





汝南圃史卷之十二目錄

蔬菜部

枸杞

甘菊

五加皮

椒

萵苣

茭苳

茄

淺草文庫



蘿蔔 胡蘿蔔 附

芋

山藥 香蕨 落花 生附

紫蘇

薄荷

薑

韭

葱

蒜

菜

芥

苜 馬齒苋 附

菠薐

芹

瓜豆部 五穀類者甚多 不入

王瓜

生瓜

甜瓜

絲瓜

冬瓜 南瓜 北瓜 附

瓠 卽葫蘆 扁蒲 附

蠶豆 豌豆 附

毛豆

豇豆

刀豆

扁豆

汝南圃史卷之十一 目錄

汝南圃史卷之十二

吳郡周文華含章補次

蔬菜部

○枸杞

枸杞爾雅曰杞枸檮陸機疏云一名若杞

春作羹茹微苦莖似葢子秋熟正赤服

之可輕身益氣本草云一名根杞一名

枸杞一名地輔一名羊乳一名却暑一

名仙人杖一名西王母杖味苦寒根大

寒子微寒無毒無刺者是其莖葉補氣  
益精除風明目堅筋骨補勞傷強陰道  
久食令人長壽根名地骨寇宗奭曰枸  
杞當用根皮地骨當用根皮子當用紅  
實諺云去家千里莫食枸杞言其補益  
強盛無所爲也和羊肉作羹和粳米煮  
粥入葱豉五味補虛勞尤勝南丘多枸  
杞村人食之多壽潤州大井有老枸杞  
樹井水益人名著天下其性與乳酪相

及凡山中皆有之老木虬曲可愛結子  
紅甚點點若綴其葉初萌取炙點茶甚  
美吳中好事者植盆中爲几案供玩

○甘菊

雖有香不足供  
玩故不入菊類

甘菊莖紫氣香味甘委齋百卉志云可作  
羹春月採之亦有花重陽時採以泛酒  
陸龜蒙採杞菊春苗以供左右杯案因  
作杞菊賦冬月鋤地成隴以濃糞澆之  
次年穀雨前後分秧栽時摘去長根種  
不宜密用河水澆活至黃梅內和糞再  
澆三四次方茂立夏至芒種一月內亦  
防菊虎為害深秋摘花去心蒂以熟

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*

鹽和之再入橙瓢或香椽瓢甘草屑共  
作湯用沸水充啖極清香解酒或止將  
花辦曬乾泡湯飲亦可或摘菊頭和糖  
露作餅最有香韻

○五加皮  
五加皮蜀中名白刺顛酒隱居云釀酒主益  
人又異名曰金鹽王屋山人曰何以得  
常久何以食蓄金鹽母又曰寧得一把  
五加不用金玉滿車蘇周異物志曰文  
章作酒能成其味以金買草不言其貴  
文章草卽五加皮也本草曰五加五車  
之星精也性喜肥春分移栽秋分後并  
亦活今吳中園圃丘墓墓籬落竝植之

○五加皮

五加皮蜀中名白刺顛酒隱居云釀酒主益  
人又異名曰金鹽王屋山人曰何以得  
常久何以食蓄金鹽母又曰寧得一把  
五加不用金玉滿車蘇周異物志曰文  
章作酒能成其味以金買草不言其貴  
文章草卽五加皮也本草曰五加五車  
之星精也性喜肥春分移栽秋分後并  
亦活今吳中園圃丘墓墓籬落竝植之

清明時葉方芽未放摘之鹽淳熏乾翠  
色欲滴釀酒香冽

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*

○椒

春秋運斗樞曰玉衡星散為椒爾雅曰檉  
大椒也本草曰椒味辛熱有毒主心腹  
冷氣除齒痛壯陽療陰汗縮小便開腠  
理通血脉潤髮明目殺鬼疰蠱毒及魚  
蛇毒久服輕身延年又能敵穢凡感楊  
梅瘡毒者食之俱能消解烹鮮入調和  
能殺腥氣性與鰻鱺相反多食令人之  
氣十月勿食赤色者佳閉口者殺人喜



栽陰處宜壅河泥若糞澆則葉焦死四  
月開小花五六月摘青椒入鹽梅及醬  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味  
瓜內最有風味

○莧苳

苳數種有苦苳有白苳紫苳皆可食苦苳  
野苳也又名福苳白苳葉有白毛嶺南有  
之吳地無此唯植野苳以供厨饌所謂  
苳苳也本草曰味苦冷微毒補筋骨利  
五臟開胃膈壅氣通經脈止脾氣令人  
齒白聰明少睡產後不可食令人寒中  
小腹作痛六月收子八月下種十月分  
栽冬開以濃糞澆七八次培壅二三

次三月起土削皮和鹽入甕器切片點  
茶或入醬作蔬或同雞肉煮作羹皆有  
鮮味  
五種所製即鹽菜  
蒿青也本草曰水  
少及四無此  
性平味甘  
○菜白

○菜白

菜白一名雕胡古人有作雕胡飯者本草  
云味甘冷去煩熱又云主五臟邪氣腸  
胃痼熱心胸浮熱止消渴利小便多食  
令人下焦冷發冷氣傷陽道不可同蜜  
食清明前分秧每科四五根蒔蒔水田  
內或池澤邊不用澆灌逐年移之心不  
黑若犯鐵器則變為野四五月取葉裹  
角黍五六月菜白甚盛取以和羹可生

啖唯糟食醋食味佳

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*

○茄

茄一名落蘇凡二色或青或紫或白紫為上青次之白為下又有兩形或尖長如牛角或渾圓如小瓜尖長者鬆嫩渾圓者老而多子早者四五月生花即結實晚者六月始生九月尚盛莖高二三尺陷場帝名茄子為崑崙紫瓜昔蔡邕為吳興郡守齋前種白苧紫茄以為常饌種法九月間劈子淘淨曝乾藏之至春

布種以糞水頻澆常令潤澤生葉有蟲  
每晨去之合泥移栽但性畏日炙須有  
雨時或夜間栽之栽宜稀密得勻太密  
難長太稀則日曬土熱易萎夏天日日  
澆水地宜肥瘠則少結一畝種時初見  
根處拍開指硫黃一錢以泥培之結子  
倍多其大如盞味甘而能益人或俟花  
開時取葉布過路以灰圍之結子加倍  
謂之嫁茄或於晦日種莧其傍同澆灌

之茄莧俱茂作羹或燒煮充素饌或醃  
或醋或醬或糟或取小者浸芥辣食俱  
佳而糟辣二種尤善唯吾蘇各邑得此  
法糟辣竝宜晚茄有剝取茄蒂風乾歲  
朝和菜花乾食名安樂菜

○蘿蔔 胡蘿蔔附

蘿蔔一名土酥委齋百卉志曰其葉謂之  
蕪菁又名蔓菁形似菘可生食味微辛  
劉夢得曰三蜀之人呼蔓菁為諸葛菜  
王夔善營度子弟不許仕宦每年止令  
種火田玉乳蘿蔔壺城馬面菘可致千  
緡東坡詩中有蘆菔根尚含曉露清蘿  
白蔓青實有二種種宜春食於夏其莖  
紅者為蘿白種宜秋食於冬其莖白者

為蔓青本草曰蘿白味辛甘溫無毒煮  
食下氣消穀去痰癖止咳嗽制麩毒搗  
汁服主消渴治肺痿能止血消血與地  
黃何首烏同食令人髮白子名萊菔治  
喘嗽下氣消食以衝牆壁蔓青味溫無  
毒主利五臟輕身益氣子能明目每子  
一升可種甘畦先用熟糞勻布畦內仍  
用生糞和子撒種以疎為良密則芟之  
帶露勿鋤犯則生蟲或云以宣州大梨

剝去其核留頂作蓋如壅子狀紉蘿蔔  
子以頂蓋之埋於地中候梨乾或爛取  
出分種則實如梨圓且有利味矣起土  
洗淨以刀四破之或鹽或醋或糟或用  
鹽汁浸蒸曬作乾俱可啖或酒煮作饌  
或肉和作羹竝亦相宜別有一種紅皮  
鮮如血染毘陵間有之京口以上則遍  
地矣蘇松嘉湖間絕無人偶携歸以水  
漾之為玩

胡蘿蔔形如鍾柄有二種一種出江南正  
黃色上下相等長可八九寸一種出江  
北赭黃色上細下粗長僅四五寸味甜  
本草曰味甘平無毒主氣利腸胃種宜  
潮沙地六月下子七月分栽七月下子  
八月分栽喜糞澆九十月起上和糞或  
切段或界絲竝曬乾或長條線穿挂簷  
下風乾食有風味

○芋

芋名土芝一名蹲鴟芋數種叢生有水芋  
有旱芋大者為魁小者為子荒年可以  
度饑本草曰芋味辛平有毒主寬腸充  
肌膚滑口久食令人虛勞無力冬月食  
之不發病紫芋毒少青芋毒多野芋殺  
人廣志曰君子芋大如斗魁青邊芋淡  
善芋大如瓶少子葉如撒蓋緋色紫莖  
孝經援神契曰仲冬鼎星中夜苜芋米

均曰苜蓿亦芋風土記曰博士芋蔓生根  
如鴛鴦卵莊子徂公賦芋杜詩園收芋  
栗芋栗果本也誤以為芋非唯相傳昔  
人有擁爐煨芋詩深夜一爐火渾家團  
圍坐煨得芋頭熟天子不如我則此品  
可當南面王樂豈獨禦窮哉有老僧築  
芋為塹以度凶歲人多賴之種法先擇  
善種於南簷掘坑以礬糠鋪底將種放  
下用稻草蓋之至三月間取埋肥地苗

發數葉移栽近水處區行欲寬寬則過  
風芋本欲深深則根大壅以河泥或用  
灰糞霜降按葉使液歸根吳中所種最  
大無過茶甌粵東西則有大至十斤者  
功片火炙亦佳小芋叢生大芋身俗呼  
芋妳和雞肉煮及烹素饌皆堪啖



○山藥

香蕨落花生附

山藥一名諸負暄雜錄曰山藥本名薯蕷  
 唐代宗諱豫改名薯蕷宋英宗諱曙遂  
 名山藥本草云一名山芋秦楚名玉延  
 鄭越名土藷一名脩脆一名兒草異苑  
 云掘取山藥默然則獲唱名便不可得  
 植之者隨所種之物而象之兩廣山中  
 最多有重至二三十斤一條者種法无  
 將肥地鋤鬆作坑揀取美種竹刀切段

約二寸許臥排種之覆土五寸許旱則  
以水澆之如欲壅培勿犯人糞須以手  
糞及用麻粃既生苗蔓以竹扶之或云  
霜降收子種之亦得若以足踏根亦如  
之古稱最大者曰天公掌次者曰拙骨  
半今吳中所稱賞遠曰濟寧近曰嘉定  
嘉定雖小於濟寧而味更甘香他土種  
者皆不如也  
香蘋味淡甘大者如雞卵小者如彈丸種

法於二月用極鬆地握土成溝入種用  
雞糞灰密蓋夏則發藤以竹引之十月  
起土煮數滾食士庶家俱用點茶  
落花生藤蔓莖葉似扁豆開花落地一花  
就地結一果其形與香蘋相似亦二月  
內種喜鬆土用隔年肥灰壅宜栽背陰  
處秋盡冬初取之煮食味甚甘美人所  
珍貴若未經霜則味苦難入口與香蘋  
山藥俱出嘉定瀕海之地者佳

白蘇所出蘇步地或云出昔山  
今者志在無歸隱本皆環之可與香  
莫之盡本海無二其本出有是又  
白蘇蘇蘇之風而平或云蘇蘇在香  
其山謂其本其山與香蘇味而本  
蘇蘇之氣多蘇蘇以蘇蘇之氣  
蘇蘇之氣多蘇蘇以蘇蘇之氣  
蘇蘇之氣多蘇蘇以蘇蘇之氣  
蘇蘇之氣多蘇蘇以蘇蘇之氣

○紫蘇 白蘇附

紫蘇莖葉俱紫嗅之有香本草云味辛甘  
溫無毒解蟹毒主下氣除寒中解肌毒  
發表治心腹脹滿開胃下食止脚氣通  
大小腸煮汁飲之二月下子四月分秧  
初種先澆河水俟活澆糞水不可用濃  
糞十月收子伏天摘其莖葉入梅醬項  
刻紅如染血撈出曬乾拌糖名梅蘇凡  
糖醋蜜梅及瓜薑諸蔬品並需之十月

收子

白蘇莖葉俱淡綠色種法與紫者同其性喜糞須頻澆只收子味淡而鬆脆作糖纏食佳別有野蘇所取煎湯盥浴亦有香氣子細而黑不可食亦無用

○薄荷

薄荷一名薄荷本草曰味辛苦氣涼性溫無毒主傷頭腦風發汗通利關節及小兒風涎驚風壯熱乃上行之藥病新瘥人食之令虛汗不止猶食之即醉出吾郡學宮前城中有卧龍街而郡學為龍腦其香味較他處產者果勝法宜於清明內取舊根發芽者不見喜肥止用清糞澆三四次小暑後斫青頭亦可泡湯

曬乾尤妙或作糖纏或入糖蜜脆梅或  
澆糖成片名薄苛糖皆能佐酒

本草綱目卷之四十一  
菜部下  
薑  
薑苗高三尺葉似箭竹葉而長兩兩相對  
苗青根黃而無花實論語註曰通神明  
去穢惡晏亨復曰薑桂之性到老愈辣  
本草曰生薑味辛甘氣微溫去皮則熱  
留皮則溫主傷寒頭痛鼻塞咳逆上氣  
止嘔吐入肺開胃益脾散風治痰嗽無  
病人夜不宜食蓋夜氣宜靜而薑能動  
氣故耳乾薑味辛溫熱無毒主胸膈欬

○薑

薑苗高三尺葉似箭竹葉而長兩兩相對  
苗青根黃而無花實論語註曰通神明  
去穢惡晏亨復曰薑桂之性到老愈辣  
本草曰生薑味辛甘氣微溫去皮則熱  
留皮則溫主傷寒頭痛鼻塞咳逆上氣  
止嘔吐入肺開胃益脾散風治痰嗽無  
病人夜不宜食蓋夜氣宜靜而薑能動  
氣故耳乾薑味辛溫熱無毒主胸膈欬

逆止腹痛霍亂脹滿温中種法宜於三  
月耕熟肥地作畦種之龍閣三尺以便  
澆灌培以蠶沙或將灰糞壅之待芽發  
樞去老根上作矮棚以防日曝秋社採  
之遲則漸老成絲矣小雪前後將種曬  
乾掘窖藏之裏以糠粃免致凍損來春  
種之其利益倍諺云養羊種薑子利相  
當早採剝白醋食極鮮或醬食可接新  
老薑和羹能解脾胃氣

○韭 雜附

韭叢生葉細而長近根處白周禮醢人其  
實韭菹爾雅山韭荅曲禮韭曰豐本草齊  
百卉志曰韭是菜鍾乳昔南史周顒清  
貧終日長蔬王儉謂顒曰卿山中何所  
食荅曰赤米白鹽綠葵紫蓼文惠太子  
問顯菜中何味最勝曰春初早韭秋末  
晚菘本草曰韭味辛微酸氣温性急無  
毒不可與蜜同食歸心安五臟除胃熱

下氣補虛充所利病人宜常食冬月用  
根研汁飲之下膈間瘀血小兒初生灌  
之即吐惡血一生少病未出土時為韭  
黃食之滯氣今烹饌中多用之種法有  
用韭子於二七月間先鋤肥地成壟其  
土須極細以碗合地上作籠布子籠中  
用草把蓋將水澆溼上覆乾灰不可渴  
水候出為度有種根宜於八月種後須  
用河泥壅四圍冬間土凍培之尤妙正

月上辛埽去陳葉以耜耨起下水加糞  
高至三尺然後翦之至冬移根藏地窖  
中培以馬糞氣煖即長其葉黃嫩謂之  
韭黃又名凍韭又名韭芽唯崑山圓明  
者朱絕勝價亦貴百里外便艱得視為  
奇品和醬與生肉用麪作皮煨熟名韭  
餅味極可口

韭似韭本草曰味辛苦氣溫無毒主金瘡  
瘡敗諸瘡中風寒水腫生搗熟塗之與

蜜同搗塗湯火瘡甚効歸心去水氣利  
病人止久痢冷瀉齊田橫門人為薤露  
之歌曰薤上露何晞明朝還復落種法  
與韭同二三月種每尺一本葉生則鋤

○葱

葱凡四種山葱胡葱入藥東葱漢葱可食  
似蒜能消五穀本草曰味辛温無毒主  
傷寒寒熱頭痛如破發行中風面目浮  
腫喉痺不通安胎利五臟歸目除肝通  
利大小腸多食昏人神忌與蜂蜜同食  
能和羹又名和事草種不拘時先去冗  
鬚蜜排種之雞糞培壅或以子種來春  
移栽



蒜

蒜即大蒜因別有一種小蒜故以名別之  
五代宮中呼為麝香草花中水僊酷似  
其形六朝人亦號水僊為雅蒜本草曰  
味辛温屬火有毒主散癰腫匿瘡除風  
和毒健胃善化肉破冷氣爛症癖辟瘴  
氣蠱毒蛇蠱溪毒治中暑霍亂轉筋腹  
痛温水送之鼻衄不止搗塗脚心止即  
拭去獨子者佳八月初鋤地成隴逐甑

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*

分排懸二三寸一科糞水洗之葉嫩長  
摘以烹腐或和羹俱佳摘去復生三月  
發苗採可和肉或醃食亦爽口氣臭惟  
蒸熟作乾則臭去味甘四月起根五月  
五日以醋浸之經年食乃佳或搗汁入  
醋澆石首魚或步蒜醋入鹽菜名蒜菜  
味俱辛烈

○菜

菜四時皆有種類特異總謂之蔬有疏通  
之義焉食之則腸胃宣暢而無壅滯之  
患春曰春菜又名白菜本草曰味甘溫  
無毒主通利腸胃除胸煩解酒毒八月  
下子十月分種二三月起食夏曰菘菜  
本草曰性味與白菜略同然多食小冷  
二月下子三月分種四五月起食秋曰  
葵菜又名秋菜王摩詰詩東園露葵朝

折灌園史曰葵能衛足為百菜長又云  
凡植必須露解諺曰觸葵不拍葵日中  
不翦韭是也本草曰味甘寒無毒治五  
臟六腑寒熱羸瘦五瘕利小便療婦人  
乳難四月下子五月分種七八月起食  
種於秋起於冬則為冬葵早冬者家家  
戶戶醃藏過冬曰藏菜此有有二種一  
名箭幹菜幹長渾而白葉少一名梵菜  
相傳種出天竺國故以梵名幹扁短而

青葉多食有香味較勝箭幹性各不同  
箭幹宜燥土梵菜宜潮地二種俱七月  
下子八月分栽冬前起醃方佳若經霜  
則及脫鹽菜宜先曬半日洗淨入鹽箭  
幹鹽多梵菜鹽少醃過即以石壓缸內  
冬至煎汁上罈晚冬者曰蹋菜愈經霜  
雪其味愈甜止宜烹饌九月下子十月  
分栽春盡收子榨油以供一歲烹飪然  
燈之用者曰油菜九月下子十月分栽

春初發菜心即生花未花時摘心以和羹或醃或糟俱甘鮮心可摘一二次復生長二月開黃花如鋪錦豎人韻士都携酒賞之有摘花淖熟曬乾夏間作素饌或拌醬炙肉尤妙栽法畦種為上先將熟糞和土寸許耙耨令熟用水澆潤然後下子以足踏之復覆糞土深如其下既生三葉晨夕澆之時時不可缺糞

○芥

芥多種有青芥黃芥紫芥白芥白芥似菘有毛味劣左傳季氏介其雞謂鴉芥子播其羽也本草云味辛溫無毒歸鼻主除昏邪氣利九竅明目安中久食溫中多食動氣生食發丹石子治風腫毒及麻痺醋研傳之撲損瘀血腰痛腎冷和生薑研微煖塗貼心痛酒醋服此方種者其根大如筍味佳南方即傳其種

於土不相宜比之南種僅能稍勝八九  
月下子九十月栽種喜濃糞頻澆冬盡  
宜削草培根春間取其心作筍或取全  
本入鹽壓乾其色碧翠或再和茴香椒  
末蘿蔔片名蓓菊菜俱有風味其子以  
水浸片時用悶醋同置石盆內久所成  
漿絞出名芥辣澆雞鶩及繚粉切麩素  
饌內啖之胸口俱爽子須隔年者佳或  
用磨棒或不入醋不絞查竝不得法藏

貯甕瓶可越數日用韭菜塞口不致出  
氣變味

按鼠下脫莧字

○莧 馬齒莧附

莧有數種赤莧白莧紫莧紅莧又有人莧  
糠莧鼠。惟人白二種入藥餘皆作蔬茹  
本草曰味甘寒無毒通九竅殺疔蟲益  
氣輕身利大小便多食動風令人煩悶  
冷中損孕墮胎不可與鼈同食以其葉  
裹鼈甲屑置土中恣化成鼈八月收子  
二月初旬下種先鋤地成壟將子拌細  
泥同撒用濃糞蓋之稍長摘嫩葉煮食

老則無味

馬齒莧一名五行草以其葉青莖赤根白花黃子黑而得名也其葉似豆瓣故吳俗又呼為醬瓣草本草曰味酸寒性滑節葉間有水銀服之長年頭髮不白主目盲白翳利大小便止渴殺蟲去寒熱破癥結塗白禿野生春時自發遍地有不需人力播種

○菠薐菜

菠薐外國種莖微紫葉圓而長綠色本草曰性冷微毒利五臟通腸胃解酒毒北人多食肉麪食此則平南人多食魚鼈水米食此則冷不可多食冷大小腸發腰痛令人脚弱不能行服丹石人食之佳劉禹錫佳話錄云此菜來自西域頗稜國誤呼菠薐藝苑雌黃亦云灌園史曰鐘謨所嗜名雨花菜四月收子八月

下種喜肥細土栽宜高阜處和腐糞尤

香

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*

○芥

芥一名水英委齋百卉志曰芥楚葵也字

亦作靳生水中有二種菘芥取根白色

赤芥取莖葉堪作菹菹叔夜曰野人有

快曝背而笑芥子者欲獻之至尊雖有

區區之意亦已疎矣本草曰味甘平寒

無毒主女子赤沃止血養精保血脉益

氣令人肥健嗜食活煩渴今大江灘蘆

葦內雜出有長至五六尺者南京城外



往往栽之水田園圃惟置根種於池澤  
性愛肥土不可缺水清明前發苗摘取  
入鹽點醋食佳

瓜豆部  
王瓜  
王瓜蔓生形長而圓禮記曰孟夏之月王  
瓜生今有青白二種白者曰早王瓜四  
月即結青者曰晚王瓜五六月結俱宜  
嫩摘老則色黃故又名黃瓜本草曰味  
苦氣寒無毒主消渴內痺瘀血月閉寒  
熱酸疼益氣愈聾療諸邪氣熱結鼠瘻  
散癰腫留血止小便數遺不禁種法宜

瓜豆部

王瓜

王瓜蔓生形長而圓禮記曰孟夏之月王  
瓜生今有青白二種白者曰早王瓜四  
月即結青者曰晚王瓜五六月結俱宜  
嫩摘老則色黃故又名黃瓜本草曰味  
苦氣寒無毒主消渴內痺瘀血月閉寒  
熱酸疼益氣愈聾療諸邪氣熱結鼠瘻  
散癰腫留血止小便數遺不禁種法宜

於臘月鋤土極細成隴春分內作溝以  
瓜子勻排用柴灰密蓋再用稻草橫鋪  
將河水遍灑溼透為度每晨又灑候出  
方止即澆糞水未出不可經糞瓜味淡  
而脆生切片點薑醋或拌肉食糟醬皆  
可

○生瓜

生瓜亦蔓生形似王瓜稍長大亦有青白  
二種白者色類扁蒲青者色類田雞又  
名田雞瓜六月採取種法亦與王瓜同  
半破鹽浸入醬為醬瓜可作齋或鹽浸  
曬乾為白瓜點醋食或生切片曬乾浸  
薑醋或拌糖醋俱堪啖

○甜瓜

甜瓜亦蔓生形圓扁六稜皮有青白二種  
味甘青者較勝中有汁浸子飲汁更甘  
本草曰味甘寒有毒止渴除煩多食令  
人虛下部陰痒生瘡動宿冷發虛熱破  
腹崑山圓明村出者為最假其在蔓上  
熟者味鮮美今圃人懼倫兒多預採以  
草盒熟則味失矣種法與玉瓜同小暑  
後方熟生時採之亦與生瓜同用肉稍

甜瓜亦蔓生形圓扁六稜皮有青白二種  
味甘青者較勝中有汁浸子飲汁更甘  
本草曰味甘寒有毒止渴除煩多食令  
人虛下部陰痒生瘡動宿冷發虛熱破  
腹崑山圓明村出者為最假其在蔓上  
熟者味鮮美今圃人懼倫兒多預採以  
草盒熟則味失矣種法與玉瓜同小暑  
後方熟生時採之亦與生瓜同用肉稍

厚或鏤空入生瓜片青椒薑絲砂仁掩  
蓋投醬內名八寶瓜味佳別有一種名  
蒜同瓜形圓可三寸而長六七寸色青  
綠色稜其肉不似甜瓜之酥而味清香  
為絕勝唯圓明出他土栽之不生又有  
一種名金鸞蛋狀類鸞卵而色純黃亦  
有稜其味與甜瓜同

○絲瓜

絲瓜一名天羅絮一名布瓜花黃結瓜深  
綠色有紋而長有長至二三尺者本草  
曰性冷解毒痘及脚癰燒灰傳之粥鍋  
內煮熟同薑醋食佳或同雞鴨猪肉炒  
食枯者云及及子用瓢滌器性賤易生  
不擇土二月中下子即出亦搭架引藤  
藤上架方用糞水澆四五月至七八月  
尚生結霜降後收子和羹亦香灌園史



形皆圓稍扁有稜如甜瓜狀種法與冬  
瓜同時其藤喜緣屋上或一科而生百  
枚則其家主大禍故人種之者少未亦  
痛劣多食發暗疾食物本草亦不載

○瓠扁蒲附

瓠即葫蘆詩經曰幡幡瓠葉采之烹之月  
令仲冬行秋令則瓜瓠不成莊子魏王  
遺我大瓠之種註言護落無所不容也  
昔齊惠王有五石之瓠下彬好飲酒以  
壺瓠枕皮為箴委齋百卉志曰匏亦瓜  
也一曰匏蔓葉大盈尺實青白色大尺  
圍長二尺許有毛本草云瓠味苦寒有  
毒主面目四肢浮腫下水多食令人吐

葫蘆味甘平無毒主水腫益氣則瓠與  
葫蘆實有別今吳中皆呼為葫蘆唯圓  
扁如石鼓者名盒盤葫蘆上細下墜者  
名長柄葫蘆上尖中細下圓如兩截者  
名摘頸葫蘆又名藥葫蘆各種俱大小  
不一種法掘坑深五尺許以麻油及爛  
草糞填底令各一重檢子十顆種着糞  
上待至蔓長作架引之揀取強者兩莖  
相貼用麻纏合各除一頭莖既相着如

前再貼如是數次併為一稜結子之後  
復揀留一大者別有界瓢法研碎芥辣  
以筆畫之其處不長儼如刻成此細頸  
者用之欲合柄曲切開藤根嵌巴豆肉  
一粒在內兩三日後其葉盡癯瓢亦柔  
軟隨意挽結作巧以線縛定取出巴豆  
隨即甦活遂成結瓢此長柄者用之或  
將瓢子種傍雞冠兩邊去皮合繫一塊  
待長切斷瓢根令托雞冠結瓢紅色謂

之仙瓢圓扁者嫩可作羹或刻取其絲  
隨圓旋轉相續不斷曬乾和雞肉煮更  
有風味摘頭者不可食

扁蒲亦青白色質似葫蘆上蒂尖小以下  
漸大形多彎者秋初收子冬盡鋤地澆  
糞二月再鋤步潭下種每潭入子二三  
粒即蓋薄土以防雨淋四月採作羹味  
不見美

○蠶豆 豌豆附

蠶豆殼似蠶故名子青白色早者清明開  
花立夏子綻晚者穀雨開花芒種子綻  
種出雲南傳來者子扁厚如子大指味  
甘小者比黃豆稍細味亦淡本草曰味  
溫氣微辛主快胃利五臟種法宜於八  
月終鋤地九月初步潭下子十二月土  
凍用乾草薄蓋立春撤去將裸旁土鋤  
鬆苗自長大不須澆灌採豆後拔莖拌



河泥最肥麥地高田俱可種青時採剝  
淖熟食甚佳然須圓內生者為鮮街頭  
市賣則經日越宿食無味候枯收子曬  
乾炒食亦香高阜處多枯採以斗石易  
價即作豆種

豌豆莢酷似夾明而子圓如菜豆以小兒  
喜啖又名孩豆吳俗又呼蠶豆為大豌豆  
豌豆為小豌豆本草曰味甘平無毒主調  
順榮衛和中益氣種法同蠶豆採食亦

同時煮湯甘鮮香美

○毛豆黃豆紫羅豆黑豆菜豆赤豆

毛豆殼子俱青殼有毛又名青豆本草曰  
味甘平無毒主殺鬼氣止痛逐水除胃  
中熱下瘀血解藥毒生食令人吐嘔其  
種早晚不同自四月至八月相續不絕  
唯以子大而耳為佳種二月至四月皆  
可鋤地下子不茂灌自生長但種豆則  
地瘦栽他物不茂青採和羹及入水燒

熟去殼啖味俱甘鮮或剝子加鹽水淖  
滾撈起鋪鐵篩內下燃炭火炙乾名青  
豆點茶或入果盒俱佳秋枯收子作種

○豇豆

豇豆細長如裙帶又名裙帶豆莢色有青  
赤二種帶莢食種與扁豆同時而生豆  
則早於扁豆蔓不見長以籬竹三莖搭  
架引上即生喜地鬆頻澆糞採渾點薑  
醋或油拌或和雞肉羹俱佳秋枯收種  
青莢者子黑赤莢者子紅亦有黑者煮  
爛可作豆砂為籠炊餛有和白米蒸飯  
亦香可食



○扁豆

扁豆蔓生一名沿籬豆又名羊眼豆莢形扁而色青子有白紫二種早者六月開花結豆晚者七月方生白花白豆紫花紫豆白者呼為白扁豆其質味香嫩勝於紫豆本草曰味甘微溫無毒主和中下氣治霍亂吐痢不止殺一切草木及酒毒花主女子赤白帶下乾米飲和服之葉主霍亂吐痢不止別有一種五

此豆蔓生... 莢形扁而... 子有白紫... 早者六月... 晚者七月... 花結豆... 紫豆白者... 於紫豆... 下氣治... 酒毒花... 服之葉... 別有一... 種五

六莢聚生狀如龍瓜名龍瓜豆殼色淡  
白子則無異清明內鋤地下子出長三  
四寸卽以竹引蔓再長用竹木搭架透  
風藟多生自出後至結子無時可缺糞  
如天暑久旱宜先澆水溼地然後澆糞  
有黃葉翦之摘豆煮湯湯與豆味皆香  
美此夏秋園中第一品也蒸食雖無湯  
豆味尤佳剝豆薰乾或俟深秋拓採炒  
食或收貯至冬春先以滾水炮去子入

糖霜水煮熟點茶俱極可口



