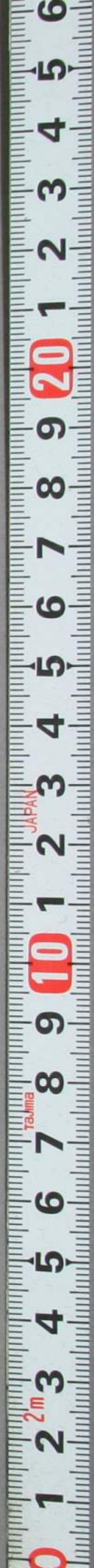


ヤ 10
934
13



門 10
號 934
卷 13

弦雪居重訂遵生八牋卷之十二

景陵鍾 惺伯敬父較閱

飲饌服食牋

卷

家蔬類 皆余手製。曾經知味者。賤入。非漫錄也。或傳有不同。悉聽製度。

配鹽瓜菽

老瓜嫩茄。合五十斤。每斤用淨鹽二兩半。先用半兩醃瓜茄一宿。出水。次用橘皮五斤。新紫蘇連根三斤。生薑絲三斤。去皮。杏仁二斤。桂花四

兩甘草二兩黃豆一斗。煮酒五斤。同拌入瓮。合
滿捺實。箬五層。竹片捺定。箬裹泥封。晒日中。兩
月取出。入大椒半斤。茴香砂仁。各半斤。勻晾。晒
在日內發熱。乃酥美。黃豆須揀大者。煮爛以麩
皮。罨熱。去麩皮淨用。

糖蒸茄

牛奶茄嫩而大者。不去蒂。直切成六稜。每五十
斤。用鹽一兩拌勻。下湯焯令變色。瀝乾。用薄荷
茴香末。夾在內。砂糖二斤。醋半鍾。浸三宿。晒乾
還滴。直至滴盡。茄乾壓隔。收藏之。

蒜梅

青硬梅子二斤。大蒜一斤。或囊籜淨。炒鹽三兩。
酌量水煎湯。停冷浸之。候五卅日。後滴水。將變
色。傾出再煎。其水停冷浸之。入瓶。至七月後。食
梅無酸味。蒜無葷氣也。

釀瓜

青瓜堅老而大者。切作兩片。去穰。略用鹽。出其
水。生薑陳皮。薄荷。紫蘇。俱切作絲。茴香炒砂仁

砂糖拌勻。入瓜內。用線扎定成個。入醬缸內。五
六日取出。連瓜晒乾。收貯。切碎了晒。

蒜瓜

秋間小黃瓜一斤。石灰白礬湯焯過。控乾。鹽半
兩。醃一宿。又鹽半兩。剝大蒜瓣三兩。搗為泥。與
瓜拌勻。傾入醃下水中。熬好酒醋。浸着凍處。頓
放冬瓜茄子同法。

三煮瓜

青瓜堅老者。切作兩片。每一斤用鹽半兩。醬一
兩。紫蘇甘草少許。醃伏時。連滷夜煮。日晒。凡二
次。煮後晒至雨天。留甑上蒸之。晒乾收貯。

蒜苗乾

蒜苗切寸段。一斤。鹽一兩。淹出臭水。略晾乾。拌
醬糖少許。蒸熟晒乾。收藏。

藏芥

芥菜肥者。不犯水。晒至六七分乾。去葉。每斤鹽
四兩。淹一宿。取出。每莖扎成小把。置小瓶中。倒
瀝盡其水。并煎醃出水同煎。取清汁。待冷入瓶。

封固夏月食。

菜豆芽

將菜豆冷水浸兩宿候漲換水淘兩次烘乾預掃地潔淨以水洒濕鋪紙一層置豆於紙上以盆蓋之一日兩次洒水候芽長淘去壳沸湯略焯薑醋和之肉燥尤宜。

芥辣

三年陳芥子碾細水調捺實碗內韌紙封固沸湯二五次泡出黃水覆冷地上頃後有氣入淡醋解開布濾去查。又法加細辛二三分更辣。

醬佛手香櫟梨子

梨子帶皮入醬缸內久而不壞香櫟去穰醬皮佛手全醬新橘皮石花麵筋皆可醬食其味更佳。

糟茄子法

五茄六糟鹽十七。更加河水甜如蜜。茄子五斤糟六斤鹽十七兩河水兩小碗拌糟其茄味自甜此藏茄法也非暴用者。又方中樣晚茄

水浸一宿每斤用鹽四兩。糟一斤亦妙。

糟薑方

薑一斤。糟一斤。鹽五兩。揀社日前可糟。不要見水。不可損了薑皮。用乾布搽去泥。晒半乾。後糟鹽拌之入甕。

糖醋瓜

用六月伏。旋摘白生瓜。以五十斤爲率。破作兩片。去其練。切作寸許。大厚三分。三刀塊子。然後將籬盛於水。洗淨。每十斤用鹽五兩。缸內鹽之。約一個時。翻轉。再過半時。瀝起。攤在蘆蓆上。猛日中晒。令半乾。先切橘皮絲。薑絲。花椒皮。炒鹽。篩淨。將好醋下鍋煎沸。每十斤用醋二十二兩。五錢好砂糖十兩。入鹽醋內。傾於器中。候冷。將瓜乾薑椒等。入醋拌勻。過宿。翻轉。又一宿。再翻。後收藏。只要泡洗器具乾淨。斷水跡。向陰處收藏。

素筍鮓

用好筍。六七個。扯如小指大條子。秤五斤。入湯。

內煮三四沸。捺在筲箕內帶熱榨乾。先焙蒔蘿苗香。共半合碾碎不可細了。揀花椒片小半合赤麩米大半合以湯泡軟。披葱頭須半碗杏仁一合許。去皮尖播碎用酒調湯熬油二兩於鍋內候熟住火。先傾杏仁入油沸過次下蒔及料物。用鐵錘頻翻三四轉嘗其鹹淡逐漸竅於器中。將溫赤麩旋摻入捺實以荷葉蓋上用竹片拴定。以石壓之三四箇時辰可用。

又笋鮓方

春間取嫩笋。剝淨去老頭切作四分。大一寸長塊上籠蒸熟以布包裹榨作極乾投於器中。下油用製造與麩鮓同。

糟蘿蔔方

蘿蔔一斤。鹽三兩。以蘿蔔不要見水。揩淨帶須半根。晒乾糟與鹽拌過。次入蘿蔔又拌過入甕。此方非暴吃者。

做蒜苗方

苗用些少鹽淹一宿。晾乾。湯焯過又晾乾以其

草湯拌過。上甑蒸之。晒乾。入甕。

三和菜

淡醋一分。酒一分。水一分。鹽甘草調和其味。得所煎滾。下菜薑絲橘皮絲各少許。白芷一二小片。慘菜上重湯頓。勿令開至熟食之。

暴莖

菘菜嫩莖湯焯半熟。紐乾切作碎段。少加油略炒過。入器內。加醋些少。停片時食之。

胡蘿蔔菜

取紅細胡蘿蔔切片。同切芥菜。入醋略醃片時食之。甚脆。仍用鹽些少。大小茴香薑橘皮絲同醋共拌。醃食。

胡蘿蔔餅

俗名紅蘿蔔也

切作片子。滾湯略焯。控乾。入少許蒴花。大小茴香薑橘絲。花椒末。紅麴研爛。同鹽拌勻。罨一時食之。

又方

白蘿蔔茭白。生切筭。煮熟。三物俱同。此法作餅。

可供。

晒淡笋乾

鮮笋猫兒頭不拘多少。去皮切片条。沸湯焯過。晒乾收貯。用時米泔水浸軟。色白如銀。鹽湯焯。卽醃笋矣。

蒜菜

用嫩白冬菜。切寸段。每十斤。用炒鹽四兩。每醋一碗。水二碗。浸菜於瓮內。

做瓜法

用堅硬生瓜。切開去穰。指乾。不要犯水。切三角小塊。以十斤爲率。用鹽半斤。放在大盆內。浸一宿。明早以麻布袋之。用石壓乾。蒔蘿茴香。花椒。橘皮。紫蘇。生薑。各五錢。俱切絲。和瓜拌勻。好砂糖十兩。以醋二碗。碾糖極爛。以磁器盛之。把在日中晒。頻翻轉。以汁盡爲度。乾則入瓶收貯。

淡茄乾方

用大茄洗淨。鍋內煮過。不要見水。擘開。用石壓乾。趁日色晴。先把皮晒熱。攤茄子於瓦上。以乾

遵生八牋 卷十二
爲度藏至正二月內和物勻食其味如新茄之味。

十香鹹豉方

生瓜并茄子相半。每十斤爲率。用鹽十二兩。先將內四兩醃一宿。瀝乾。生薑絲半斤。活紫蘇連梗切斷半斤。甘草末半兩。花椒揀去梗核碾碎。二兩。茴香一兩。蔞蘿一兩。砂仁二兩。藿葉半兩。如無亦罷。先五日將大黃豆一升煮爛。用炒麩皮一升。拌罨做黃子。待熱過篩去麩皮。止用豆豉。或用酒一瓶。醋糟大半碗。與前物共和打拌。泡乾淨。瓮入之。捺實用箒四五重。蓋之竹片廿字。并定。再將紙箒扎瓮口。泥封晒日中。至四十日。取出略晾乾。入瓮收之。如晒可二十日。轉過瓮。使日色週遍。

又造芥辣法

用芥菜子一合。入搗盆研細。用醋一小盞。以水和之。再用細絹擠出汁。置水缸涼處。臨用時再加醬油醋調勻。其辣無比。其味極妙。

芝蔴醬方

熟芝蔴一斗搗爛用六月六日水煎滾晾冷用
罈調勻水淹一手指封口晒五七日後開罈將
黑皮去後加菜酒釀糟三碗好醬油三碗好酒
二碗紅曲末一升炒菜荳一升炒米一升小尚
香末一兩和勻過二七日後用。

盤醬瓜茄法

黃子一斤 瓜一斤 鹽四兩 將瓜擦原醃
瓜水拌勻醬黃每日盤二次七七四十九日入

罈

乾開瓮菜

菜十斤炒鹽四十兩用缸醃菜一皮菜一皮鹽
醃三日取起菜入盆內揉一次將另過一缸鹽
漚收起聽用又過三日又將菜取起又揉一次
將菜另過一缸留鹽汁聽用如此九遍完入瓮
內一層菜上洒花椒小茴香一層又裝菜如此
緊緊實實裝好將前留起菜漚每罈滾三碗泥
起過年可吃。

撒拌和菜

將麻油入花椒先時熬一二滾收起臨用時將油倒一碗入醬油醋白糖些少調和得法安起凡物用油拌的即倒上些少拌吃絕妙如拌白菜荳芽水芹須將菜入滾水焯熟入清水漂着臨用時榨乾拌油方吃菜色青翠不黑又脆可口。

水豆豉法

將黃子十斤好鹽四十兩金華甜酒十碗先日
用滾湯二十碗充調鹽作溜留冷定清聽用將黃子下缸入酒入鹽水晒四十九日完方下大小茴香各三兩草果一兩官桂五錢木香三錢陳皮絲一兩花椒一兩乾姜絲半斤杏仁一斤各料和入缸內又晒又打三日將罈裝起隔年吃方好醃肉吃更妙。

倒燻菜

每菜一百斤。用鹽五十兩醃了入罈裝實用鹽溜調毛灰如乾麵糊口。上攤過封好不必草塞

辣芥菜清燒

用芥菜。不要落水。晾乾軟了。用滾湯一焯。就起
笊籬。撈在篩子內。晾冷。將焯菜湯。晾冷。將篩子
內菜。用鬆鹽些少。撒拌入瓶。後加晾冷菜。漚液
上包好。安頓冷地上。

蒸乾菜

將大窠好菜。擇洗淨。乾入沸湯內。焯五六分熟。
晒乾。用鹽醬。蒔蘿花。椒砂。糖。橘皮。同煮極熟。又
晒乾。并蒸片。時以磁器收貯。用時着香油。揉微
用醋飯上蒸食。

鷓鴣茄

揀嫩茄。切作細縷。沸湯焯過。控乾。用鹽醬。花椒。
蒔蘿。茴香。甘草。陳皮。杏仁。紅豆。研細末。拌勻。晒
乾。蒸過。收之。用時以滾湯泡軟。蘸香油。燻之。

食香瓜茄

不拘多少。切作碁子。每斤用鹽八錢。食香。同瓜
拌勻。於缸內醃一二日。取出。控乾。日晒。晚復入
涵水內。次日又取出。晒。凡經三次。勿令太乾。裝

入罈內用

糟瓜茄

瓜茄等物每五斤。鹽十兩和糟拌勻。用銅錢五十文逐層鋪上。經十日取錢不用。別換糟入。瓶收。久翠色如新。

菱白鮓

鮮菱切作片子。焯過控乾。以細蔥絲。蒔蘿苗。香花椒。紅麴。研爛。并鹽拌勻。同醃。一時食。藕梢鮓。同此造法。

糖醋茄

取新嫩茄切三角塊。沸湯瀉過。布包榨乾。鹽淹一宿。曬乾。用薑絲。紫蘇。拌勻。煎滾糖醋。潑浸。收入磁器內。瓜同此法。

糟薑

社前取嫩薑不拘多少。去蘆。擦淨。用酒和糟鹽拌勻。入磁罈中。上加沙糖一塊。箬葉紮口。泥封七日可食。

醃鹽菜

白菜削去根。及黃老葉洗淨控乾。每菜十斤用鹽十兩甘草數莖以淨瓮盛之將鹽撒入菜內內擺於瓮中。入蒔蘿少許。以手按實。至半瓮再入甘草數莖候滿瓮用磚石壓定醃三日後將菜倒過扭去滷水於乾淨器內另放。忌生水却將滷水澆菜內候七日。依前法再倒用新汲水滄浸仍用磚石壓之其菜味美香脆若至春間食不盡者於沸湯內焯過曬乾收之。夏間將菜溫水浸過壓乾入香油拌勻。以磁碗盛於飯上蒸過食之。

蒜冬瓜

揀大者去皮穰切如一指闊以白礬石灰煎湯焯過漉出控乾每斤用鹽二兩蒜瓣三兩搗碎同冬瓜裝入磁器添以熬過好醋浸之。

醃鹽韭法

霜前揀肥韭無黃稍者擇淨洗控乾。於磁盆內鋪韭一層糝鹽一層候鹽韭勻鋪盡爲度醃一二宿翻數次裝入磁器內用原滷加香油少許。

尤妙。或就韭內醃小黃瓜。小茄兒。別用鹽醃去水。韭內拌勻收貯。

造穀菜法

用春不老菜。臺去葉洗淨。切碎如錢眼子。大晒乾。水氣勿令太乾。以薑絲炒黃豆。每菜一斤。用鹽一兩。入食香。相停揉回。滷性裝入確內。候熟隨用。

黃芽菜

將白菜割去梗葉。止留菜心。離地二寸許。以糞土壅平。用大缸覆之。缸外以土密壅。勿令透氣。半月後。取食其味最佳。黃芽。韭薑芽。蘿蔔芽。川芎芽。其法亦同。

酒豆豉方

黃子一斗五升。篩去麩。令淨。茄五斤。瓜十二斤。薑勛十四兩。橘絲隨放。小茴香一升。炒鹽四斤。六兩。青椒一斤。一處拌入。瓮中捺實。傾金花酒。或酒娘醃過各物。兩寸許紙箬札縛。泥封。露四十九日。罈上寫東西字。記號。輪晒日滿。傾大盆。

內晒乾爲度以黃草布罩蓋。

紅鹽荳

先將鹽霜梅一個安在鍋底下。淘淨大粒青豆。蓋梅又將豆中作一窩下鹽在內。用蘇木煎水。入白礬些少。沿鍋四邊澆下。平豆爲度用火燒。乾豆熟鹽又不泛而紅。

五美薑

嫩薑一斤切片用白梅半斤打碎去仁入炒鹽二兩拌勻。晒三日次入甘松一錢甘草五錢檀香末二錢又拌晒三日收用。

醃芥菜

每菜十斤用鹽八兩爲則

十月內採鮮嫩芥菜切碎湯焯帶水撈於盆內與生蒿苣熟麻油芥花芝麻鹽拌勻。實於瓮內三五日吃至春不變。

食香蘿蔔

每蘿蔔十斤用鹽八兩淹之

切作骰子大鹽醃一宿日中晒乾切薑橘絲大小茴香拌勻煎滾熟醋澆上用磁瓶盆盛日中晒乾收貯。

糟蘿蔔茆苡苜筍菜瓜茄等物

用石灰白礬煎湯冷定將前物浸一伏時將酒滾熱泡糟入鹽又入銅錢一二文量糟多少加入醃十日取起另換好糟入鹽酒拌入罈內收貯箬扎泥封

五辣醋方

醬一匙醋一錢白糖一錢花椒五七粒胡椒一二粒生姜一分或加大蒜一二蒲更妙

野菽類

余所選者與王西樓遠甚皆人所無可食者方敢錄存非王所擇有所爲也

黃香萱

夏時採花洗淨用湯焯拌料可食。入癩素品。如荳腐之類極佳。凡欲食此野菜品者。須要采洗潔淨。仍看葉背。心科。小蟲。不令誤食。先辦料頭。每醋一大酒鍾。入甘草末三分。白糖霜一錢。藤油半盞。和起作拌。菜料頭。或加搗薑些少。又是一製。凡花菜采來。洗淨滾湯焯起。速入水漂一

時然後取起榨乾。拌料供食。其色青翠。不變如生。且又脆嫩不爛。更多風味。家菜亦如此法。他若炙燂作齏。不在此製。

甘菊苗

甘菊花春夏旺苗。嫩頭采來。湯焯如前法食之。以甘草水和山藥粉拖苗油燂。其香美佳甚。

枸杞頭

枸杞子嫩葉及苗頭。採取如上食法。可用以煮粥更妙。四時惟冬食。 

菱科

夏秋采之。去葉去根。惟留梗。上圓科。如上法熟食亦佳。糟食更美。野菜中第一品也。

蓴菜

四月采之。滾水一焯。落水漂用。以薑醋食之亦可。作肉羹亦可。

野苧菜

夏采熟食。拌料炒食俱可。比家苧更美。

野白薺

連生片 卷十二
四時采嫩者生熟可食。

野蘿蔔

菜似蘿蔔。可采根苗熟食。

萹蒿

春初採心苗入茶最香。葉可熟食。夏秋莖可作
莖

黃連頭

卽藥中黃連。采頭鹽醃晒乾。入茶最佳。或以
食亦美。

水芹菜

春月採取。滾水焯過。薑醋麻油拌食。香甚。或湯
內加鹽焯過晒乾。或就入茶供亦妙。

茉莉葉

茉莉花嫩葉。采洗淨。同豆腐燒食。絕品。

鴛腳花

採單瓣者可食。千瓣者傷人。湯焯加鹽拌料。亦
可燒食。如入瓜。蒸炒食俱可。春時食苗。

梔子花

一名薝蔔

採花洗淨。水漂去腥。用麵入糖鹽。作糊花拖油
燂食。

金荳兒 卽决明子

採荳湯焯。可供茶料。香美甘口

金雀花

春初採花鹽湯焯。可充茶料。拌料。亦可供饌。

紫花兒

花菓皆可食

香春芽

採頭芽湯焯。少加鹽晒乾。可留年餘。以芝蔴拌
供新者。可入茶最宜。炒麵飭食佳。燒豆腐素菜
無一不可。

蓬蒿

採嫩頭二三月中方盛。取來洗淨。加鹽少醃。和
粉作餅。油燂香美可食。

灰莧菜

採成科。熟食煎炒俱可。比家莧更美

桑菌 柳菌

俱可食。採以同素品燒食。

鵞腸草 粗者是

採可焯熟。拌料食之。

雞腸草 同上食

綿絮頭

色白生田埂上。採洗淨。搗如綿。同粉麵作餅食。

蕎麥葉

八九月採。初出嫩葉。熟食。

西洋太紫

七八月採葉。燒豆腐 品。

磨菇

採取晒乾。生食作羹。美不可言。素食中之佳品也。

竹菇

此更鮮美。熟食無不可者。

金蓮花

夏採葉梗。浮水面湯焯。薑醋油拌食之。

天茄兒

鹽焯供茶。薑醋拌供饌。

看麥娘

隨麥生隴上。春采熟食。

狗脚跡

生霜降時。葉如狗脚。採以熟食。

斜蒿

三四月生。小者全科可用。大者摘嫩頭。湯中焯過。曬乾。食時再用湯池料拌食之。

眼子菜

六七月採。生水澤中。青葉紫背。莖柔滑細。長數尺。採以湯焯熟食。

地踏葉

一名地耳。春夏中生。雨中。雨後採。用薑醋熟食。日出即沒而乾枝。

窩螺薺

正二月採之熟食。

馬齒莧

初夏採。沸湯焯過。曬乾。冬用旋食。

馬蘭頭

二三月叢生熟食。又可作羹。

茵陳蒿

即青蒿兒

春時採之。和麵作餅炊食。

雁兒腸

二月生如荳芽菜。熟食。生亦可食。

野菱白菜

初夏生水澤傍。即荳芽兒也。熟食。

倒灌薺

採之熟食。亦可作羹。

苦蕒臺

三月採用葉搗。和麵作餅食之。

黃花兒

正二月採熟食

野葶薺

四時採。生熟可食。

野葶薺

葉莖似葶薺。而小。生野山。多藤蔓。生熟皆可食。

油灼灼

生水邊華光澤。生熟皆可食。又可醃作乾菜。蒸食。

板蕎蕎

正二月採之炊食。三四月不可食矣。

碎米齋

三月採。止可作齋。

天藕兒

根如藕而小。炊熟作藕菜。拌料食之。葉不可食。

蚕荳苗

二月採為茹。麻油炒。下鹽醬煮之。少加姜葱。

蒼耳菜

採嫩葉洗焯。以薑鹽苦酒拌食。去風濕。子可雜米粉為糗。

芙蓉花

採花去心蒂。滾湯泡一二次。同豆腐少加胡椒紅白可愛。

葵菜

比蜀葵叢短而葉大性溫

採葉與作菜羹同法食。

丹桂花

採花洒以甘草水和米春粉作糕。清香滿頰。

萵苣菜

采梗去葉去皮。寸切以滾湯泡之。加薑油糖醋拌之。

牛蒡子

十月採根洗淨煮。毋太甚。取起搥碎。匾壓乾。以鹽醬蘿薑椒。熟油。諸料拌。浸一二日。收起焙乾。如肉脯味。

槐角葉

採嫩葉細淨者搗爲汁。和麪作餲。以鹽醬爲熟。齋食。

椿樹根

秋前採根。搗篩和麪作小餲塊。清水煮服。

百合根

採根瓣晒乾和麪作湯餅。蒸食甚益氣血。

括萋根

溪掘大根削皮至白寸切水浸一日一換至五
七日後收起搗爲漿末以絹濾其細漿粉候乾
爲粉和粳米爲粥加以乳酪食之甚補

凋菰米

凋菰卽今胡糝也曝乾礮洗造飯香不可言

錦帶花

採花作羹柔脆可食

菖蒲

石菖蒲白朮煮爲末每一斤用山藥三斤煉密

水和入麪內作餅蒸食

李子

取大李子剝去核用白梅甘草泡滾湯焯之以
白糖和松子攪仁研末填入甑上蒸熟食之

山羊頭

採芋爲片用梘子煮過去苦杏仁爲末少加醬
水或鹽和麪將芋片拖煎食之

東風齋

卽齋菜也

採齋一二升洗淨入淘米三合水三升生薑一

茅頭搥碎同入釜中。和勻上澆麻油一覘殼再不可動。以火煮之。動則生油氣也不着一些鹽醋。若知此味。海陸八珍皆可厭也。

玉簪花

採半開莖。分作二片。或四片。拖麩煎食。若少柳鹽白糖入麩調勻。拖之味甚香美。

茄子花

又一法再錄

採半開花。礬水焯過。及細苧絲大小苧香花。椒紅麩黃米飯研爛。同鹽拌勻。醃壓半日。食之用。

礬焯過用蜜煎之。其味亦美。

水菌

用朽桑木。樟木。楠木。截成一尺長段。騰月掃爛葉。擇肥陰地。和木埋于深畦。如種菜法。春月用米泔水澆灌。不時菌出。逐日灌以三次。即太如拳。採回素菜炒食。作脯俱美。木上生者。且不傷人。

藤花

採花洗淨。鹽湯酒搦勻。入甑蒸熟。晒乾。可作食。

餡子美甚。葷用亦佳。

江薺

生臘月生熟皆可食。花時勿食。但可作齏。

商陸

採苗莖洗淨熟蒸食。加鹽料。紫色者味佳。

牛膝

採苗如剪韭法可食。

湖藕

採生者截作寸塊。湯焯鹽醃去水。葵漚少許薑

橘絲大小茴香黃米飯研爛。細拌荷葉包壓隔

宿食之。

防風

採苗可作菜食。湯焯料拌極去瘋。

芭蕉

蕉有二種。根粘者為糯蕉可食。取根切作手大
片子。灰汁煮令熟去灰汁。又以清水煮。易以二
次。令灰味盡。取壓乾。以鹽醬大小茴香花胡椒
乾薑熟油研拌蕉根。入瓦鉢中。醃一二日。取出

少焙略試令軟食之。全似肥肉。

水菜

狀似白菜。七八月間。生田頭。水岸叢聚。色青。湯焯醬煮可食。

蓮房

取嫩去皮子并蒂。入灰煮。又以清水煮去灰味。同蕉脯法焙乾。石壓令匾。作片食之。

苦益菜

即胡麻

取嫩葉作羹。大甘麻。

松花藍

採去赤皮。取嫩白者。蜜漬之。畧燒令蜜熟。勿太熟。極香脆美。

白芷

採嫩根蜜漬。糟藏皆可食。

防風芽

採芽如胭脂色者。如嘗菜料拌食之。

天門冬芽

川芎芽

水藻芽

牛膝芽

菊花芽

苻菜芽 同上拌料熟食。

水苔

春初採嫩者。淘擇令極淨。更要去沙石虫子。以石壓乾。入鹽油花椒。切韭芽同拌。入瓶再加醋。薑食之甚美。又可油炒加鹽醬亦善。

蒲蘆芽

採嫩芽切斷。以湯焯。布裏壓乾。加料如前作鮮。妙甚。

鳳仙花梗

採梗肥大者。去皮削令乾淨。早入糟。午間食之。

紅花子

採子淘去浮者。碓內搗碎。入湯泡洗。更搗更煎。汁。鍋內沸。入醋點住。絹挹之。似肥肉。入素供極精。

金雀花

春初開。形狀金雀。朵朵可摘。用湯焯。作茶供。或以糖。和油醋。拌之。可作菜。甚清。

寒豆芽

用寒豆淘淨將蒲包趁濕包裹春冬置炕傍近火處夏秋不必日以水噴之芽出去殼洗淨湯焯入茶供芽長作菜食

黃豆芽

大黃豆如上法待其出芽些少許取起淘去殼洗淨煮熟加以香薑橙絲木耳佛手柑絲拌勻多著麻油糖霜入醋拌供美甚

醞造類

醞造類

此皆山人家養生之酒非肆肆藥酒

桃源酒

白麴二十兩剉如棗核水一斗浸之待發糯米一斗淘極淨炊作爛飯攤冷以四時消息氣候投放麴汁中攪如稠粥候發即更投二斗米飯嘗之或不似酒勿怪候發又二斗米飯其酒即成矣如天氣稍煖熟後三五日甕頭有澄清者先取飲之縱令酣酌亦無傷也此本武陵桃源中得之後被齊民要術中採掇編錄皆失其妙

此獨真本也。今商議以空水浸米，尤妙。每造一斗水，煮取一升，澄清汁浸麴，俟發，經一日，炊飯。候冷，卽出瓮中，以麴麥和還入瓮中，每投皆如此。其第三、第五皆待酒發後，經一日投之。五投畢，待發定，訖一二日，可壓。卽大半化爲酒，如味硬，卽每一斗蒸三升糯米，取大麥蘗麴一大匙，白麴末一大分，熟攪和盛葛布袋中，納入酒甕。候甘美，卽去其袋。然造酒，北方地寒，卽如人氣投之。南方地暖，卽須至冷爲佳也。

香雪酒

用糯米一石，先取九斗淘淋極清，無渾脚爲度。以桶量米，准作數米，與水對克，水宜多一斗，以補米脚。浸于缸內，後用一斗米如前淘淋炊飯。埋米上草蓋，覆缸口二十餘日，候浮先瀝飯殼。次瀝起米，控乾，炊飯乘熟，用原浸米水澄去水脚。白麴作小塊二十斤，拌勻米壳，蒸熟放缸底。如天氣熱，畧出火氣，打拌勻後，蓋缸口。一週時打頭杞，打後不用蓋。半週時打第二杞。如天氣

熱須再打出熱氣三扒打絕仍蓋缸口候熟如
用常法大抵米要精白淘淋要清淨杞要打得
熟氣透則不致敗耳

碧香酒

糯米一斗淘淋清淨內將九升浸瓮內一升炊
飯拌白麩末四兩用筲埋所浸米內候飯浮撈
起蒸九升米飯拌白麩末十六兩先將淨飯置
瓮底次以浸米飯置瓮內以原淘米漿水十斤
或二十斤以紙四五重密封瓮口春數日如天

寒一月熟

臘酒

用糯米二石水與醱二百斤足秤白麩四十斤
足秤酸飯二斗或用米二斗起醱其味醱而辣
正臘中造煮時大眼籃二箇輪置酒甌在湯內
與湯齊滾取出

建昌紅酒

用好糯米一石淘淨傾缸內中留一窩內傾下
水一石二斗另取糯米二斗煮飯攤冷作一團

放窩內蓋訖待二十餘日飯浮漿酸搥去浮飯
漚乾浸米先將米五斗淘淨鋪於甑底將濕米
次第上去米熟畧攤氣絕翻在缸內中蓋下取
浸米漿八斗花椒一兩煎沸出鍋待冷用白麩
三斤搥細好酵母三碗飯多少加常酒放酵法
不要厚了天道極冷放煖處用草圍一宿明日
早將飯分作五處每放小缸中用紅麩一升白
麩半升取酵亦作五分每分和前麩飯同拌勻
踏在缸內將餘在熟盡放面上蓋定候二日打
扒如面厚三五日打不遍打後面浮漲足再打
一遍仍蓋下十一月二十日熟十二月一月熟
正月二十日熟餘月不宜造榨取澄清併入白
檀少許包裹泥定頭糟用熟水隨意副入多二
宿便可榨。

五香燒酒

每料糯米五斗細麩十五斤白燒酒三大罈檀
香木香乳香川芎沒藥各一兩五錢丁香五錢
人參四兩各爲末白糖霜十五斤胡桃肉二百

箇紅棗三升去核先將米蒸熟晾冷燂嘗下酒法則要落在瓮口缸內好封口待發微熱入糖并燒酒香料桃棗等物在內將缸口厚封不令出氣每七日開打一次仍封至七七日上榨如嘗服一二杯以醱物壓之有春風和煦之妙

山芋酒

用山藥一斤酥油三兩蓮肉三兩冰片半分同研如彈每酒一壺投藥一二丸熱服有益。

葡萄酒

法用葡萄子取汁一斗用麴四兩攪勻入瓮內封口自然成酒更有異香。又一法用蜜三斤水一斗同煎入瓶內候溫入麴末二兩白麴二兩濕紙封口放淨處春秋五日夏三日冬七日自然成酒且佳行功導引之時飲一二杯百脉流暢氣運無滯助道所當不廢。

黃精酒

用黃精四斤天門冬去心三斤松針六斤白朮四斤枸杞五斤俱生用納釜中以水三石煮之

一日去渣。以清汁浸麴。如家醞法。酒熟取清。任意食之。主除百病延年。變鬚髮。生齒牙。功妙無量。

白朮酒

白朮二十五斤。切片。以東流水二石五斗浸缸中二十日。去滓。傾汁大盆中。夜露天井中。五夜。汁變成血。取以浸麴作酒。取清服。除病延年。變髮堅齒。面有光澤。久服長年。

地黃酒

用肥大地黃。切一大斗。搗碎。糯米五升作飯。麴一大升。三物于盆中。揉熟。相勻。傾入瓮中。泥封。春夏二十一日。秋冬湏二十五日。開日開看。上有一盞綠液。是其精華。先取飲之。餘以生布絞汁。如飴。收貯。味極甘美。功效同前。

菖蒲酒

取九節菖蒲。生搗絞汁五斗。糯米五斗。炊飯。細麴五斤。相拌令勻。入磁罈。密蓋二十一日。卽開。溫服。日三服之。通血脈。滋榮胃。治風痺骨。立痿。

黃醫不能治。服一劑。百日後。顏色光彩。足力倍
常。耳目聰明。髮白變黑。齒落更生。夜有光明。延
年益壽。功不盡述。

羊羔酒

糯米一石。如常法浸漿。肥羊肉七斤。麴十四兩
杏仁一斤。煮去苦水。又同羊肉多湯煮爛。留汁
七斗。拌前米飯。加木香一兩。同醞。不得犯水。十
日可吃。味極甘滑。

天門冬酒

醇酒一斗。用六月六日麴米一升。好糯米五升
作飲。天門冬煎五升。米須淘訖。晒乾。取天門冬
汁。浸先將酒。浸麴。如常法候熟。炊飯。適寒溫用
煎汁和飯。令相入。投之。春夏七日。勤看。勿令熱。
秋冬十日。熟。東坡詩云。天門冬熟。新年喜麴米。
春香並舍聞是也。

松花酒

三月取松花如鼠尾者。細挫一升。用絹袋盛之。
造白酒熟時。投袋于酒中心。井內浸三日。取出。

漉酒飲之其味清香甘美

菊花酒

十月採甘菊花去蒂只取花二斤擇淨入醅內攪勻次早榨則味香清冽凡一切有香之花如桂花蘭花薔薇皆可倣此爲之

五加皮三鞭酒

法用五加根莖牛膝丹參枸杞根金銀花松節枳壳枝葉各用一大斗以水三大石于大釜中煮取六大斗去滓澄清水準凡水數浸麴即用米五大斗炊飯取生地黃一斗搗如泥拌下二次用米五斗炊飯取牛蒡子根細切二斗搗如泥拌飯下三次用米二斗炊飯大草麻子一斗蒸搗令細拌飯下之候稍冷蒸一依常法酒味好卽去糟飲之酒冷不發加以麴末投之味苦薄再炊米二斗投之若飯乾不發取諸藥物煎汁熟投候熟去糟時常飲之多少常令有酒氣男女可服亦無所忌服之去風勞冷氣身中積滯宿疾令人肥健行如奔馬功妙更多

造酒美惡全在曲精水潔故曲為要藥
若曲失其妙酒何取焉故錄曲之妙方

後于

白麴

白麴一担糯米粉一斗水拌令乾濕調勻篩子
格過踏成餅子紙包挂當風處五十日取下日
晒夜露每米一斗下麴十兩

內府秘傳麴方

白麴一百斤黃米四斗菘豆三斗先將菘磨去
壳將壳敲出水浸放置一處聽用次將黃米磨
末入麴并豆末和作一處將收起菘殼浸水傾
入米麴菘末內和起如乾再加浸菘殼水以可
捻成塊為準踏作方麴以實為佳以粗草晒六
十日三伏內做方好造酒每石入麴七斤不可
多放其酒清冽

蓮花麴

蓮花三斤 白麴一百五十兩 菘菘三斗
糯米三斗 俱磨為末 川椒 八兩 如常造踏

金莖露麴

麵十五斤 菜豆三斗 糯米三斗為末

襄陵麴

麵一百五十斤 糯米三斗磨末 蜜五斤

川椒八兩

紅白酒藥

用草蓂五箇青皮官桂砂仁良薑茱萸光烏各二斤陳皮黃柏香附子蒼朮乾薑甘菊花杏仁各一斤薑黃薄荷各半斤每藥料共稱一斤配糯米粉一斗辣蓼二斤或五斤水薑二斤搗汁

和滑石末一斤四兩如常法盪之上料更加單

搗丁香細辛三賴益智丁皮砂仁各四兩

東陽酒麴

白麵一百斤桃仁三斤杏仁三斤草烏一斤烏頭三斤去皮可減去其半菘荳五升煮氣木香四兩官桂八兩辣蓼十斤水浸七日瀝母藤十斤蒼耳草十斤二桑葉包同蓼草三味以鍋煎煮菘荳每石米內放麴十斤多則不炒

蓼麴

用糯米不拘多少以蓼搗汁浸一宿漉出以麴
拌勻少頃篩出浮麴用厚紙袋盛之挂通風處
夏月製之兩月后可用以之造酒極醇美可佳

日
終

