

2



汝南圃史卷之十二目錄

蔬菜部

枸杞

甘菊

五加皮

椒

葛苴

菱苳



茄

蘿蔔

胡蘿蔔附

芋

山藥

香蕪落花生附

紫蘇

薄荷

薑

韭

葱

蒜

菜

芥

苜

馬齒苜附

菠稜

芹

瓜豆部

豆類甚多入
五穀皆不列

王瓜

生瓜

甜瓜

絲瓜

冬瓜

南瓜 北瓜 附

瓠

即葫蘆 扁蒲 附

蠶豆

豌豆 附

毛豆

豇豆

刀豆

扁豆

汝南圃史卷之十二目錄

汝南圃史卷之十二

吳郡周文華含章補次

蔬部

枸杞

枸杞爾雅曰杞枸欐陸機疏云一名苦杞春作羹茹微苦莖似莓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
枸杞當用梗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

其性與乳酪相反凡山中皆有之老本虬曲
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

甘菊莖紫氣香味甘委齋百卉志云可作羹春

甘菊

雖有色香不足供玩故不入菊類

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

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瓣曬乾
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陶隱居云釀酒主益人
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
玉滿車譙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籬落竝植

之清明時葉方芽未放摘之鹽淖熏乾翠色
欲滴釀酒香冽

椒

春秋運斗樞曰玉衡星散爲椒爾雅曰檓大椒
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
令人乏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

萵苣

苣數種有苦苣有白苣紫苣皆可食苦苣野苣
也又名褊苣白苣葉有白毛嶺南有之吳地
無此唯植野苣以供厨饌所謂萵苣也本草
曰味苦冷微毒補筋骨利五臟開胃膈壅氣
通經脉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
種十月分栽冬間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

菱白

菱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
四五根插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爲野四五月
取葉裹角黍五六月菱白甚盛取以和羹可

生啖唯糟食醋食味佳

茄

茄一名落蘇凡三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隋煬帝名茄子為崑崙紫瓜昔蔡遵為吳興郡守齋前種白莧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、一云種時、初見根處、拍開指碗黃一錢、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奭善營度子
 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麵毒搗汁服主
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

剝去其核畱頂作蓋如甕子狀納蘿蔔子以
頂蓋之埋於地中候梨乾或爛取出分種則
實如梨圓且有梨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

胡蘿蔔形如錘柄有二種一種出江南正黃色
可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
起土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
芋大者爲魁小者爲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細
色紫莖孝經援神契曰仲冬鼎星中收莒芋

米均曰苕亦芋風土記曰博士芋蔓生根如
鶩鴨卵莊子徂公賦芋杜詩園收苧栗苧栗
果木也誤以爲芋非唯相傳昔人有擁爐煨
芋詩深夜一爐火渾家團團坐煨得芋頭熟
天子不如我則此品可當南面王樂豈獨禦
窮哉有老僧築芋爲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苕

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
揆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切片火炙亦佳小芋
叢生大芋身俗呼芋妳和雞肉煮及烹素饌
皆堪啖

山藥

音預落花生附

山藥一名藟負暄雜錄曰山藥本名薯蕷唐代宗諱豫改名薯藥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藟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先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牛糞及用
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
天公掌次者曰拙骨羊今吳中所稱賞遠曰
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

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
葉以梅醬頃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竝需之十

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
有野蘇斫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
不止猫食之卽醉出吾郡學宮前城中有臥
龍街而郡學爲龍首故又名爲龍腦其香味
較他處產者果勝法宜於清明內取舊根發
芽者不甚喜肥止用清糞澆三四次小暑後

國史 卷三十一 書帶齋
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

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畱皮則溫主傷寒頭
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溫中種法宜於三月
耕熟肥地作畦種之隴闊三尺以便澆灌培
以蠶沙或將灰糞壅之待芽發掘去老根上
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裹以糠粃
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
接新老薑和羹能解腥氣

韭
薤附

韭叢生葉細而長近根處白周禮醢人其實韭
菹爾雅山韭茗曲禮韭曰豐本委齋百卉志
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答曰赤米白鹽
綠葵紫蓼文惠太子問顒菜中何味最勝口
春初早韭秋末晚菘本草曰韭味辛微酸氣
溫性急無毒不可與蜜同食歸心安五臟除

胃熱下氣補虛充肝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卽
吐惡血一生少病未出土時爲韭黃食之滯
氣今烹饌中多用之種法有用韭子於二七
月間先鋤肥地成隴其土須極細以碗合地
上作範布子範中用草把蓋將水澆溼上覆
乾灰不可渴水候出爲度有種根宜於八月
裡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
一至三尺然後剪之至冬移根藏地窖中培以
馬糞氣煖卽長其葉黃嫩謂之韭黃又名凍
韭又名韭芽唯崑山圓明者味絕勝價亦貴
百里外便艱得視爲奇品和醬與生肉用麪
作皮煖熟名韭餅味極可口

薤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
瀉齊田橫門人爲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溫無毒主傷寒寒熱
頭痛如破發汗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
拘時先去冗鬚密排種之雞糞培壅或以子
種來春移栽

蒜

蒜卽大蒜因別有一種小蒜故以名別之五代
 宮中呼爲麝香草花中水僊酷似其形六朝
 人亦號水僊爲雅蒜本草曰味辛溫屬火有
 毒主散癰腫蜜瘡除風邪毒健胃善化肉破
 冷氣爛疔癖辟瘴氣蠱毒蛇蟲溪毒治中暑
 霍亂轉筋腹痛溫水送之鼻衄不止搗塗脚
 心止卽拭去獨子者佳八月初鋤地成隴逐

瓢分排懸二三寸一科糞水澆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打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日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爲百菜長又云凡
掐必須露解諺曰觸葵不掐葵日中不剪韭
是也本草曰味甘寒無毒治五臟六腑寒熱
羸瘦五癘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爲冬
葵早冬者家家戶戶醃藏過冬曰藏菜此有
有二種一名箭榦菜榦長渾而白葉少一名
梵菜相傳種出天竺國故以梵名榦扁短而

青葉多食有香味較勝箭榦性各不同箭榦
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皮脫鹽菜宜
先曬半日洗淨入鹽箭榦鹽多梵菜鹽少醃
過卽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
燃燈之用者曰油菜九月下子十月分栽春

初發菜心卽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
黃花如鋪錦騷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
法畦種爲上先將熟糞和土寸許耙耨令熟
用水澆潤然後下子以足蹋之復覆糞土深
如其下旣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似菘有毛
味劣左傳季氏介其雞謂搗芥子播其羽也
本草云味辛溫無毒歸鼻主除腎邪氣利九
竅明耳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傅之撲損瘀
血腰痛腎冷和生薑研微煖塗貼心痛酒醋
服北方種者其根大如葡萄味佳南方卽傳其

種於土不相宜比之南種僅能稍勝八九月
下子九十月共種喜濃糞頻澆冬盡宜削草
培根春間取其心作菹或取全本入鹽壓乾
其色碧翠或再和茴香椒末蘿蔔片名蓓翁
菜俱有風味其子以水浸片時用悶醋同置
石盆內久研成漿絞出名芥辣澆雞鷺及縹
粉切麩素饌內啖之胸口俱爽子須隔年者
佳或用磨棒或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

莧

馬齒莧附

莧有數種赤莧白莧紫莧紅莧又有人莧糠莧
 鼠莧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悉化
 成鼈八月收子二月初旬下種先鋤地成隴
 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爲醬瓣草本草云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之不需人力播種

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鍾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

芹

芹一名水英委齋百卉志曰芹楚葵也字亦作
蘄生水中有二種荻芹取根白色赤芹取莖
葉堪作菹嵇叔夜曰野人有快曝背而美芹
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治煩渴今大
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卽結青
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
氣熱結鼠瘦散癰腫畱血止小便數遺不禁

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爲度每晨又灑候出方止卽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爲醬瓜可作齏或鹽浸曬乾爲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爲最候其在蔓上熟者味鮮美今圃人懼偷兒多預採以草盦熟則味失矣種法與王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有稜其肉
不似甜瓜之酥而味清香爲絕勝唯圓明出
他土栽之不生又有一種名金鶯蛋狀類鶯
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
毒痘瘡及脚癰燒灰傅之粥鍋內煮熟同薑
醋食佳或同雞鴨猪肉炒食枯者去皮及子
用瓢滌器性賤易生不擇土二月中下子卽
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

園史曰種後劈開近根嵌銀硃少許以泥培之瓜瓤紅鮮可愛

冬瓜

南瓜北瓜附

冬瓜皮上有霜有大三尺圍長四五尺者本草曰味甘溫無毒治小腹水脹止渴除煩消胸滿解魚毒性走而急欲輕健則食之欲肥胖則勿食二月下子卽出頻澆糞一生花則不可再澆澆則所生瓜皆爛五六月最盛切片和羹可啖唯入鰻鱺味更相宜

南瓜紅皮如丹楓色北瓜青皮如碧苔色形皆

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
禍故人種之者少味亦庸劣多食發暗疾食
物本草亦不載

瓠 扁蒲附

瓠卽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
石之瓠卞彬好飲酒以壺瓠杭皮爲榼委齋
百卉志曰瓠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消水腫益氣則瓠與
葫蘆實有別今吳中皆呼爲葫蘆唯圓扁如
石鼓者名盒盤葫蘆細下墜者名長柄葫
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
者兩莖相貼用藤纏合各除一頭莖既相着

如前再貼如是數次併爲一棵結子之後復
揀畱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令
柄曲切開藤根嵌巴豆肉一粒在內兩三日
後其葉盡瘡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
頸者不可食

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
鋤打潭下種每潭入子二三粒卽蓋薄土以
防雨淋四月採作羹味不甚美

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
傳來者子扁厚如手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打潭下
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剥淖
熟食甚佳然須圃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

豌豆莢酷似决明而子圓如菘豆以小兒喜啖
又名孩豆吳俗又呼蠶豆為大豌豆豆為小
豌豆本草云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

黃豆紫羅豆黑豆菘豆赤豆
俱穀類圃中難植故不入史

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甘為佳
種二月至四月皆可鋤地下子不澆灌自生
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剥子加鹽水

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
豆蔓不甚長以籬竹三莖搭架引上卽生喜
地鬆頻澆糞採淖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爲籠炊餡有和白
米蒸飯亦香可食

刀豆

刀豆筴扁長似刀青色子扁細凡豆俱食子唯
豇豆與刀豆連莢食而刀豆味全在莢種子
引蔓生採俱與豇豆同時同法摘取醬食味
味佳本草不載或有用以和羹不如醬者

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爲
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末
米飲和服之葉主霍亂吐痢不止別有一種

五六莢梁生狀如龍爪名龍爪豆殼色淡曰
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處多生自
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圃中第一品也蒸
食雖無湯豆味尤佳剝豆薰乾或俟深秋枯
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

