

序

人受天地之氣以生卽育育物以養
其生百物之名不析則悞取性不識
則悞食悞者在幾微之間而人之死
生壽夭係焉神農有憂之遂制頰鞭
鞭草木而嘗之一日而遇七十二毒
序

爰著本草三卷用以濟世此本草之
權輿也厥後葛洪陶宏景諸公後先
綴緝增以註釋神聖羣僊互相發明
大暢厥旨明李時珍集諸家之長撰
爲本草綱目復於綱目內擇其切於
日用者另爲一編曰食物本草美備

精詳有功於世不小子年來二豎爲
崇切知病由口入故於日用飲食間
殊切戒嚴但苦綱目太繁而他本太
簡因廣輯羣書除近時坊刻十餘種
外博求往古如淮南王崔浩之食經
竺暄之膳飭養療遜思邈之古今食

序

二

治孟詵之食療陳良士之食性管殷
之食經心鑑婁居中之食經通說陳
直之奉親養老吳瑞之日用本草汪
穎之食物八類甯原之食鑑周憲王
之救荒本草一一窮蒐摘其精要益
以見聞著爲是編末後附以日用家

鈔脉學秘傳俾世之讀是書者人人
可以鑑物窮理庶不致名不析而悞
取性不識而悞食以戕其生矣堯天
舜日之民盡登於仁壽之域不才放
廢終老山林所恃操三寸不律黼黻
太平者惟此而已

序

三

旨

康熙辛未孟春西湖沈李龍雲將氏
題於欲靜樓

食物本草會纂

凡例

一人爲萬物之靈原資萬物以養其生凡天壤間食物有關日用者細分品類無不備載使讀之者知有物必有則庶不負天生蒸民之意其無關於日用及怪誕罕見者槩從簡畧

一本草一書自神農首著至今不下數十百種廣爲蒐輯自不待言獨烹飪一事往往庖丁婦豎具有

凡例

一

隻見茲集不恥下問委曲諮詢凡親試經驗者一

一附入用滋悅口亦耕當問奴織當問婢之意也

一食物有氣味主治功用禁忌諸端茲先詳臭味用

口次詳主治用口次詳附方用○間附禁忌悉仍

原本以表先王軫念民瘼利人濟物之至意

一近來坊刻除太繁太簡槩不具論惟施山公所輯

得綱目之旨要似山公所著不載火部果部不載

葡萄介部不載玳瑁乳蠓海螵吐鐵殊爲缺陷至

如火部之烟草水族之江瑤柱諸書多未及載茲特盡爲補入以佐諸刻之不逮

一每類名題之下俱用細書備載諸家註釋及生物原始使食之者飲水知源悉其典故至採用諸書有仍其名氏者有恐篇幅太繁樂從刪節者大約廣蒐博採務求詳盡取要刪繁言歸雅飭耳

一天地生物之奇有似是非良毒大異者有時地稍殊美惡迥別者變幻無方攸關民命不憚細爲

凡例

二

詳晰其一事一物新奇典雅堪佐詩文採用者旁加圈點以備文人不時之需

一同一時也同一物也有彼治之異常可口此治之醜惡不堪物類相感失其調劑故也茲特將治物秘方另爲一帙附於日用家鈔卷內以備詳察

一是書之作原以備四民之日用非爲醫林而設但恐行旌旅次僻野窮鄉謫劣庸醫悞人不少特將藥性脉理一一附載亦明哲保身之要務也

一著書立言往古世令讀之者欲睡欲卧非衆論繁蕪
罔所拆衷卽詞旨沈晦無可咀嚼故也茲集考核
精詳言簡而暢不特以正性命兼可以悅心目頗
費匠心幸好忽視

西湖沈李龍雲將氏謹識



凡例

三

沈雲將曰從來圖繪。絢飾雖工。才暇晰其形似。有悞後學不少。茲集除水火二卷。不便詳繪畧備數則。以見大意。至草木鳥獸。介諸品類。詳考互訂。擬肖逼真。雖遐方異物。按圖可索。識者鑒之。

天雨水



明水



食物本草圖

水部卷一

神水



山岩泉水



阿井水



赤龍浴水



火 炭



火 燧



草 烟

頂上三
名蓋
物必
納烟
中點火
吸之味
最美



火 竹 蘆



麻 胡



米 子 稗



食物本草圖

穀部
卷三

米 糯



米 粳



粟 魁



仁 苽 薏



三

米 子 尾 狼



米 粟



豆 小



麥 雀



麥 蕎



麥 小



豆 豌



豆 大



麥 蕎 苦



麥 大



豆 黎



食物本草圖

穀部
卷三

豆 豇



豆 扁



豆 刀



豆 蠶



五

胡 荽



胡 葱



食物本草圖

菜 薹



蘿 蔔



菜部
四

大 蒜



葱



薹



胡 蘿 蔔



六

茄

馬齒莧

食物本草圖

芥

莴苣



菜部
卷四



蕷 菠

落 葵

菜 莧

苣

七



即白苣

薑

薑

菜

紫

食物本草圖

蕒

苦

菜

薤



卷四

薑

紫

菜

角

鹿

菜

薺

菜

薺



八



菜瓜生



草白翻



食物本草圖

菜部
卷四

縷繁



勒羅



菜蕺



英公蒲



九

蕒苦水



菜搖翹



薑生



藿鹿



食物本草圖

菜部
卷四

蕨



蒿苧



香懷



卽蒿香

藿灰



十

薇



蕻水



卽水芹

合百

菜花石

食物本草圖

芋土

蘿蒔



山丹花紅



菜部
卷四



蠶石草

菜鬚龍

苣蒿

芋

土



食物本草圖

菜部
卷四

瓜 苦



卽癩蘿蔔

瓜 胡



卽黃瓜

瓜 南



盧 壺



瓜 西



瓜 絲



卽天蘿

瓜 越



卽菜瓜

瓜 冬



蕈 薯



蓴 竹



食物本草圖

菜部
卷四

蕈 香



芝 諸



蕪 蕻 芎



耳 石



蕈 菰 磨



耳 木



圭

苜 苜



蓼 馬 蓼 水



食物本草圖

菜部
卷四

荷 薄



蘇 假



蘭 馬



根 葛



齒

薔 香



蘇 紫



食物本草圖

藍甘



精黃



甘露子



五

李



杏豆巴



梅 欄



栗



杏



梅



桃



栗 師 天



棹 楓



瓜 木



食物本草圖

梨 棠



棗



菓部卷五

榲 山



榲 棋



紅 海



梨



七

菴羅菓



柿



食物本草圖

菓部卷五

君遷子

即如椀



橘



柰林禽



柶柿



安石榴



柑



大

桃 櫻



杞 枇



食物本草圖

菓部卷五

櫞 枸



橙



杏 銀



梅 楊



橘 金



柚



七

實 橡



食物本草圖

菓部卷五

子 櫛



桃 胡



實 榭



子

栗 鈎



榛 胡



子斂五



勒摩菴



食物本草圖

眼龍



荔枝



菓部卷六

實榧



勒梨毗



欖橄



荔枝



三

蜜羅波



子椰枕



食物本草圖

菓部卷六

子椰



子松海



菓花無



麩木紗



子漏無



椰櫛



三

桃 猴 獼



萄 葡



食物本草圖

榔 檳 馬



菓 棠 沙



菓部卷六

蔗 甘



蓼 萸



重

根 枳



即 子 念 都



椒



姑 蔥



食物本草圖

菜部卷六

芡



荷 藕 蓮



椒 嗶



茶 茗



茶

芋 烏



芡



子 麩 鹽



食物本草圖

菓部卷六

椒 胡



椒 蔓



林 醋



茄 澄 畢



椒 地



子五

魚竹



即草魚

魚鮓



食物本草圖

鱈部卷七

即鱈魚

魚鱈



魚鯉



魚鱒



魚青



三

魚鱒



即鱈魚

魚鱈



食物本草圖

鱗部卷七

三

魚白鱈



魚鰾



魚勒



魚鰾



魚鱖



魚首石



魚鱖



魚嘉



魚父杜



魚鰕



食物本草圖

魚魴



魚鰱



鱗部卷七

魚斑石



魚鱸



魚鱸



魚鯽



天



石

魚 鮠



魚 鱖



食物本草圖

鱗部卷七

字九

魚 鱖



魚 鱖



魚 鱖



魚 鱖



魚 鱖



魚 鱖



魚

魚類黃



節無魚 鮓

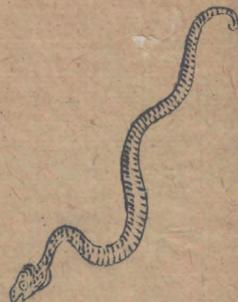


食物本草圖

魚鱣



魚鱣 鱣



豚人河



柳鱣魚 鱣



鱣部卷七

魚鱣



魚鱣



辛

馬海



蛇海



食物本草圖

魚鮫



豚海



鱗部卷七

鱧鰻



魚賊烏



鱧魚目比



圭

蠣 牡



蟹



食物本草圖

龜 毛 綠



龜



介部卷八

蚌



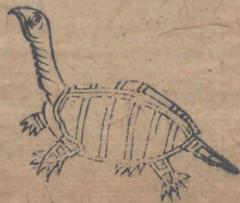
蟹 螯



鱉



玊 瑋



三

螯 車



蜎 蛤



食物本草圖

卷八

蛤 海



蜆



菜 淡



蚌 蛭



蛤 文



牡 珠 眞



三

食物本草圖

介部
八部

言

紫貝



海螺



石決明



車渠



貝子



螺蛳



魁蛤



寄居蟲



鶴



鷓鴣



食物本草圖

禽部卷九

鷓鴣



鷓



鶴



鷓鴣



三

鷓鴣



鷓



鵞 鶖



鷗 鷗



食物本草圖

即鴨 鷺



即天鵝 鷓



禽部卷九

鵠 鵠



鷺 鷺



鳧



鷓



雉

即鳥

狗

魚

食物本草圖

鴟

鷓

鷺

鷺



禽部卷九

雉 鸕

雞

鵝 鷓

鷓



三

鴿



鷄



食物本草圖

鴿 鷓



印錦雞

雉

鷩



禽部卷九

雀



鶻



隼

鶻



鶻

白



巧婦鳥



伏翼



食物本草圖

禽部卷九

寒號蟲



鳴鳴



燕



鼯鼠



斑鳩



桑扈



三

烏 慈



鷺



食物本草圖

舌 百



勞 一 伯



禽部卷九

鴉 烏



鳥 木 喙



鵲 練



鴿 鵲



早

鳥 駝
即火雞



鴨 鸚



食物本草圖

禽部卷九

嘲 鵲



鵲



鷹



雀 孔



鵲 杜



鵲 山



五

鷗



鷗



食物本草圖

禽部卷九

鳩



鷗



鷗

鷗



聖

驢



牛



食物本草圖

獸部卷十一

羊



豕



野駝圖

駝



馬



圖

羊黃



狗



食物本草圖

獸部卷十上

骨

虎



黃牛



獅



豬 豪

馬 野

食物本草圖

犀

豹



麋 熊

猪 野

牛 羣

象



獸部卷十下

單

麕 羊



鹿



麀



靈 貓



山 羊



麇



麝 麝



貓



食物本草圖

獸部卷十下

里

狸



狐



貓

即猪獾



獾

即狗獾



狗 木



風

狸



貉



豺



鼠 鼯



鼠



食物本草圖

獺 水



狼



下

鼯 竹



鼠 鼯



獸部卷十下

獸 鮪 鱸



兔



吳

狻



蝟



食物本草圖

鼠黃



鼠撥土



然果



猴獼



獸部卷十下

鼠馳



鼠鼯



鼯鼠

鼠

猩 猩



狒 狒



食物本草圖

獸部卷下

