皆可食

杞 梅



枸杞 一名杞根 一名枸杞 一名地輔 一名羊乳 一名地  
 仙苗 一名托盧 或名天精 或名即老 一名西王母杖 一名地  
 處有之 其俗呼為甜菜 子根名地骨 生常山 平澤 今  
 檉葉而軟 薄莖 葉間開紅紫花 隨便結實 形如棗  
 核 熟則紅色 味微苦 性寒 根大 莖子微寒 無毒 白色  
 無刺 者長 陝西枸杞 長一二丈 圍數寸 無刺 根皮如  
 厚杜 甘美 異於諸處 生子如櫻桃 全少 核暴乾 如餅  
 救飢 採葉 燻熟 水淘 淨 油鹽 調食 作美 食 皆可  
 飲之 子紅 熟時 亦可 食 若 渴 煮 菜 作 飲 以 代 茶

玄扈先生曰嘗過子木勝葉亦嘉蔬

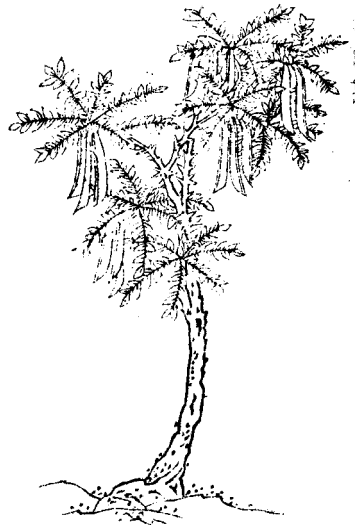
樹 栢



栢樹 本草有栢實 生太山山谷及陝州宜州 其乾  
 用者最佳 蜜州側栢葉尤佳 今處處有之 味甘 一云  
 味甘 子性平 無毒 葉味苦 一云味苦 辛 微溫 無毒 牡  
 蠣及桂瓜子為之使 畏菊花羊蹄草 諸石及麩麩  
 救飢 列仙傳云 赤松子食栢子 齒落更生 採栢  
 葉 新生 并嫩者 換水 浸其 苦味 初食 苦澁  
 入蜜 或棗肉 和食 尤好 後稍 易喫 遂不復

飢冬不寒 夏不熱

皂 莢 樹



皂莢樹 生雍州川谷及魯之鄒縣懷孟產者爲勝  
 今處處有之其木極有高大者葉似槐葉瘦長而尖  
 枝間多刺結實有三種形小者爲猪牙皂莢長又有  
 長六寸及尺一者用之當以肥厚者爲佳味辛鹹性  
 溫有小毒栢實爲之使惡麥門冬畏空青人參苦參  
 可作沐藥不入湯

救 飢

採嫩葉蝶熟換水浸洗淘淨油鹽調食又  
 以子不拘多少炒香去赤皮浸軟煮熟以  
 糖漬之可食  
 立見先生曰嘗過

楮 桃 樹



楮桃樹 本草名楮實一名穀實生少室山今所在  
 有之樹有二種一種皮有斑花紋謂之斑穀人多用  
 皮爲冠一種皮無花紋枝葉大相類其葉似葡萄作  
 瓣又上多毛澁而有子者爲佳其桃如彈大青綠色  
 後漸變深紅色乃成熟浸洗去穢取中子入藥一云  
 皮斑者是楮皮白者是穀皮可作紙實味甘性寒藥  
 味甘性涼俱無毒

救 飢

採葉并楮桃帶花蝶爛水浸過握乾作餅  
 帶熟食之或取樹熟楮桃紅色食之甘美  
 不可久食令人骨軟  
 立見先生曰嘗過子花勝藥

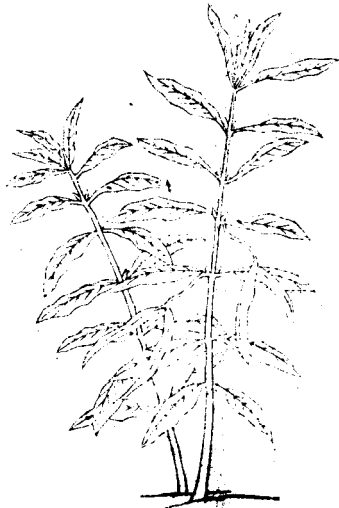
樹 柘



柘樹 本草有柘木舊不載所出州土今北土處處有之其木堅勁皮紋細密上多白點枝條多有刺葉比桑葉甚小而薄色頗黃淡葉稍背三叉亦堪飼蠶綿柘刺心葉似柿葉微小枝葉間結實狀如楮桃而小熟則亦有紅葉味甘酸葉味甘微苦柘木味甘性溫無毒

救飢 採嫩葉燉熟以水浸作成黃色換水浸去邪味以水淘淨油鹽調食其實紅熟甘酸

科 角 羊 木



木羊角科 又名羊桃一名小桃花生荒野中紫莖葉似初生桃葉光俊色微帶黃枝間開紅白花結角似豇豆角甚細而尖觶每兩兩角並生一處味微苦酸

救飢 採嫩稍葉燉熟水浸淘淨油鹽調食嫩角亦可燉食

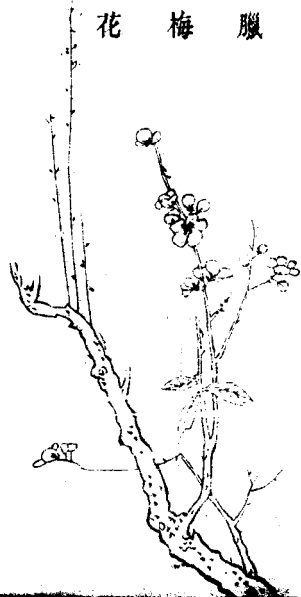
青檀樹



青檀樹 生中牟南沙岡間其樹枝條紋細薄葉形  
類棗微尖解背白而澁又似白辛樹葉微小開白花  
結青子如梧桐子大葉味酸澁實味甘酸

救飢 採葉燻熟水浸淘去酸味油鹽調食其實  
成熟亦可摘食

臘梅 花



木部 花可食

臘梅花 多生南方今北土亦有之其樹枝條極細  
李其葉似桃葉而寬大紋微籠開淡黃花味甘微苦  
救飢 採花燻熟水浸淘淨油鹽調食

藤花菜



藤花菜 生荒野中沙岡間科條叢生葉似阜角葉而大又似嫩椿葉而小淡黃綠色枝間開淡紫花味甘

救飢

採花燻熟水浸淘淨油鹽調食微焯過晒乾燻食尤佳

瓠齒花

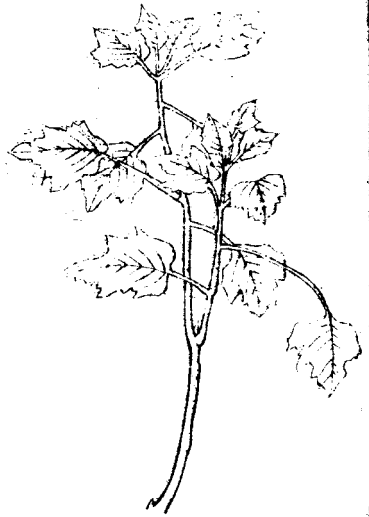


瓠齒花 本名錦雞兒又名醬瓣子生山野間中州人家園宅間亦多栽葉似枸杞子葉而小每四葉攢生一處枝梗亦似枸杞有小刺開黃花狀類雞形結小角兒味甜

救飢

採花燻熟油鹽調食炒熟喫茶亦可

楸 樹



楸樹 所在有之。今密縣梁家衝山谷中多有樹甚高大。其木可作琴瑟。葉類梧桐葉而薄小。葉稍作三角尖。又開白花。味甘。

殺飢 採花燻熟。油鹽調食。及將花晒乾。或燻或炒。皆可食。

馬 棘



馬棘 生於陽岡野間。科條高四五尺。葉似夜合樹葉而小。又似蒺藜葉而硬。又似新生皂莢科葉亦小。稍間開粉紫花。狀似錦雞兒花。微小。味甘。

殺飢 採花燻熟。水浸淘淨。油鹽調食。



芽 樹 槐



槐樹芽 本草有槐實生河南平原今處處有之其  
 葉者名酸槐又有畫合夜開者名守宮槐葉細而青  
 綠者但謂之槐其功用不言有別開黃花結實似豆  
 角狀味苦酸鹹性寒無毒原天為之德  
 救飢 採嫩芽燻熟水浸淘洗去苦味油鹽調  
 食或採槐花炒熟食之  
 玄扈先生曰嘗過花性大冷亦難食  
 晉人多食槐葉又槐葉枯落者亦拾取和米煮成  
 食之嘗見曹都諫員子述其鄉先生某云世間真  
 味獨有二種謂槐葉黃蘗黃蘗黃飯也  
 乙卯見趙六亭民某言食槐芽法燻熟置新磚瓦  
 上陰乾其燥如是三過絕不若凡食樹芽葉並究  
 用此法去其苦味

樹 梨 棠



棠梨樹 今處處有之生荒野中葉似蒼朮葉亦有  
 圓葉者有三又葉者葉邊皆有鋸齒又似女兒茶葉  
 其葉色頗白開白花結棠梨如小楝子大味甘酸花  
 葉味微苦  
 救飢 採花燻熟食或曬乾磨麪作燒餅食亦可  
 及採嫩葉燻熟水浸淘淨油鹽調食或蒸  
 晒作茶亦可其棠梨經霜熟時摘食甚美

文冠花



文冠花 生鄭州南荒野間陝西人呼爲崖木瓜樹  
高丈許葉似榆樹葉而狹小又似山茱萸葉亦細短  
開花彷彿似藤花而色白德長四五寸結實狀似枳  
殼而三瓣中有子二十餘顆如肥皂角子子中瓢如  
粟子味微淡又似米麩味甘可食其花味甜其葉味  
苦

救飢

採花燂熟油鹽調食或採葉燂熟水浸淘

去苦味用油鹽調食及摘實取子煮熟食

芝廬先生曰嘗過子本嘉果花甚多可食

桑椹樹



桑椹樹 本草有桑根白皮舊不載所出州土今處  
處有之其葉飼蠶結實爲桑椹有黑白二種桑之精  
英盡在於椹桑根白皮東行根益佳肥白者良出上  
者不可用殺人味甘性寒無毒製造忌鐵器及鉛葉  
極者名雜桑最堪入藥續斷麻子桂心爲之使桑椹  
味甘性暖或云木白皮亦可用

救飢

採桑椹熟者食之或然成膏攤於桑葉上

曬乾搗作餅收藏或直取椹子晒乾可殺

經年及取椹子清汁置瓶中封三二日即  
成酒其色味似葡萄酒甚佳亦可然燒酒  
可藏經年味力愈佳其葉嫩老皆可藥食  
皮炒乾磨麩可食

榆錢樹



榆錢樹 本草有榆皮一名零榆生潁州山谷秦州今處處有之其木高大春時未生葉其枝條間先生榆莢形狀似錢而薄小色白俗呼爲榆錢後方生葉似山茱萸葉而長尖鞘潤澤榆皮味甘性平無毒

救飢

採肥嫩榆葉煤熱水浸淘淨由鹽調食其榆錢煮漿羹食佳但令人多睡或掉過晒乾備用或爲饑皆可食榆皮刮去其上乾燥乾並煮取中間軟嫩皮刮碎晒乾炒碎極乾搗磨爲粉拌鐵器草末蒸食取其滑澤易食又云榆皮與楮皮爲末服之令人不飢根皮亦可搗磨爲麵食

竹笋



竹笋 本草竹葉有筍竹葉苦竹葉淡竹葉本經並入藥者惟此三種人多不能盡別筍竹堅而促節體圓而質勁色白如兩作笋者別有一種不名筍竹苦竹亦有二種一種出江浙近地亦時有之內厚而葉甚苦不可食一種出江西及閩中本極脆大笋味甚陽笋味微苦俗呼甜苦笋食之最貴者亦不開入藥用淡竹的葉節間有粉南人以燒竹歷者醫家只用此一品又有一種薄殼者名甘竹葉最勝又有實中竹筍竹並以筍爲佳於藥無用凡取竹葉惟用淡竹苦竹並竹麻兩處居云竹實出藍田江東乃有花而無實而頃來現症有實狀如小麥堪可爲飯蜀經云竹笋味甘無毒又云寒

救飢 採竹嫩笋煤熱油鹽調食焯過晒乾煤食尤好

上海徐光啓原本

明 東陽張國維原刻

穀城方岳貢 荒政 採周德王救荒本草

米穀部 實可食

野 豌豆 豆



野豌豆 生田野中苗初就地掩映而生後分生莖  
葉高二尺餘葉似胡豆葉稍大又似苜蓿葉亦大  
開淡粉紫花結角似家豌豆角但秕小味苦

救飢 採角煮食或收取豆煮食或磨麵製造食  
用與家豆同

踴 豆



踴豆 生平野中北土處處有之莖蔓延附草木上  
葉似黑豆葉而窄小微尖開淡粉紫花結小角其豆  
似黑豆形極小味甘

救飢 採取豆淘洗淨煮食或磨為麵打餅蒸食  
皆可

山 扁 豆



山扁豆 生田野中小科苗高一尺許葉似蒺藜葉  
微大根葉比苜蓿葉頗長又似初生豌豆葉開黃花  
結小圓角兒味甜

救飢 採嫩角燂食其豆熟時收取豆煮食

回 回 豆



回回豆 又名那合豆生田野中莖青葉似蒺藜葉  
又似初生嫩皂莢而有細鋸齒開五瓣淡紫花如蒺  
藜花樣結角如杏仁樣而肥有豆如牽牛子微大味  
甜

救飢 採豆煮食

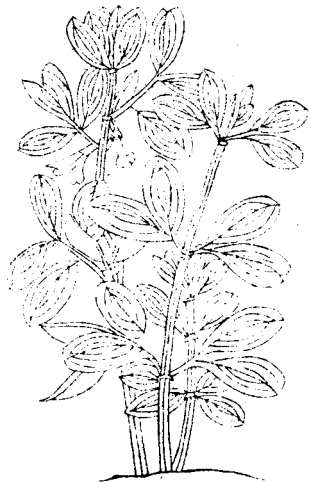
胡豆



胡豆 生田野間其苗初塌地生後分莖又葉似苜蓿葉而細莖葉稍間開淡蔥白塌花結小角有豆如踴豆狀味甜

救飢 採取豆煮食或磨麵食皆可

蚕豆



蚕豆 今處處有之生田園中科苗高二尺許莖方其葉狀類黑豆葉而圓長光澤紋脉堅直色似豌豆頗白莖葉稍間開白花結短角其豆如豇豆而小色赤味甜

救飢 採豆煮食炒食亦可

山 蒙 豆



山蒙豆 生輝縣太行山車箱衝山野中苗莖似家  
蒙豆莖微細葉比家蒙豆葉狹窄脩開白花結角亦  
瘦小其豆黢綠色味甘

救飢 採取其豆煮食或磨麵攤煎餅食亦可

蕎 麥 苗



蕎麥苗 處處種之苗高二三尺許就地科又生其  
莖色紅葉似杏葉而軟微脩開小白花結實作二莢  
味甘平性寒無毒

救飢 採苗葉燻熟油鹽調食多食微瀉其麥或

蒸使氣餹音溜於烈日中晒令口開春取人  
黃作飯食或磨為麵作餅蒸食皆可

御米花



御米花 本草名異了粟一名象穀一名米囊一名  
囊子處處有之苗高二三尺葉似靛葉色而大邊皺  
多有花又開四瓣紅白花亦有千葉花者結穀似髓  
音箭頭殼中有米數千粒似葶藶子色白隔年種則  
佳米味甘性平無毒

救飢 採嫩葉燻熱油鹽調食取米作粥或與麵  
作餅皆可食其米和竹瀝煮粥食之皆美  
玄扈先生曰嘗過嘉蔬嘉實不必救荒

赤小豆



赤小豆 本草舊云江淮間多種時今北土亦多有  
之苗高二三尺葉似豇豆葉微團瓣開花似豇豆花  
微小淡銀靨色有穉氣人故亦呼為露輝結角比藜  
豆角頗大角之皮角微白帶紅其豆有赤白裂色三  
種味甘酸性平無毒合鮮食成消渴為博合鮮食成  
口瘡人食則體重

救飢 採嫩葉燻熱水淘洗淨油鹽調食明目豆  
角亦可煮食又法赤小豆一升半炒大豆  
黃一升半焙二味搗末每服一合新水下  
日三服盡三升可成十一日不飢又說小  
豆食之逐津液行小便久服則虛人令人  
黑瘦枯燥



山 絲 苗



山絲苗

本草有麻黃

音

一名麻勃一名葶

音

一名

麻母生太山川谷今處處有之人家園圃中多種蒔  
 績其皮以爲布苗高四五尺莖有細線楞葉形狀似  
 柳葉兩邊皆有又牙鋸齒每八九葉攢生一處又似  
 荆葉而狹色深青開淡黃白花結實小如菜豆顆而  
 區圖經云麻黃此麻上花勃勃者味辛性平有毒  
 味性平微寒滑利無毒入土  
 者損人畏牡蠣白礬惡茯苓

救飢

採嫩葉燻熟換水浸去邪惡氣味再以水  
 淘洗淨油鹽調食不可多食亦不可久食  
 動風子可炒食亦可打油用

油 子 苗



油子苗

本草有白油麻俗名脂麻著不著所出州

土今處處有之人家園圃中多種苗高三四尺莖方  
 莖面四楞對節分生枝叉葉類蘇子葉而長尖觜邊  
 多花叉葉間開白花結四稜蒴兒每蒴中有子四五  
 十餘粒其子味甘微苦生則性大寒無毒炒熱則性  
 熱壓竿爲油大寒

救飢

採嫩苗葉燻熟水浸淘洗淨油鹽調食其  
 子亦可炒熟食或煮食及竿爲油食皆

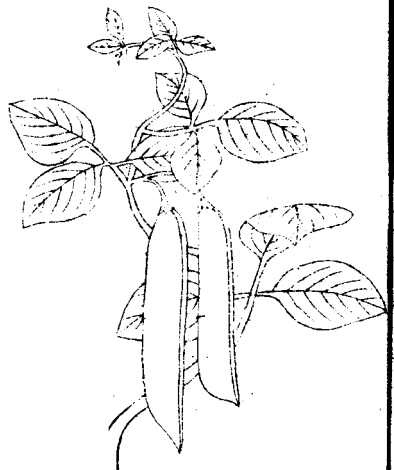
黃豆苗



黃豆苗 今處處有之。人家田園中多種。苗高一二尺。葉似黑豆葉而大。結角比黑豆葉角稍肥大。其葉味甘。

救飢 採嫩苗葉。燻熟。水浸淘淨。油鹽調食。或採角煮食。或收豆煮食。及磨爲麵食。皆可。

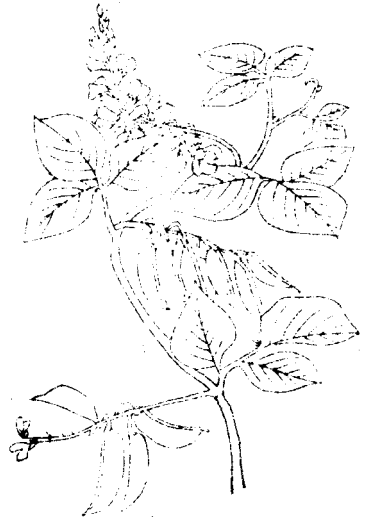
刀豆苗



刀豆苗 處處有之。人家園籬邊多種之。苗葉似豆葉。肥大。開淡粉紅花。結角如皂角狀而長。其形似屠刀樣。故以名之。味甜微淡。

救飢 採嫩苗葉。燻熟。水浸淘淨。油鹽調食。豆角嫩時煮食。豆熟之時。收豆煮食。或磨麵食亦可。

眉兒頭苗



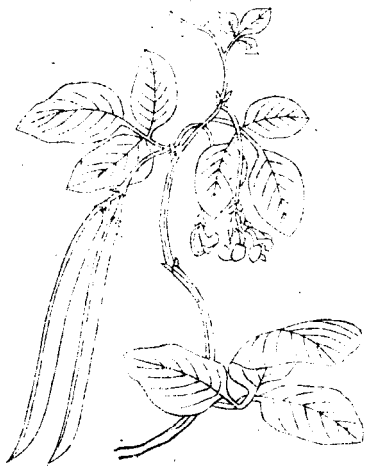
眉兒頭苗 人家園圃中種之。委他果切蔓而生。葉似菜豆葉而肥大，潤厚，潤澤光俊，每三葉攢生一處，開淡粉紫花，結匾角，每角有豆，止三四顆，其豆色黑，匾而皆白眉，故名，味甜。

救飢 採嫩苗葉，燻食。豆角嫩時，採角煮食。豆成

熟時，打取豆食。

玄扈先生曰：南名扁豆種類甚多，植其佳者。

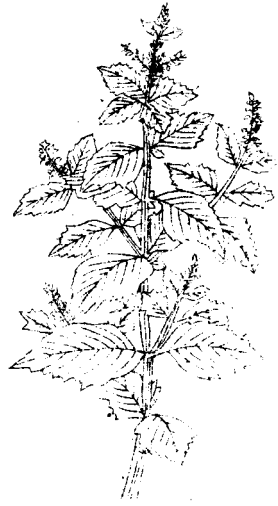
紫豇豆苗



紫豇豆苗 人家園圃中種之。莖葉與豇豆同，但結角色紫，長尺許，味微甜。

救飢 採嫩苗葉，燻熟，油鹽調食。角嫩時，採角煮食。亦可做菜食。豆熟時，打取豆食之。

蘇子苗



紫蘇苗 人家園圃中多種之苗高二三尺莖方空  
 齒四楞上有澁毛葉皆對生似紫蘇葉而大開淡紫  
 花結子比紫蘇子亦大味微辛性溫

救飢 採嫩葉燂熟換水淘洗淨油鹽調食子可  
 炒食亦可筴油用

豇豆苗



豇豆苗 今處處有之人家田園多種就地拖秧而  
 生亦延籬落葉似赤小豆葉而極長艸開淡紫粉花  
 結角長五七寸其豆味甘

救飢 採嫩葉燂熟水浸淘淨油鹽調食及採嫩  
 角燂熟食亦可其豆成熟時打取豆食

荒政

三

山 黑 豆



山黑豆 生密縣山野中苗似家黑豆每三葉攢生  
 一處居中大葉如菜豆葉傍兩葉似黑豆葉微圓開  
 小粉紅花結角比家黑豆角極瘦小其豆亦極細小  
 味微苦

救飢 苗葉嫩時採取燻熟水淘去苦味油鹽調  
 食結角時採角煮食或打取豆食皆可

舜 芒 穀



舜芒穀 俗名紅落粟生田野及人家舊莊窠  
 多有之科苗高五尺餘葉似灰菜葉而大微帶紅色  
 莖亦高麓可為拄杖其中心葉甚紅葉間出穗結子  
 如粟米顆灰青色味甜

救飢 採嫩苗葉晒乾揉音柔去灰燻熟油鹽調食  
 子可磨麵做燒餅蒸食

明 上海徐光啓原本

東陽張國維  
穀城方雷貢 原刻

荒政 採周憲王救荒本草

果部 實可食

櫻 桃 樹



櫻桃樹 詳見樹藝果部

救飢 採果紅熟者食之。

胡 桃 樹



胡桃樹 詳見樹藝果部

救飢 採核桃漚去青皮取瓢食之令人肥健。

柿 樹



柿樹 詳見樹藝果部

救飢

摘取軟熟柿食之。其柿未軟者。摘取以温

水<sub>醃</sub>熟食之。饑心柿不可多食。令人腹

痛。生柿燻治。尤不可多食。

梨 樹



梨樹 詳見樹藝果部

救飢

其梨結硬未熟時。摘取煮食。已經霜熟。摘

取生食。或蒸食亦佳。或削其皮。晒作梨糝。

收而備用亦可。

葡萄



葡萄 詳見樹藝果部

救飢 葡萄爲果食之。又熟時取汁以釀酒飲。

李子樹



李子樹 詳見樹藝果部

救飢 取摘李實色熟者食之。不可臨水上食。亦不可和蜜食。損五臟。及與雀肉同食。和漿水食。令人霍亂。澀氣多食令人虛熱。



木 瓜



木瓜 詳見樹藝果部

救飢 採成熟木瓜食之多食亦不益人

樹 子 櫨



櫨子樹 舊不著所出州土今鞏縣趙峯山野中多有之樹高丈許葉似冬青樹葉稍潤厚背色微黃葉形又類棠梨葉但厚結果似木瓜稍團味酸甜微澀性平

救飢 果熟時採摘食之多食損齒及筋

郁 李 子



郁李子

詳見樹藝果部

救飢

其實紅熟時摘取食之酸甜味美

菱 角



菱角

詳見樹藝蔬部

救飢

採菱角鮮大者去殼生食殼老及雜小者  
煑熟食或晒其實火燻以為米充糧作粉  
極白潤宜人服食家蒸爆蜜和餌之斷穀  
兵生又云多食臟冷損陽氣痿莖腹脹滿  
暖薑酒飲或合吳茱萸噉津液即消

本草綱目

卷三

軟 東



軟東 詳見樹藝果部

投飢 採取軟東成熟者食之。其未熟結硬時。摘

之以溫水漬養。去澀味。另以水煮熟食之。

野 葡 萄



野葡萄 俗名煙黑生荒野中。今處處有之。莖葉及實似似家葡萄。但皆細小。實亦稀疎。味酸。

救飢 採葡萄顆紫熟者食之。亦中釀酒飲。

梅 杏 樹



梅杏樹

詳見樹藝果部

救飢

摘取黃熟梅果食之

野 櫻 桃



野櫻桃

生鈞州山谷中樹高五六尺葉似李葉更

尖開白花似李子花結實比櫻桃又小熟則色鮮紅

味甘微酸

救飢

摘取其果紅熟者食之

石 榴



果部 葉及實皆可食

石榴 詳見樹藝果部

救飢 採嫩葉燂熟。油鹽調食。榴果熟時。摘取食

之。不可多食。損人肺及損齒令黑。

杏 樹



杏樹 詳見樹藝果部

救飢 採葉燂食。以水浸漬。作成黃色。換水淘淨。

油鹽調食。其杏黃熟時。摘取食。不可多食。

令人發熱及傷筋骨。

棗 樹



棗樹 詳見樹藝果部

救飢 採嫩葉燂熟。水浸作成黃色。淘淨。油鹽調

食。其棗紅熟時摘取食之。其結生硬未紅

時。煮食亦可。

桃 樹



桃樹 詳見樹藝果部

救飢 採葉燂熟。水浸作成黃色。換水淘淨。油鹽

調食。桃實熟軟時。摘取食之。其結硬未熟

時。亦可煮食。或切作片。晒乾為糝。收藏備

用。

沙 果 子 樹



沙果子樹 一名花紅。南北皆有。今中牟崗野中亦有之。人家園圃亦多栽種。樹高丈餘。葉似櫻桃葉而色深綠。又似急糜子葉。而大開粉紅花。似桃花瓣。微長不尖。結實似李而甚大。味甘微酸。

救飢 摘取紅熟果食之。嫩葉亦可燻熟。油鹽調食。  
 立扈先生曰。此卽柰也。有多種。

芋 苗

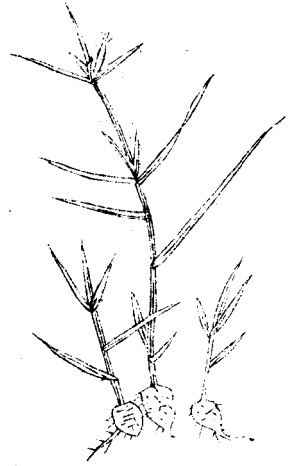


果部 根可食

芋苗 本草一名土芝。俗呼芋頭。生田野中。今處處有之。人家多栽種。葉似小荷葉。而偏長不圓。近蒂邊皆有一刺。音兒。根狀如鷄彈。大皮色茶褐。其中白色。味辛性平。有小毒。葉冷無毒。

救飢 本草芋有六種。青芋細長。毒多。初煮須要灰汁。換水煮熟。乃堪食。白芋。眞芋。連禪芋。紫芋。毒少。蒸食之。又宜冷食。療熱止渴。野芋。大毒。不堪食也。

鐵 勃 臍



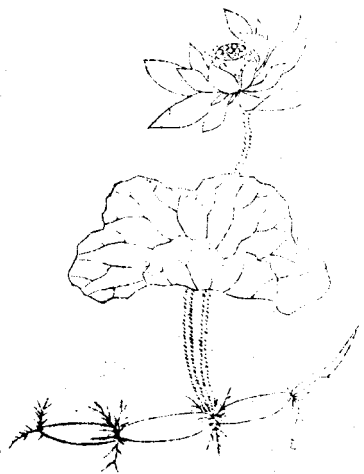
鐵勃臍 本草名烏芋詳見樹藝菰部

救飢 採根煮熟食。製作粉食之。厚人腸胃。不飢。

服丹石人尤宜食。解丹石毒。孕婦不可食。

立扈先生曰茨菰勃臍二種絕異。混合註釋為不精也。

蓮 藕



果部 根及實皆可食

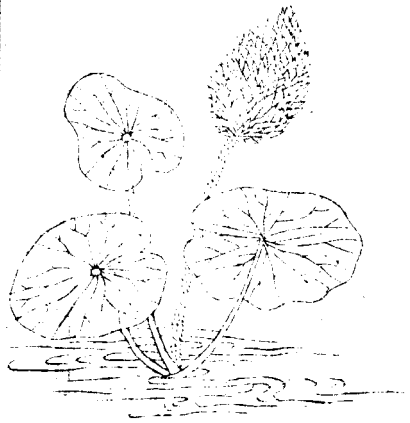
蓮藕 詳見樹藝菰部

救飢 採藕煮熟食。生食皆可。蓮子蒸食。或生食。

亦可。又可休糧。仙家貯石蓮子乾藕。經千年者。食之至妙。又以蓮磨為麵食。或屑為米。加粟煮飯食。皆可。



鷄頭實



鷄頭實 一名芡 詳見樹藝蔬部

救飢 採嫩根莖燻食。採實燻熟。剝仁食之。蒸過

烈日晒之。其皮即開。春去皮。搗碎為粉。蒸

燻作餅。皆可食。多食不益脾胃氣。兼難消

化。生食動風。冷氣與小兒食。不能長大。故

駐年耳。

菜 蓁 菜



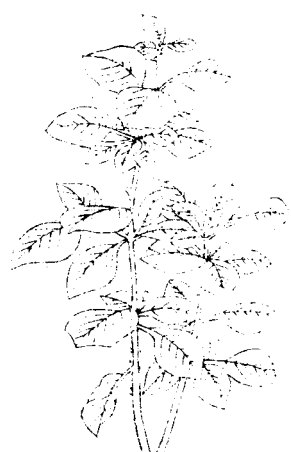
菜部 葉可食

菜蓁菜 詳見樹藝蔬部

救飢 採苗葉燻熟。水浸淘洗淨。油鹽調食。

莧

菜



莧菜

詳見樹藝蔬部

救飢

採苗葉燂熟。水淘洗淨。油鹽調食。晒乾燂

食尤佳。

立扈先生曰恆蔬不必救荒。

苦苣菜



苦苣菜

本草云卽野苣也。又名福苣。俗名天精菜。

舊不皆所出州土。今處處有之。苗場地生。其葉光者。

似黃花苣菜。葉花者。似山苦蕒葉。莖葉中皆有白汁。

味苦。性平。一云性寒。

救飢

採苗葉燂熟。用水浸去苦味。淘洗淨。油鹽

調食。生亦可食。雖性冷甚益人。久食輕身。

少睡。調十二經脉。利五臟。不可與血同食。

作痔疾。一云不可與蜜同食。

蔬部

三

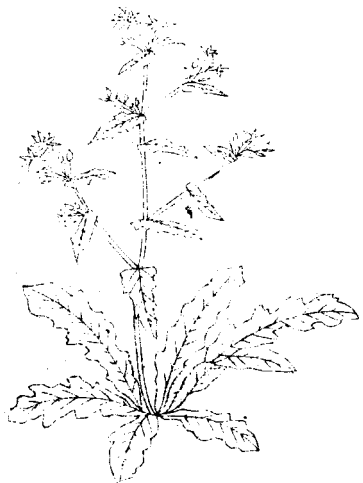
馬齒莧菜



馬齒莧菜 又名五行草。舊不著所出州土。今處處有之。以其葉青梗赤花黃根白子黑故名五行草耳。味甘性寒滑。

救飢 採苗葉先以水焯過。曬乾燥熟。油鹽調食。玄扈先生曰。嘗過。可作恆蔬。

苦蕒菜

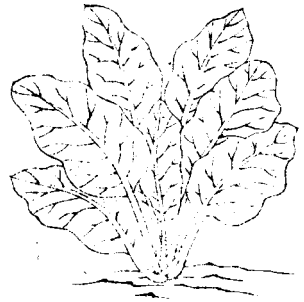


苦蕒菜 俗名老鵝菜。所在有之。生田野中。人家園圃種者。為苦蕒。腳葉似白菜。小葉捲莖而生。稍葉似鴉嘴形。每葉間分叉攢葶。如穿葉狀。稍間開黃花。味微苦。性冷無毒。

救飢 採苗葉。焯熟。以水浸洗。淘淨。油鹽調食。出鱸蛾時。切不可取。拗令蛾子亦爛。鱸婦忌食。

玄扈先生曰。可作恆蔬。鱸特忌之。嘗過。

菜 蓮 著



著蓮菜 所在有之人家園圃中夕種苗葉塌地生  
葉類白菜而短葉莖亦窄葉頭稍團形狀似糜匙樣  
味鹹性平寒微毒

救飢 採苗葉燂熟以水浸洗淨油鹽調食不可  
多食動氣破腹  
玄扈先生曰恆蔬

蒿 邪



邪蒿 生田園中今處處有之苗高尺餘似青蒿細  
軟葉又似葫蘆苗葉微細而多花又莖葉稠密稍間  
開小碎瓣黃花苗葉味辛性溫平無毒

救飢 採苗葉燂熟水浸淘淨油鹽調食生食微  
動風氣作羹食良不可同胡荽食令人汗  
臭氣

同蒿



同蒿 處處有之。人家園圃中多種。苗高一二尺。葉類蒟蘿。葉而肥大。開黃花似菊花。味辛。性平。

救飢 採苗葉燂熟。水浸淘淨。油鹽調食。不可多食。動風氣。熏人心。令人氣滿。

冬葵菜



冬葵菜 本草冬葵子。是秋種葵。覆養經冬。至春結子。故謂冬葵子。生少室山。今處處有之。苗高一三尺。莖及花葉。似蜀葵而差小。子及根俱味甘。性寒。無毒。黃芩爲之使。根解蜀椒毒。葉味甘。性滑利。爲百菜主。其心傷人。

救飢 採葉燂熟。水浸淘淨。油鹽調食。服丹石人

尤宜食。天行病後食之。頓夜明。熟食亦令人熱悶動氣。

菜 芽 蓼



蓼芽菜 本草有蓼實生雷澤川澤今處處有之葉似小藍葉微尖又似水荇葉而短小色微帶紅莖微赤稍間出穗開花赤色莖葉味辛性溫

救飢 採苗葉燉熟水浸去辣氣淘淨油鹽調食

蓓 苜

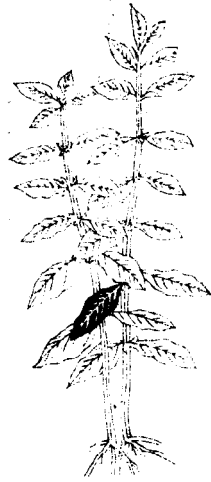


苜蓓 出陝西今處處有之苜高尺餘細莖分叉而生葉似綿鷄兒花葉微長又似豌豆葉頗小每三葉攢生一處稍間開紫花結彎角兒中有子如黍米大腰子樣味苦性平無毒一云微甘淡一云性涼根寒

救飢 苗葉嫩時採取燉食江南人不甚食多食利大小腸

玄扈先生曰嘗過嫩葉恆蔬

薄 荷



薄荷 一名鷄蘇。舊不著所出州土。今處處有之。莖方葉似荏子葉小。頗細長。又似香菜葉而大。開細碎。騾白花。其根經冬不死。至春發苗。味辛苦。性溫。無毒。一云性平。東平龍腦崗者尤佳。又有胡薄荷。與此相類。但味少甘為別。生江浙間。彼人多作茶飲。俗呼為新羅薄荷。又有南薄荷。其葉微小。

救飢

採苗葉。燂熟。水浸去辣味。油鹽調食。與菴作薑食相宜。煎或湯。暖酒和飲。煎茶並宜。新病。寒人勿食。冷人虛汗不止。猶食即醉。物相感耳。

水 蕒

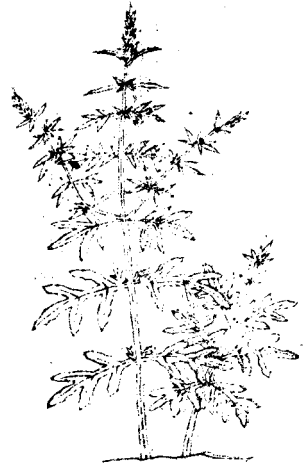


水蕒 音勳 俗作芹菜。一名水英。出南海池澤。今水邊多有之。根莖離二三寸分。生莖又其莖方。宐面四楞。對生葉。似痢見菜葉。而闊短。邊有大鋸齒。又似薄荷葉。而短。開白花。似蛇床子花。味甘。性平。無毒。又云大寒。春秋二時。龍帶精入芹菜中。人遇食之。作蛟龍病。救飢 發英時採之。燂熟食。片有兩種。秋片取根。

白色赤片。取莖葉。並堪食。又有渣芹。可為生菜食之。

荆

芥



荆芥 本草名假蘇一名鼠萁一名蠶芥生漢中川澤及岳州歸德州今處處有之莖方密而葉似獨掃葉而狹小淡黃綠色結小穗有細小黑子銳圓多生中以香氣似蘇故名假蘇味辛性平無毒

救飢 採嫩苗葉燂水浸去邪氣瀉鹽調食切  
生香辛可噉人取作生菜醃食



上海徐光啓原本

明東陽張國維

殺城方岳貢原刻

荒政採周憲王救荒本草

菜部 葉可食

香 菜



香菜 生伊洛間人家園圃種之苗高一尺許莖方  
宏而四稜莖色紫稔葉似薄荷葉微小邊有細鋸齒  
亦有細毛稍頭開花作穗花淡藕褐色味辛香性溫  
無毒

救飢 採苗葉燂熟油鹽調食

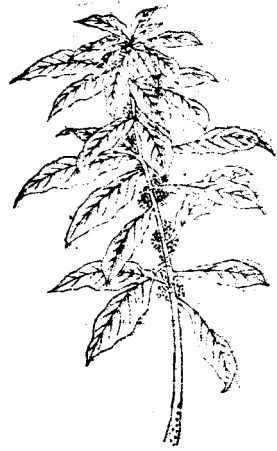
銀 條 菜



銀條菜 所在人家園圃多種苗葉皆似萵苣長細  
色頗青白根莖高二尺許開四瓣淡黃花結蒴似蒼  
麥莢而圓中有小子如油子大淡黃色其葉味微苦  
性涼

救飢 採苗葉燂熟水浸淘淨油鹽調食生採亦  
可食

後庭花



後庭花 一名雁來紅。人家園圃多種之。葉似人苘。葉其葉中心紅色。又有黃色相間。亦有通身紅色者。亦有紫色者。莖葉間結實。比苘實差大。其葉衆葉摺聚。狀如花。其色嬌紅可愛。故以名之。味甜微澁。性涼。

救飢 採苗葉。煤熟。水浸淘淨。油鹽調食。晒乾。煤食尤佳。

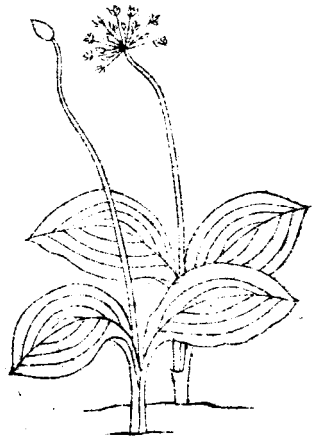
玄扈先生曰。苘屬也。可作恆蔬。

火燄菜



火燄菜 人家園圃多種。苗葉俱似菠菜。但葉稍微紅。形如火燄。結子亦如菠菜子。苗葉味甜。性寒冷。救飢 採苗葉。煤熟。水淘洗淨。油鹽調食。

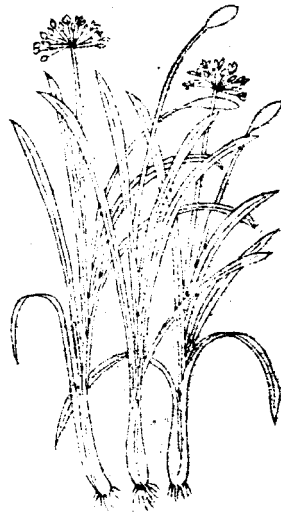
山 蔥



山蔥 一名隔蔥又名鹿耳蔥生輝縣太行山山野  
 中葉似玉簪葉微闊葉中攬葶似蒜葶甚長而澁稍  
 頭結葶莢音骨似蔥葶莢微開白花結子黑色苗味  
 辣

救飢 採苗葉燉熟油鹽調食生醃食亦可

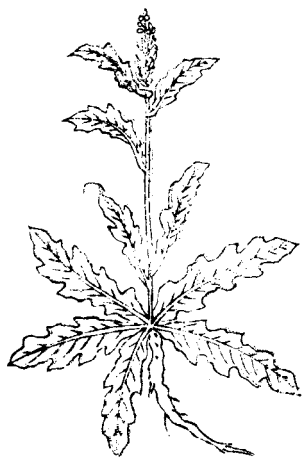
背 韭



背韭 生輝縣太行山山野中葉頗似韭葉而甚寬  
 大根似蔥根味辣

救飢 採苗葉燉熟油鹽調食生醃食亦可

水芥菜



水芥菜 水邊多生苗高尺許葉似家芥菜葉極小  
色微淡綠葉多花又莖又亦細開小黃花結細短小  
角兒葉味微辛

救飢 採苗葉燂熟水浸去辣氣淘洗過油鹽調  
食

過藍菜



過藍菜 生田野中下溼地苗初堪地生葉似初生  
菠菜葉而小其頭頗圓葉間植莖分又上結莢兒似  
榆錢狀而小其葉味辛香微酸性微溫

救飢 採葉燂熟水浸取酸辣味復用水淘淨作  
羹油鹽調食

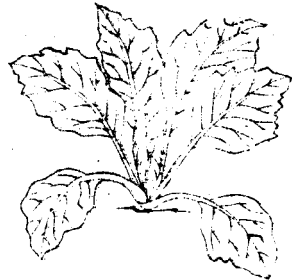
牛耳菜



牛耳菜 一名野芥菜。生田野中。苗高一二尺。苗莖似萵苣。葉似牛耳。菜形而小。葉間分掇。莖又開白花。結子如粟粒。大。葉味微苦辣。

救飢 採苗葉淘洗淨。燻熟。油鹽調食。

山白菜



山白菜 生輝縣山野中。苗葉頗似家白菜。而葉莖細長。其葉尖。有鋸齒。又似蒼蘆菜葉。而尖瘦。亦小味甜微苦。

救飢 採苗葉燻熟。水海淨。油鹽調食。

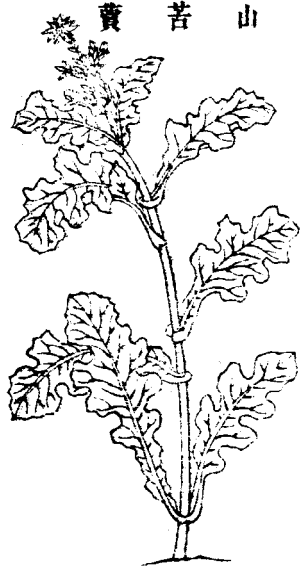
山 宜 菜



山宜菜 又名山苦菜生新鄉縣山野中苗初填地  
生葉似薄荷菜而大葉根兩傍有叉背白又似青菜  
兒菜葉亦大味苦

救飢 採苗葉燉熟油鹽調食

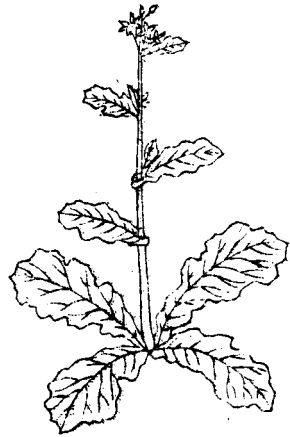
山 苦 蕒



山苦蕒 生新鄉縣山野中苗高二尺餘莖似蒿莖  
葶而節稠其葉甚花有三五尖似花苦莖葉甚大  
開淡紫瓣花表微紅味苦

救飢 採嫩苗葉燉熟水淘去苦味油鹽調食

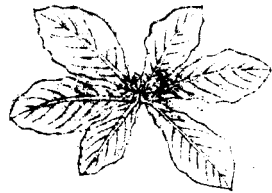
南芥菜



南芥菜 人家園圃中亦種之苗初塌地生後攬莖  
又葉似芥菜葉但小而有毛莖葉稍頭開淡黃花  
結小角兒葉味辛辣

救飢 採苗葉燉熟水浸淘去澁味油鹽調食生  
焯過醃食亦可

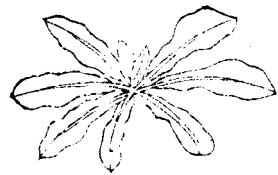
山萵苣



山萵苣 生輝縣山野間苗葉塌地生葉似萵苣葉  
而小又似苦苣葉而却寬大葉脚花又頗少葉頭微  
尖邊有鋸齒葉間攬莖開淡黃花苗葉味微苦

救飢 採苗葉燉熟水浸淘去苦味油鹽調食生  
採亦可食

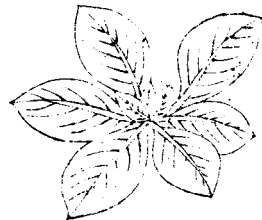
黃 鶴 菜



黃鶴菜 生密縣山谷中苗初塌地生葉似初生山  
蒿芭葉而小葉腳邊微有花叉又似亭亭丁葉而頭  
頗團葉中掄生莖又高五六寸許開小黃花結小細  
子黃茶褐色葉味甜

救飢 採苗葉煤熟換水淘淨油鹽調食

鷺 兒 菜



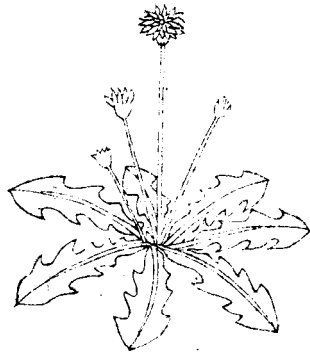
鷺兒菜 生密縣山澗邊苗葉塌地生葉似匙頭樣  
頗長又似牛耳朶菜葉而小微澁又似山蒿芭葉亦  
小頗硬而頭微團味苦

救飢 採苗葉煤熟換水浸淘淨油鹽調食

荒政



李 丁 李 菜



李丁菜 又名黃花苗。生田野中。苗初塌地。生葉似苦苣葉。微短小。葉叢中間擡葶。稍頭開黃花。莖葉折之。皆有白汁。味微苦。

救飢 採苗葉。燂熟。油鹽調食。

玄扈先生曰。南俗名黃花郎。本草蒲公英。

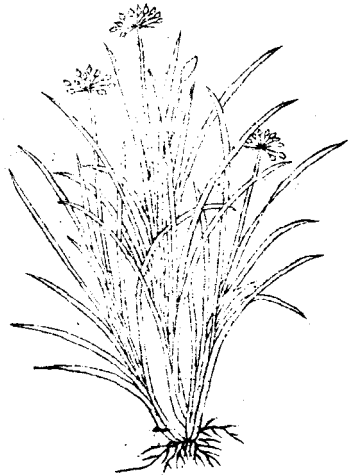
柴 韭



柴韭 生荒野中。苗葉形狀如韭。但葉圓細而瘦。葉中擡葶。開花如韭花狀。粉紫色。苗葉味辛。

救飢 採苗葉。燂熟。水浸淘淨。油鹽調食。生醃食亦可。

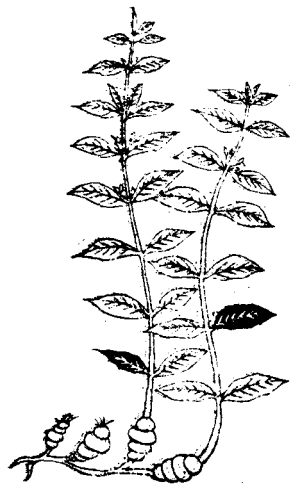
野 韭



野韭 生荒野中，形狀如韭苗葉，極細弱，葉圓比柴  
韭又細小，葉中攏葶，開小粉紫花，似韭花狀，苗葉味  
辛。

救飢 採苗葉，燉熟，油鹽調食，生醃食亦可。

甘 露 兒



菜部 根可食

甘露兒 人家園圃中多栽，葉似地瓜兒，葉甚潤，多  
有毛漣，其葉對節生，色嫩淡綠，又似薄荷葉，亦寬而  
披，開紅紫花，其根呼為甘露兒，形如小指，而紋節，此  
稠皮，色黧白，味甘。

救飢 採根洗淨，燉熟，油鹽調食，生醃食亦可。

玄扈先生曰：又一種與甘露同，而根作直枝，無節  
者，名銀條菜。

地 瓜 兒 苗



地 瓜 兒 苗 生 田 野 中 苗 高 二 尺 餘 莖 方 四 楞 葉 似 薄 荷 葉 微 長 大 又 似 浮 爾 葉 插 莖 而 生 根 名 地 瓜 形 類 甘 露 兒 更 長 味 甘

救 飢 掘 根 洗 淨 煤 熟 油 鹽 調 食 生 醃 食 亦 可

澤 蒜

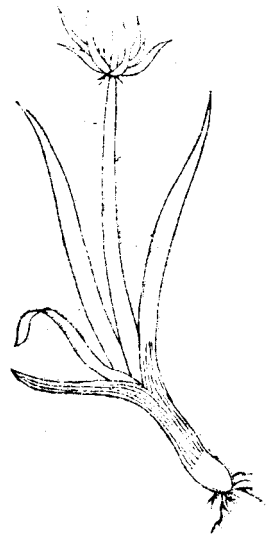


菜 部 根 葉 皆 可 食

澤 蒜 又 名 小 蒜 生 田 野 中 今 處 處 有 之 生 山 中 者 名 薺 苗 似 細 韭 葉 中 心 攪 芽 開 淡 粉 紫 花 根 似 蒜 而 甚 小 味 辛 性 溫 有 小 毒 又 云 熟 有 毒

救 飢 採 苗 根 作 羹 或 生 醃 或 煤 熟 油 鹽 調 皆 可

樓子蔥



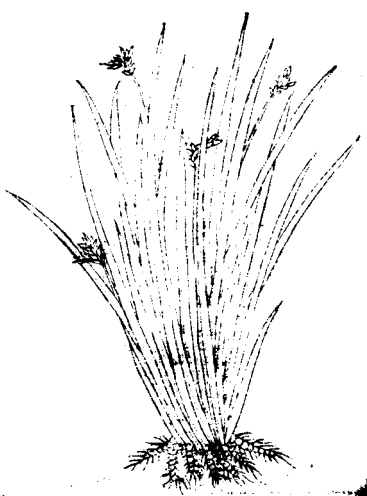
樓子蔥 人家園圃中多栽苗葉根莖俱似蔥其葉稍頭又生小蔥四五枝叠生三四層故名樓子蔥不結子但摘下小蔥我之便活味甘辣性温

救飢 採苗莖連根擇去細鬚燥熟油鹽調食生亦可食

治病 與本草菜部木蔥同用

玄扈先生曰俗名龍爪蔥

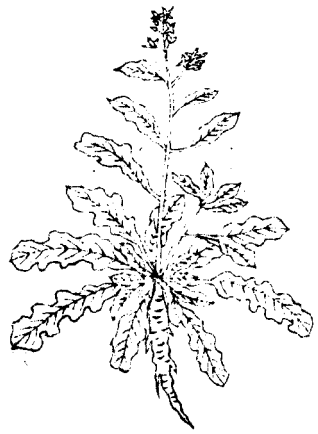
韭 薹



薹韭 一名石韭生輝縣太行山山野中葉似蒜葉而頗窄狹又似肥韭葉微潤花似韭花頗大根似韭根甚脆味辣

救飢 採苗葉燥熟油鹽調食生亦可食冬月採取根燥食

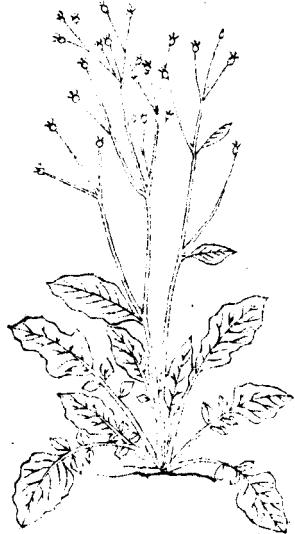
水 蘿 蔔



水蘿蔔 生田野下溼地中苗初塌地生葉似薺菜形而厚大鋸齒尖花葉又似水芥葉亦厚大後分莖又稍間開淡黃花結小角兒根如白菜根而大味甘辣

救飢 採根及葉燂熟油鹽調食生亦可食

野 蔓 菁



野蔓菁 生輝縣栲栳圍山谷中苗葉似家蔓菁葉而薄小其葉頭尖柄葉腳花又甚多葉間抽出枝又上開黃花結小角其子黑色根似白菜根頗大苗葉根味微苦

救飢 採苗葉燂熟水浸淘淨油鹽調食或採根換水煮去苦味食之亦可

薺 菜

菜部 葉及實皆可食



薺菜 生平澤中今處處有之苗塌地生作鋸齒葉  
三四月出莖分生莖又稍上開小白花結實小似荷  
蕒音錫子苗葉味苦性溫無毒其實亦呼荷蕒子其  
子味甘性平患氣人食之動冷疾不可與麪同食令  
人背悶服丹石人不可食

救飢

採子用水調攪良久成塊或作燒餅或煮  
病食味甚粘滑葉燥作菜食或煮作羹皆  
可

立扈先生曰恆蔬

紫 菜

蘇



紫蘇 一名桂在又有數種有勺蘇魚蘇山蘇出簡  
州及無為軍今處處有之苗高二尺許莖方葉似蘇  
子葉微小莖葉背面皆紫色而氣甚香開粉紅花結  
小蒴其子狀如黍類味辛性溫又云味微辛甘子無  
毒

救飢

採葉燥食煮飲亦可子研汁煮粥食之皆  
好葉可生食與魚作羹味佳

立扈先生曰葉堪為味子堪為藥必求充腹宜以  
他種祿之

荏子



荏子 所在有之。生園圃中。苗高一二尺。莖方。葉似薄荷。葉極肥大。開淡紫花。結穗似紫蘇穗。其子如黍粒。其枝莖對節生。東人呼爲蕪。音魚以其蘇字但除禾邊故也。味辛。性溫。無毒。

救飢 採嫩苗葉。燉熟。油鹽調食。子可炒食。又研

雜米作粥甚肥美。亦可榨油用。

菜灰



菜灰 生田野中。處處有之。苗高二三尺。莖有紫紅線。楞葉有灰。魁。音勃結青子。成穗者甘。散穗者微苦。性暖。生墻下。樹下。者不可用。

救飢 採苗葉。燉熟。水浸淘淨。去灰氣。油鹽調食。

晒乾。燉食尤佳。穗成熟時。採子搗爲米。磨麵作餅。蒸食皆可。

丁香茄苗



丁香茄苗 亦名天茄兒。延蔓而生。人家園籬邊多種。莖紫多刺。藤長丈餘。葉似牽牛。葉甚大而無花。又似初生嫩綠葉。却小。開粉紫邊紫色心筒子。花狀如牽牛花樣。結小茄如丁香樣。而大有子。如白牽牛子亦大。味微苦。

救飢 採茄兒燻食。或醃作菜食。嫩葉亦可燻熟。

油鹽調食。

玄扈先生曰嘗過恆蔬亦作蜜煎。

山藥



菜部 根及實皆可食

山藥 本草名薯蕷。一名山芋。一名諸薯。一名脩脆。除州主嵩山山谷今處處有之。春生苗。蔓延攀援。莖紫色。葉青有三尖。角似干葉。向兒快。葉而光澤。開白花。結實如皂莢。子大。其根皮色黝黃。中則白。人家園圃種者。肥大如手臂。味美。根五間。產者入藥。最佳。味甘性溫。平無毒。蒸食之。使至甘。遂。或大塊熟食。或煑食。皆救飢。可其實亦可煮食。

玄扈先生曰嘉蔎不必救荒



上海徐光啓原本

明

東陽張國維  
穀城方喬貢原刻

荒政

野菜譜

王魯野菜譜序曰。穀不熟曰饑。菜不熟曰饑。饑饉之年。堯湯所不能免。惟在有以濟之耳。正德間。江淮迭經水旱。飢民枕藉道路。有司雖有賑發。不能遍濟。率皆採摘野菜以充食。賴之活者甚衆。但其間形類相似。美惡不同。誤食之。或至傷生。此野菜譜所不可無也。予雖不爲世用。濟物之心。未嘗忘。田居朝夕。歷覽詳詢。前後僅得六十餘種。取其象而圖之。俾人人易識。不至誤食而傷生。且因其名而爲詠。庶幾乎因是以流傳。非特於吾民有所補濟。抑亦可以備觀風者之採擇焉。此野人之本意也。同志者因其未備。而廣之。則又幸矣。

張經跋曰。昔陶隱居註本草。謂誤註之害甚於註周易之誤。其言雖過。要之有補於世也。吾西樓著野菜

譜觀其自敘。亦隱居之意歟。較又微矣。雖然。無逸幽風。其言稼穡艱難至矣。自井田廢。王政缺。民生之艱。尤有不忍言者。斯譜備述閭閻小民艱食之情。仁人君子觀之。當憮然而感。惻然而傷。由是而講孟子之王道。備周官之荒政。思艱圖易。使怨咨者獲。乃寧之願。不特多識庶草之名而已。故曰。可以備觀風者之採擇。意正在此歟。然則斯譜也。孰謂其微哉。孰謂其微哉。

白鼓釘

白鼓釘。白鼓釘。豐年賽社鼓不停。凶年罷社鼓絕聲。鼓絕聲。社公惱。白鼓釘。化爲草。

救飢。一名蒲公英。四時皆有。惟極寒天。小而可用。采之熟食。



猪殃殃

猪殃殃。胡不祥。猪不食。遺道傷。我拾之充餼糧。

救飢。春采熟食。猪食之。

則病故名。

絲蕎蕎

絲蕎蕎。如絲縷。昔為養蠶人。今作挑菜侶。養蠶衣整齊。挑菜衣。榼樓張家姑。李家女。颯頭相見淚如雨。

救飢。二三月采。熟食。四

月結角不用。



牛塘利

牛塘利。牛得濟。種草有餘。青蓄水有餘味。年來水草枯。忽變為荒蕪。采采療人飢。更有牛塘利。

救飢。二三月采。熟食亦

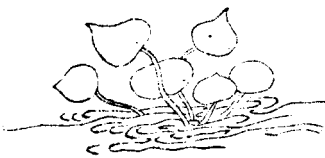
可作藿。

浮蕎

采采浮蕎。涉彼滄浪。無根可托。有莖可嘗。野風浩浩。野水茫茫。飄蕩不返。若我流亡。

救飢。入夏生水中。六七

月采。生熟皆可食。



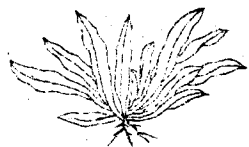
水菜

水菜生水中。水深不可得。望宮遠隄行。日暮風波息。水清忽照人。面色如菜色。救飢。秋生水田。狀類白菜。熟食。



看麥娘

看麥娘。來何早。麥未登。人未飽。何當與爾還。厥家共。嚼糟糠。暫相保。救飢。隨麥生隴上。因名。春采熟食。



狗脚跡

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。救飢。生霜降時采之。熟食。葉如狗脚。故名。



破破衲

破破衲。不堪補。寒且飢。聊作脯。飽煖時。不忘汝。救飢。臘月便生。正二月采。熟食。三月老不堪食。



斜蒿

斜蒿復斜蒿。采采臨春郊。  
於日不盈把。悵望登東阜。  
欲進不能進。風日寒瀟瀟。  
救飢 三四月生。小者一

科俱可用。大者摘  
嫩頭於湯中畧過。  
曬乾。再用湯泡油。  
鹽拌食。白食亦可。

江薺

江薺青青江水綠。江邊挑  
菜女兒哭。爺娘新死兄趁  
熟。止存我與妹看屋。

救飢 生熟皆可用。花時  
不可食。但可作羹。  
臘月生。



燕子不來香

燕子不來香。燕子來時便  
不香。我爾今年燕不來。常  
與吾民充飯糧。

救飢 早春採可熟食。燕  
來時。則腥臭不堪  
食。故名。

獬豸脚跡

獬豸脚跡。宜爾泉石。胡不  
自安。犯我田宅。遭彼侵凌。  
猷詎蕭瑟。獲而烹之。償我  
稼穡。  
救飢 三月采之。熟食。



眼子菜

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。

救飢 采之熟食。六七月

採生水澤中。青菜

背紫色。莖柔滑而

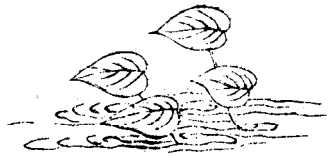
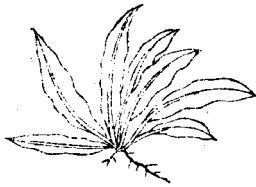
細長。可數尺。

貓耳朵

貓耳朵聽我歌。今年水患傷田禾。倉廩空虛。鼠葉窠。貓兮貓兮。將奈何。

救飢 正二月採。搗爛。和

粉。麵作餅。蒸食。



地踏菜

地踏菜生雨中。晴日一照。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。

救飢 一名地耳。狀如木耳。

春夏生雨中。雨後采

熟食。見日即枯沒。

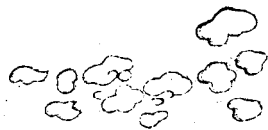
高螺薺

高螺薺如螺髻。生水邊。照華麗。去年郎家田不收。挑菜女兒不上頭。出門忽見

高螺薺

救飢 正月二月采之。熟

食。

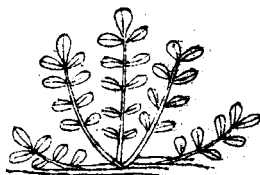
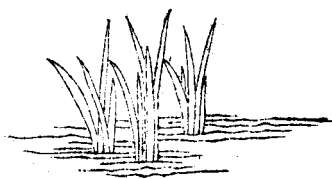


烏藍擔

烏藍擔。擔不動。去時腹中  
飢。歸來。肩。上。重。肩。上。重。行  
路。遲。日。暮。還。家。方。早。炊。  
救飢。此菜。但可熟食。烏  
大也。村人呼大為  
烏。

蒲兒根

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。  
救飢。即蒲草嫩根也。生  
熟皆可食。



馬欄頭

馬欄頭。攔路。生我為。拔之。  
容馬行。只恐救荒人出城。  
騎馬。直到破柴荆。  
救飢。二三月叢生。熟食。  
又可作葢。

青蒿兒

青蒿兒。纒發類。二月二日  
春。猶冷。家家競作茵陳餅。  
茵陳。療病。遺療飢。借問采  
蒿。知不知。  
救飢。即茵陳蒿。春月采  
之。炊食。時俗二月  
二日。和粉麵作餅  
者是也。



藩籬頭

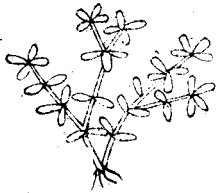
藩籬頭延蔓草。傷籬生青  
裊裊。今年薪貴穀不收。拆  
藩籬煮藩籬頭。

救飢 臘月採熟食入春  
不用。

馬齒莧

馬齒莧馬齒莧風俗相傳  
食元旦何事年來采更頻  
終朝賴爾供食飯。

救飢 入夏采沸湯淪過  
曝乾冬用旋食亦  
可楚俗元旦食之。



鴈腸子

鴈腸子遺溝壑。應是今年  
絕飲啄。兩翼低垂去不前。  
苦遭餓鶴相擒搏。嗟哉鴈  
兮有羽翰。何況人生行路  
難。

救飢 二月生如豆芽菜  
熟食之生亦可食。

野落籬

野落籬舊遮護昔為里正  
家今作逃亡戶。春來荒蕪  
滿。培生挑菜人穿屋裏行  
救飢 正二月采頭湯過  
可食。



菱兒菜

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。

救飢。入夏生水澤中。即

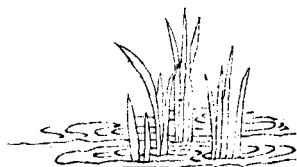
菱芽也。生熟皆用。

倒灌薺

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。

救飢。采之熟食。亦可作

藿。



灰条

此藿也。葉間有絨。故稱  
灰焉。北方藿條同音。

灰条。復灰条。采采何辭勞。

野人當年飽藿藿。凶歲得

此為佳餚。東家鼎食滋味

饒。徹却少半羹太半。

救飢。此菜二種。一種菜大

而赤。即藿藿。一種葉

小而青。即今所采者。

湯。過油鹽拌食。

烏英

烏英花。烏英菜。菜可茹。分

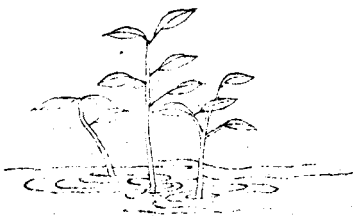
花可愛。連朝摘菜不聊生。

豈有心情摘花哉。

救飢。一名烏英花。入夏

生水澤中。生熟皆

食。六月不可用。





抱娘蒿

抱娘蒿結根牢。解不散如  
漆膠。君不見昨朝兒賣商  
船上。兒抱娘啼不肯放。

救飢 二三月采熟食最  
生故名。

枸杞頭

枸杞頭生高邱。實為藥餌  
來甘州。二載淮南穀不收。  
采春采夏還采秋。飢人飽  
食如珍饈。

救飢 村人采為甜菜頭。

春夏採嫩頭熟食。

秋採實。即枸杞子。

冬採根。即地骨皮。



苦蕪臺

苦蕪臺帶苦嘗。雖逆口。勝  
空腸。但願收租了官府。不  
辭喫盡田家苦。

救飢 三月采。用葉搗和  
麵作餅。生亦可食。

羊耳禿

羊耳禿短簇簇。穿藩籬。如  
紙觸飢來進退無如何。前  
村後村荆棘多。

救飢 二三月采熟食。



剪刀股

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。

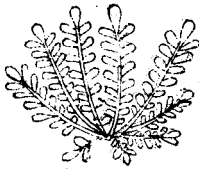
救飢 春采生食。兼可作羹。



水馬齒

水馬齒。何時落。食玉粒。銜金嚼。我民餓殍盈溝壑。惟皇震怒剔厥鱗。化為野草充藜藿。

救飢 采之熟食。生水中。與早馬齒菜相類。



野苋菜

野苋菜。生何少。盡日采來充一飽。城中亦苋美且肥。一錢一束賤如草。

救飢 夏采熟食。類家苋。



黃花兒

黃花兒。郊外草。不愛爾花。愛爾充我飽。洛陽姚家深院深。一年一賞費千金。救飢 正二月采。熟食。



野苧薺

野苧薺生稻畦。苦蕒不盡  
心力疲。造物有意防民飢。  
年來水患絕五穀。爾獨結  
實何纍纍。

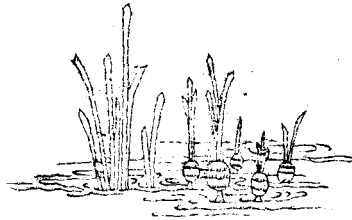
救飢 四時采。生熟皆食。

蒿柴薺

蒿柴薺我獨憐。葉可食。積  
可燃。連朝風雪。獨村路。飢  
寒不能出門去。

救飢 正二三月采。熟食。

又可作齋。



野菘豆

野菘豆匪耕耨。不種而生。  
不其而秀。摘之無窮。食之  
無臭。百穀不登。爾何獨茂。  
救飢 生熟皆可食。莖葉

似菘豆而小。生野

田多。藜蔓。

油灼灼

油灼灼。光錯落。生岸邊。照  
溝壑。溝壑朝來。餓殍填。骨  
內未冷。攢烏鳶。

救飢 生熟皆食。又可作

乾菜。生水邊。葉光

澤。

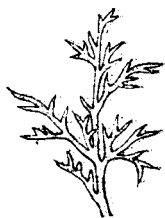


雷聲菌

雷聲菌如卷耳。恐是盤龍兒。雷聲呼輒起。休誇瑞草生。莫嘆靈芝死。如此凶年穀不登。縱有噴祥交足倚。救飢。夏秋雷雨後。生茂草中。如麻菇。味亦相似。

萹蒿

采萹蒿。采枝采葉。還采苗。我獨采。根賣城郭。城裏人家半凋落。救飢。春采苗。葉熟食。夏秋莖。可作葷。心可入茶。



掃箒薺

掃箒薺。青簇簇。去年不收。空倚屋。但願今年收。兩熟。場頭掃箒。掃盡禿。救飢。春采熟食。

雀兒綿單

雀兒綿單。託彼終宿。如茵如衾。匪絲匪殺。年飢願得。充我餐。任穿我屋。蔽爾寒。救飢。三月采。可作葷。此菜甚延蔓。鋪地而生。故名。



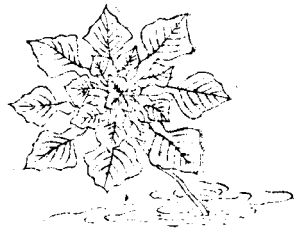
菱科

采菱科。采菱科。小舟日日  
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。

救飢 夏秋采。熟食。

燈蛾兒

燈蛾兒落滿地。化作草青  
青。遭此飢荒歲。曾見當年  
遶絳紗。於今燈火。幾人家。  
救飢 二月采。熟食。



蕎菜兒

蕎菜兒。年年有。采之一二  
遺八九。今年纔出土。眼中  
挑菜人。來不停手。而今銀  
籍已不堪。安得花開三月  
三。  
救飢 春月采之。生熟皆  
可食。

芽兒拳

芽兒拳。生樹邊。白如雪。軟  
似綿。黃來不食。淚如雨。昨  
朝兒賣他州府。  
救飢 正二月采。熟食。



板蕎蕎

板蕎蕎兮吾不識。出無路兮入無室。將學道兮歸空山。草爲衣兮木爲食。

救飢 正二月和菱采之。

炊食。三四月結角。

老不堪用。

碎米蕎

碎米蕎。如布穀。想爲民飢。

天雨粟。官倉一月一開放。

造物生生無盡藏。

救飢 三月采。止可作羹。



天藕兒

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。

救飢 根如藕而小。熟食。

稻葉不可食。

老鶴筋

老鶴筋。老鶴筋。去年水涸。

無纖鱗。蟻垤。紫聲不聞。

老鶴何在筋獨存。

救飢 二月采之。熟食。亦

可作羹。



鵝觀草

鵝觀草。滿地青青。鵝食飽。年來赤地不堪觀。又被飢人分食了。鵝觀草。

救飢 正二月。如麥青。炊食。

牛尾瘋

牛尾瘋。不敢吞。疫氣重。流遺村。黃毛特。烏毛嫩。十莊九疔無一存。摩抄犁紀淚。如湧。田中無牛更無種。

抄餽 生深水中。葉如髮。

莖如藻。冬月和魚

煮食。夏秋亦可食。



野蘿蔔

野蘿蔔。生平陸。匪蔓菁。若蘆。求之不難。烹易熟。飢來獲之勝梁肉。

救飢 葉似蘆。故名。熟食。

兔絲根

兔絲根。美可嘗。千萬結。如我腸。飢人得食不輟口。腸細食多死。八九。

救飢 一名兔絲苗。春采

葉苗。秋冬采根。蒸

食。味甘。多食令人

眩暈。



草鞋片

草鞋片。甘貧賤。不踏軟紅塵。嘗行芳草茵。從教惡且嫩。忍向泥塗棄。一任前途阻且長。着來猶能趁熟場。救飢。二三月采。熟食。

抓抓兒

抓抓兒。生水濁。却似瓦松初出時。須知可食不可棄。不能療痒能療飢。

救飢。深秋采之。晒乾。和

穀煮食。如芋清香

可愛。



雀舌草

雀舌草。葉似茶。采之采之。溪之涯。途中飢渴不能進。遍尋煙火無人家。救飢。初生時采。熟食。以

形似稱。

