

山家清話

林洪著

山家清供

宋可山人

林洪龍發齋

青精飯

青精飯首以此重穀也按本草南燭米金黑飯草即

青精也采枝葉搗汁浸米蒸飯暴乾堅而碧色久服

益顏延算仙方又有青精石飯世未知石為何也按

本草用赤石脂三斤青梁米一斗水浸越三日搗為

丸如李氏日服三丸可不飢是知石即石脂也二法

莖	芹		使	謂	又	穀	皆
俱	楚		之	切	曰	當	有
可	葵	碧	俱	於	李	用	據
食	也	澗	有	愛	侯	後	第
二	又	素	青	君	金	法	以
月	名		精	憂	閨	讀	山
三	水		瑤	國	彥	杜	居
月	英		草	矣	脫	詩	供
作	有		之	夫	身	既	客
羹	二		思	乃	事	曰	則
時	種		惜	不	幽	豈	當
未	荻		哉	使	討	無	用
之	芹			之	當	青	前
入	取			壯	時	精	法
湯	根			年	才	飯	如
取	赤			以	名	令	欲
出	芹			行	如	我	效
以	取			其	杜	顏	子
苦	葉			志	李	色	房
酒	與			而	可	好	辟

干飯澁是難滑羹稀筍易寬以此謀朝夕何由保歲	曰朝日上團團照見先生盤盤中何所有苜蓿長闌	開元中東宮宦僚清淡薛令之為左庶子以詩自悼	苜蓿盤	詠之不暇不思野人持此猶欲以獻於君者也	芹碧澗羹之白或者以芹微草也杜甫何取焉而誦	而馨猶碧澗然故杜甫有香芹碧澗然故杜甫有香	斫芥子入鹽與茴香漬之可 <sup>作</sup> 菹惟淪而羹之者既清
----------------------	----------------------	----------------------	-----	--------------------	----------------------	----------------------	------------------------------------

魚	為	東	鹽	葉	雪	之	寒
之	左	宮	如	綠	巖	白	上
嘆	選	官	意	紫	伯	令	幸
上	令	僚	羹	色	仁	之	東
之	之	當	茹	而	訪	皇	宮
人	寄	極	皆	尖	鄭	恐	因
乃	興	一	可	<small>實一作</small>	整	謝	題
諷	恐	時	風	長	豎	病	其
以	不	之	味	或	鑰	歸	旁
去	在	選	本	丈	見	每	有
吁	此	而	不	尺	所	誦	苦
薄	盤	唐	惡	<small>一作</small>	種	此	嫌
矣	賓	世	今	米	者	未	松
	僚	諸	之	用	因	知	桂
	之	賢	何	湯	得	為	寒
	選	見	為	焯	其	何	任
	至	於	厭	油	種	物	逐
	起	篇	苦	沙	并	偶	桑
	食	什	如	薑	法	同	榆
	無	皆	此		其	宋	暖

考亭燂

考亭先生每飲後則以燂菜一作供燂一出於盱江

分此建陽一生於嚴灘石上蓋建陽新種集有亭燂

詩可致山各孫嶠以沙卧燂食其苗云生臨汀者尤

佳

太守羹

梁蔡遵為吳興守不飲郡井齋前自種白菟紫茹以

為常解世之醉醲鮮而怠於事者視此得無愧乎然

茹菟性俱凝一作冷必加芼薑為佳耳

水壺珍

太宗問蘇易簡曰食品稱珍何者為最對曰食無定

味適口者珍臣心知澆汁羨太宗笑問其故曰臣一

夕酷寒擁爐燒酒痛飲大醉擁以重衾忽醒渴甚來

月中庭見殘雪中覆一澆盞不暇呼童掬雪盥手滿

引數缶臣此時自謂上界仙鸞脯鳳腊殆恐不及屢

欲作冰壺先生傳紀其事未暇也太宗笑而然之後

有問其方者僕答曰用麪湯浸以菜並消醉渴一味耳或不然請問之水壺先生

藍田玉

漢地理志藍田出美玉魏李預每羨古人殮玉之法乃往藍田果得美玉璞七十枚為屑服餌而不戒酒色偶疾篤謂妻子曰服玉必孿居山林排棄嗜慾當有大神效而吾酒色不絕自致於死非藥過也要之長生之法當養心戒慾雖不服玉亦可矣今法用鉞



一二枚去皮毛截作二寸方片爛蒸以醬食之不煩

燒煉之功但除一切煩惱妄想久而自然神清氣爽

較之前法差勝矣故名法製藍田玉

豆粥

漢光武在蕪蕪亭時得馮異奉豆粥至久且不忘報

况山居可無此乎用沙餅燭爛煮赤豆候粥少沸以

豆投之同煮豎熟而食東坡詩曰豈如江頭千頃雪

色鹽茅簷出沒晨煙孤地碓春杭光似玉沙餅煮豆

軟如酥老我此身無著處賣書來問東家住卧聽雞

鳴粥熟時蓬頭曳杖君家去此豆粥法也若夫金谷

之會徒咄嗟以誇客孰若山舍清談倘伴以俟其熟

也

蟠桃飯

采山桃用米泔煮熟漉寘水中去核候一作湧同煮

項之如金飯法東坡用石曼卿海州事詩戲將桃核

裹紅泥石間散擲如風雨坐令空山作錦繡倚天照

海光無數此種桃法也桃三李四能依此法越三年

皆可飯矣

寒具

晉桓元喜陳書畫客有食寒具不濯手而執書帙者

偶澆之後不設寒具此必用油蜜者要術并食經皆

只日環餅世疑餛子也或云巧夕酥蜜食也杜甫十

月一日乃有非妝作人情之句廣記則載寒食事中

三者俱可疑及考朱氏注楚詞糗糒蜜餌有餠餠些

謂以米麪煎熬之作寒具也。以是知楚辭一白是自  
三品。非穀乃蜜麪之乾者。十月開爐餅也。蜜餌乃蜜  
麪少潤者。七夕蜜食也。餠餠乃寒食寒具無可疑者。  
閩人會媼名煎鋪以糯粉和麪油煎沃以糖食之不  
濯手則能汙物且可留月餘。宜煙因也。吾翁和請先  
生山中寒食詩云。方塘波綠杜蘅青。布穀提壺已足  
聽有客。初嘗寒具罷。搯梧楠復散幽絃。吾翁請天下  
書攻媿先生且服其和琉璃堂畫事信乎。此為寒食

具矣

黃金雞

又名鑽  
林雞

李白詩云亭上十分綠醕酒盤中一味黃金雞其治

淨雞淨用麻油鹽一作水菘入葱椒候熟擘飴以元

汁別供或薦以酒則白酒初熟黃雞正肥之樂得矣

又如新法川炒等製非山家不屑為恐非真味也每

思茅客以雞奉母而不以雞奉客賢矣哉本草雞小毒  
補虛治病

槐葉淘

杜甫詩云青青高槐葉來掇付中廚新麩來近市汁  
滓宛相俱入鼎資過熟如冷愁欲無即此見其法於  
夏采槐葉之高秀者湯小淪研細濾清和麩作淘乃  
以醃醬為熟蘘籬細菌以盤行之取其碧鮮可愛也  
末白云君王納涼晚此味亦時須不惟見詩人一食  
未嘗忘君且知貴為君王亦令知山林之味旨哉諱  
乎

地黃飢飢

崔元亮海上方治心痛去蟲積取地黃大者淨洗搗

汁和細麴作飢飢食之出蟲尺許即愈貞元間通事

舍人崔杭女作淘食之出蟲如墓狀自是心患除矣

本草浮為天黃半沈為人黃惟沈者佳宜用清汁入

鹽則不可食或淨洗細截和未煮粥良有益也

梅花湯餅

泉之紫帽山有高人嘗作此供初浸白梅檀香末水

和麴作餛飩皮每一疊用五出鐵鑿如梅花樣者鑿

十數不惟有蓋亦可少延早食椿實而香糲疎而臭	藿日空腹服十枚並無禁忌山家晨有客至先供之	痛取樗根一大握搗篩和麩捻餛飩如阜葵子清水	劉禹錫著樗根餛飩皮法立秋前後謂世多痢及腰	椿根餛飩	下飛玉浮西湖	想一食亦不為梅後留玉堂元剛亦有詩恍如孤山	取之候藿熟乃過於雞清汁內每客止二百餘花可
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------	--------	----------------------	----------------------



惟椿根可也

玉糝羹  
或芋用

東坡一夕與子由飲酣甚  
植蘿菈烟羹不用他料只

研白米為糝食之忽放箸  
撫几曰若非天竺酥醃人

間決無此味

百合麩

春秋仲月米百合根暴乾  
搗篩和麩作湯餅最益血

氣又蒸熟可以佐酒  
歲時廣記二月種法宜雞糞化

書山蚓化為百合乃宜雞羹豈物類之相感哉

括萹粉

孫思邈法深掘大根厚削至白寸切水浸一日一易

五日取出搗之以力貯以絹囊濾為玉液候其乾矣

可為粉食雜粳為糜翻匙雪色加以乳酪食之益補

又方取實酒炒微赤腸風下血可以愈疾

素蒸鴨

懷又謹云盧

鄭餘慶有親朋晨至敕家人曰爛蒸去毛白切折項

容意鵝鴨也良久乃蒸胡盧一枚耳今岳倦翁珂食

品付庖者詩云動指不須沾染鼎去毛切莫拘蒸葫

岳勲闕也而知此味異哉

黃精果

附餅茹

仲春深采根九蒸九暴搗如飴可作果食又細切一

石水二石五升煮去苦味漉入絹袋壓汁澄之再煎

如膏以炒黑豆黃米作餅約二寸大客至可供二枚

又米苗可為菜茹隋羊公服法芝草之精也一名仙

人餘糧其補益可知矣

傍林鮮

夏初林筍盛時掃葉就竹迳煨熟其味甚鮮名曰傍  
林鮮文與可守臨川正與家人煨笋午飯勿得東坡  
書詩云想見清貧饒太守涓川千故在胸中不覺噴  
飯滿案想作此供也太凡筍貴其鮮不當與肉為友  
今俗庖多雜以肉不思纔有小人便壞君子若對此  
君成大嚼世間那有揚州鶴東坡之意微矣

凋菰飯

凋菰葉似蘆其米黑杜甫故有波翻菰米沈雲黑之  
句今胡櫟是也曝乾礱洗造飯既香而滑杜詩又云  
滑憶凋菰飯又會稽人顧翹事母嗜凋菰飯翹常自  
採擷家瀕太湖後湖中皆生凋菰無復餘草此孝感  
也世有厚於已薄於奉親者視此寧無愧乎嗚呼孟  
筍王魚豈偶然哉

錦帶羹

錦帶又名文冠花條生如錦葉始生柔脆可羹杜甫  
故有香聞錦帶羹之句或謂蓴之縈紆如帶况蓴與  
菰同生水濱昔張翰臨風必思蓴鱸以下氣按本草  
蓴鱸同羹可以下氣止嘔以是知張翰在當世意氣  
抑鬱隨事嘔逆故有此思耳非蓴鱸而何杜甫卧病  
江閣恐同此意也謂錦為花或未必然然僕居山時  
固有羹此花者其味亦不惡注謂吐綬難則遠矣

燁金羹玉

皮	芋		得	笋	片	脆	筍
火	名		之	疏	和	可	取
煨	土	土	矣	云	白	愛	鮮
之	芝	芝	霍	拖	米	舊	嫩
候	大	丹	北	油	蕒	游	者
香	者	<small>小者土</small>	司	盤	粥	莫	以
熟	裏		貴	內	佳	干	料
取	以		公	燻	甚	訪	物
出	濕		也	黃	同	懼	和
安	紙		乃	金	戲	如	薄
拗	用		甘	和	之	菴	麵
地	葦		山	米	曰	正	拖
內	酒		林	鎔	此	夫	油
去	和		之	中	法	早	煎
皮	糟		味	葦	製	供	燻
溫	塗		異	白	惜	以	如
食	其		哉	玉	氣	笋	黃
冷	外			二	也	切	金
則	以			者	濟	作	色
破	糠			兼	顛	方	甘

血用鹽則洩精取其溫補名土芝丹昔嫩殘師正煨  
此牛糞火中有名者卻之日尚無情緒收寒涕那得  
工夫伴俗人又山人詩云深夜一爐火渾家團團坐  
煨得芋頭熟天子不如我其嗜好可知矣小者暴乾  
入瓮候寒月用稻草盪熟色香如栗名土栗雅宜山  
舍擁爐之夜供趙兩山汝陰詩云煮芋雲生鉢燒茅  
雪上眉蓋得於所見非苟作也

柳葉韭

溫無毒歸心安五藏  
又名藿



杜詩夜雨翦春韭世多誤為翦之於畦不知翦字極

有理蓋於燂時又先齋其本如烹薤圓齋玉箸頭之

意乃以左手持其末以其本豎湯內少翦其末燂葉

其末葉也只燂其本帶性投冷水中出之甚脆然必

以竹刀截之又方采嫩柳葉少許同燂尤佳故曰柳

葉韭

松黃餅

暇日過大理寺訪秋巖陳評事介留飲出二童歌淵

明歸去來辭以松黃餅供酒陳方中美髯有超俗之  
標飲邊味此使人灑然起山林之興覺駝峰熊掌皆  
下風矣春采松花黃和蜜模作餅如雞舌龍涎狀不  
惟香味清甘亦自有可益也

酥瓊葉

宿蒸餅薄切塗以蜜或以油就大上炙鋪紙地上散  
火氣甚鬆脆且止疾化食楊誠齋詩云削成瓊葉片  
嚼作雪花聲形容善矣

息苾粉

息苾粉可作粉食其滑異于他粉偶天台陳梅廬見  
惠因得其法息苾爾雅一名芍郭生下田似龍須而  
細根如指頭而黑即葶藶也采以曝乾磨而澄濾之  
如菘豆粉法後讀劉一止非有類藁有詩云南山有  
蹲鴟春田多息苾何必泌之水可以藥我飢信乎可  
以食矣

蒼葛煎  
木名  
瑞

舊訪相聞塘宰留午酌出此供清芳極可愛詢之乃

梔子花也采大者以湯焯過少乾用甘草水和稀麪

拖油煎之名簷蔔煎杜詩云於身色有用與道氣相

和今既製之清和之氣備矣

蒿萋菜蒿魚羹

山房子少  
號谷梅

舊客江西林山房書院春時多食此菜嫩莖去葉湯

焯用油鹽苦酒沃之為茹或加以肉燥香脆良可愛

後歸京師春輒思之偶過李竹塹制機伯恭鄰以其

肺	蒸	真		怡	其	羹	江
要	熟	粉		軒	羹	魚	西
之	切	油	玉	之	詩	陸	人
不	作	餅	灌	子	云	疏	因
過	肺	芝	肺	嘗	萋	云	問
一	樣	麻		浸	高	葉	之
素	塊	松		西	數	似	李
供	用	子		山	筋	艾	曰
耳	諫	胡		問	玉	白	廣
然	汁	桃		宏	橫	色	雅
以	供	蒔		詞	及	可	名
此	今	蘿		多	證	蒸	萋
見	後	六		識	以	為	生
九	苑	者		草	詩	如	下
重	名	為		木	註	即	田
崇	曰	木		宜	果	廣	江
儉	御	拌		矣	然	漢	西
不	愛	和			李	言	用
嗜	玉	入			乃	之	以
殺	灌	甑				刈	

之意居山者豈宜侈哉

元修菜

東坡有巢故人元修菜詩每讀豆筴圓而小槐芽細而豐之句未嘗不冥搜吐壘間必求其是時詢諸老圃亦罕能道者一日永嘉鄭文干歸自蜀道過梅邊首叩之答曰盤豆也即豌豆也蜀人謂之巢菜苗葉嫩時可采以為茹擇洗用真麻油熟炒乃下鹽醬荳之春晝苗葉老則不可食坡點酒下鹽豉縷橙芼薑

葱者正庖法也君子取一物不知必游歷久遠而後

見聞博讀坡詩二十年一日得之喜可知也

紫英菊

菊名治蕪本草名節花陶注云菊有二種莖紫氣香

而味甘其葉乃可羹莖青而大氣似蒿而苦名苦蒼

非也今法春採苗葉洗焯用油略炒熟下薑鹽羹之

可清心明目加枸杞尤妙天隨子杞菊賦云爾杞未

棘爾菊未莎其如余何本草杞葉似榴而軟者能輕

味	衆	衆	命	張		也	身
蓋	始	容	左	約		有	益
取	知	謂	右	齋		少	氣
淵	銀	必	作	鑑	銀	差	其
明	然	鱸	銀	性	然	猶	子
琴	乃	也	絲	喜	供	不	圓
書	琴	良	供	延		可	而
中	絃	久	且	山		用	有
有	也	出	戒	林		然	刺
真	調	琴	之	湖		則	者
味	和	一	曰	海		君	名
之	要	張	調	之		子	拘
意	好	請	和	士		小	棘
也	調	琴	教	一		人	不
張	弦	師	好	日		豈	可
中	也	彈	又	午		不	用
興	又	離	要	酌		容	杞
勳	要	騷	有	數		辨	菊
家	有	一	真	杯		哉	微
也	真	曲	味	後			物



而能知此真味賢矣哉

進賢菜蒼耳飯

蒼耳菜耳也江東名常菜幽州名爵耳形如鼠耳陸

機疏云葉青白色似胡荽白花細莖蔓生採嫩葉細

焯以薑鹽苦酒拌為茹可療風詩云蒼耳況療風兒

童且時摘詩之卷耳首章云嗟我懷人真彼周行酒

醴之用以此見古者后妃欲以進賢之道諷其君因

名進賢菜張氏詩曰閨闈誠難與國防咄嗟從御因

廚	只	覆	塊	春		米	高
烹	羹	各	子	采		粉	岡
煮	以	合	用	筍		為	鮓
自	筍	於	湯	蕨	山	糗	罍
燃	蕨	二	泡	之	海	故	欲
薪	亦	盞	裏	嫩	兜	詩	解
倩	佳	內	蒸	者		有	痛
誰	許	蒸	入	以		碧	痛
分	梅	熟	熟	湯		澗	恨
我	屋	今	油	淪		水	充
孟	詩	後	醬	之		淘	耳
羹	云	苑	研	取		蒼	元
去	趁	多	胡	魚		耳	因
寄	得	進	椒	鮓		飯	避
與	山	此	拌	之		之	酒
中	家	名	和	鮮		句	漿
朝	筍	山	以	者			其
食	蕨	海	粉	同			子
肉	春	兜	皮	切			可
人	借	或	盛	作			雜

古	齋	且	湯	上	梨	向	
學	伯	有	擺	用	師	游	
而	岳	團	熟	水	云	五	
清	席	團	啖	少	山	夷	撥
苦	上	暖	之	半	中	六	霞
者	見	熱	乃	銚	只	曲	供
宜	此	之	隨	候	有	訪	<small>本</small>
安	悅	樂	宜	湯	薄	止	<small>單</small>
比	然	越	各	響	批	止	<small>兔</small>
山	去	五	以	一	酒	師	<small>同</small>
林	武	六	斗	杯	醬	偶	<small>難</small>
之	夷	年	供	後	椒	雪	<small>補</small>
趣	如	來	因	各	料	大	<small>食</small>
因	隔	京	用	分	沃	得	<small>益</small>
作	一	師	其	以	之	一	
詩	世	乃	法	筋	以	兔	
云	楊	復	不	令	風	無	
浪	勲	於	獨	自	爐	庖	
湧	家	楊	行	笑	安	人	
晴	嗜	泳	易	入	座	可	

有	用	細	後	曩		作皆	江
蘿	蔓	切	得	客		可	雪
蕨	菁	以	之	于			風
根	蘿	井	醞	驪	驪		翻
尚	蕨	水	醐	塘	塘		晚
含	而	煮	甘	書	羹		照
晚	已	之	露	院	坡又		霞
露	詩	爛	未	每	羹名		末
清	云	為	易	食	末		云
勿	誰	度	及	後			醉
語	知	初	此	必			憶
貴	南	無	詢	出			山
公	嶽	他	庖	菜			中
子	老	法	者	湯			味
從	解	後	止	清			都
渠	作	讀	用	白			忘
嗜	東	坡	菜	極			貴
羶	坡	詩	與	可			客
腥	羹	亦	蘿	愛			家
以	中	只	服	飯			羊猪

此可想二公之嗜好矣今江西多用此法者

真湯餅

翁瓜圃訪凝遠居士話間命僕作真餅湯求翁訝曰

天下安有假湯餅及見乃沸湯炮炮油餅人一椹耳翁

曰如此則湯炮飯亦得名真炮飯乎居士曰椹牆作

甘苟無勝食氣者則真矣

沆瀣漿

雪夜張一齋飲客酒酣簿書何君時舉出沆瀣漿一

詩	水	煮		有	能	苑	瓢
云	調	术		蔗	化	止	與
朮	入	與		漿	酒	用	客
薦	麴	菖	神	恐	籬	甘	分
神	作	蒲	仙	此	能	蔗	飲
餅	餅	曝	富	只	化	籬	不
餅	曝	為	貴	也	食	嚴	覺
菖	收	末	餅		也	各	酒
蒲	候	每	<small>必費</small>		酒	切	容
富	客	一	<small>切用</small>		後	作	為
貴	至	斤	<small>作淡</small>		得	方	之
花	蒸	用	<small>石灰</small>		此	塊	灑
	食	蒸	<small>于水</small>		其	以	然
	條	山			益	水	問
	切	藥			可	煮	其
	亦	末			知	爛	法
	可	三			矣	而	謂
	羹	斤			楚	已	之
	簡	煉			辭	蓋	得
	公	蜜				蔗	禁

香圓盃

車元身

橙		清	矣	賜	日	謝	
大		供	香	酒	書	益	
者		可	圓	以	餘	齋	
截	蟹	謂	似	勸	茶	奕	
頂	釀	得	瓜	客	罷	禮	
利	橙	所	而	清	命	不	
去		矣	黃	芬	左	嗜	
穰			閩	靄	右	酒	
留			南	然	剖	膏	
少			一	使	香	有	
液			菓	人	圓	不	
以			耳	覺	作	飲	
蟹			而	全	二	但	
膏			得	尊	盃	能	
肉			脩	玉	刻	肴	
實			京	瑩	以	醉	
其			華	皆	花	客	
內			鼎	埃	溫	之	
仍			貴	壙	上	句	
以			之	之	所	一	

和	蓮		矣	之	危	供	帶
魚	花			至	巽	既	以
塊	中			也	齋	香	枝
實	嫩	蓮		此	植	而	頂
其	房	房		本	譜	鮮	覆
內	去	魚		諸	蟹	使	之
仍	蓂	包		易	云	人	入
以	截	<small>漁父</small>		而	黃	有	小
底	底	<small>羹</small>		於	中	新	甌
坐	剗	<small>湯</small>		蟹	通	酒	用
甌	攘	<small>蒼</small>		得	理	菊	酒
內	留	<small>也</small>		之	美	花	醋
蒸	其			矣	在	香	水
熟	項			今	其	橙	蒸
或	孔			於	中	螃	熟
中	以			橙	暢	蟹	如
外	酒			蟹	於	之	苦
塗	漿			又	四	興	酒
以	香			得	肢	因	入
蜜	料			之	美	記	鹽



出	樸	用	漁	父	三	斛	供	之	內	在	李	春	坊	席	上	曾	受	此	供
詩	云	錦	辦	金	策	織	幾	重	問	魚	何	事	得	相	容	湧	身	既	入
花	房	去	好	度	花	池	獨	化	龍	李	大	喜	遂	端	研	一	枚	龍	墨
五	笏																		
				玉	帶	羹													
春	坊	趙	蕤	湖	壁	會	客	弟	竹	潭	壑	亦	在	焉	論	詩	把	酒	及
夜	無	可	供	者	湖	曰	吾	有	鏡	湖	之	蕤	潭	曰	壑	有	嵒	山	之
筍	僕	笑	曰	有	一	盃	羹	矣	命	庖	作	玉	帶	羹	以	筍	似	玉	蕤

不	私	魚	鄙		耳	簡	似
食	竊	也	江		孫	公	帶
肉	疑	且	士		宜	躍	也
唯	之	云	友	酒	矣	馬	是
以	及	腳	命	奠		食	夜
魚	觀	援	飲	菜		肉	甚
為	趙	所	供			付	適
蔬	與	化	以			公	今
湖	皆	以	酒			等	猶
廣	賓	酒	煮			浮	喜
謂	退	煮	菜			家	其
之	錄	之	非			泛	清
魚	所	甚	菜			宅	高
菜	載	有	也			真	而
杜	靖	益	乃			吾	愛
陵	州	第	純			徒	客
白	風	以	以			之	也
小	俗	魚	酒			句	每
詩	居	名	煮			有	謂
云	喪	菜	鮒			此	忠

	煎	以	裏	楊		雅	細
	茶	梅	略	誠		君	微
	風	花	無	齋		子	露
	味	溫	煙	詩	蜜	也	水
	不	釀	火	云	漬	宜	族
	殊	之	氣	瓮	梅	乎	風
	也	露	更	澄	花	先	族
		一	教	雪		得	當
		宿	誰	水		其	園
		取	上	釀		詳	蔬
		出	少	春		矣	始
		蜜	陵	寒			信
		漬	壇	蜜			魚
		可	剝	點			即
		薦	白	梅			菜
		酒	梅	花			也
		較	少	帶			趙
		之	許	露			好
		敲	雪	養			古
		雪	水	句			博

擁蟄供

有風虫不  
可同柿食

車元身

且	恐	噲	酣	減	震	而	蟹
曰	失	何	難	乎	祖	清	生
團	真	異	以	昨	惟	越	于
臍	此	乎	葱	之	研	淮	江
膏	物	拍	芹	勤	存	多	者
尖	風	浮	仰	也	復	趨	黃
臍	韻	于	之	留	歸	京	而
螯	但	湖	以	旬	于	故	腥
秋	以	海	臍	餘	吳	或	生
風	橙	之	少	每	門	枵	于
高	醋	濱	俟	旦	秋	而	湖
團	自	庸	其	市	偶	不	者
者	足	庖	凝	蟹	過	盈	紺
蒙	以	箴	人	必	之	辛	而
請	發	釘	各	取	把	卯	馨
舉	揮	非	舉	其	論	有	生
手	其	曰	一	元	酒	錢	于
不	所	不	痛	烹	文	君	溪
必	蘊	美	飲	以	猶	謙	者
刀	也	味	大	酒	不	齋	蒼

晏以蒿尤可饗因舉山谷詩云一腹金相玉質兩螯

明月秋江真可謂詩中之騷舉以手不必刀尤見錢

君之豪也或曰蟹所忌惡朝霧竇築筐噍以醋雖十

里無所誤因筆之為蟹助

湯綻梅

十月後用竹刀取欲開梅蕊上下蘸以蠟投蜜缶中

夏月以熱湯就蓋泡之花即澄香可愛也

通神餅

和	真	靖	危		語	也	薑
硝	牡	二	巽		注	細	薄
少	丹	公	齋		云	末	切
許	不	不	云	金	薑	和	葱
焯	可	取	梅	餅	通	入	細
過	煎	今	以		神	麵	切
候	其	世	白		明	庶	各
粟	法	有	為		故	不	以
飯	采	七	正		名	大	硝
少	紫	十	菊		之	辣	湯
熟	莖	二	以			入	焯
投	黃	種	黃			淺	和
之	色	菊	為			油	柿
同	正	正	正			煤	麵
煮	菊	如	過			能	宜
久	英	本	此			已	以
食	以	草	恐			寒	少
可	甘	所	淵			朱	國
以	草	謂	明			氏	老
明	湯	無	和			論	草

乞二

目延齡苟得南陽甘江一作谷水煎尤佳也昔之愛菊

者莫如楚屈平晉陶潛然今之愛菊者有劉石澗元

茂烏雖一行一坐木膏不在子菊也緇帙得菊葉詩

何年霜後黃花落色露猶存蕪叅書曾是往來籬下

讀一枝間弄被風吹觀此詩不惟知其愛菊其為人

清介一作情分可知矣

石子曼

溪流清處取小石子或帶蘚者一二十枚汲泉煮之

嫩		喫	纔	掃		固	味
筍		落	看	梅		非	甘
小		莫	臘	落		通	於
葷	山	仍	後	英	梅	霄	螺
枸	家	好	得	淨	粥	煮	隱
杞	三	當	春	洗		石	然
菜	脆	香	饒	用		之	有
油		燒	愁	雪		石	泉
炒			見	水		然	石
作			風	煮		其	之
羹			前	白		意	氣
加			作	粥		則	此
胡			雪	候		消	法
椒			飄	熟		矣	得
尤			脫	同			之
佳			蔬	煮			吳
蔬			收	揚			季
竹			將	誠			高
溪			熬	齋			且
客			粥	詩			曰



削藕截作塊采新蓮子去皮候飯少沸投之如盪飯	境之處留以晚酌數盃命左右造玉井飯甚香美法	不取諸市恐旁緣而擾人一日往訪之適有蝗不入	章藝齋鑑宰德消時雖懷古為高尤喜延客然飲多	玉井飯	滋味甜葷亦名菰	葉織燃松自煮供親嚴人間肉食何曾鄙自是山林	夫酷嗜此或作湯餅以奉親名三脆麵筍葷初萌杞
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----	---------	----------------------	----------------------

采	曰	小	舊		進	有	法
蓮	不	錢	游		斗	藕	益
與	待	大	東		星	詩	取
橘	滿	各	嘉	洞	藕	云	太
葉	林	合	時	庭	大	一	華
搗	霜	橘	在	體	孔	彎	峯
汁	後	葉	水		七	西	頭
加	熟	清	心		藕	子	玉
蜜	蒸	香	先		小	臂	井
和	末	靄	生		孔	九	蓮
米	便	然	席		二	竅	開
粉	作	如	上		果	比	花
作	洞	在	遠		有	干	千
體	庭	洞	淨		九	心	丈
各	香	庭	居		竅	今	藕
以	因	左	僧		因	杭	如
葉	詢	右	送		筆	都	船
蒸	寺	先	體		記	范	之
之	僧	生	至		之	堰	句
市	曰	詩	如			經	昔

亦有賣特差大耳

茶蘼粥

舊尋趙東巖子巖雲瓚夫寄詩中疑友的一有作一詩云

好春虛度三之一滿架茶蘼取次開有客相看無可

設數枝帶雨翦將來始疑非可食者一日遠靈鷲訪

僧蘋洲德修留午粥甚香美詢之乃茶蘼花也其法

取花片用甘草湯焯候熟同煮又采木香嫩葉就元

湯焯以薑油鹽醢為菜如僧苦嗜吟宜乎知此味之

久	櫻		可	貴	采		精
其	桃		以	人	白		美
虫	經		山	第	蓮		且
皆	雨	櫻	食	知	嫩	蓮	知
蟄	則	桃	而	鹿	者	糕	若
蟄	出	煎	鄙	茸	熟	麵	雲
而	自	<small>月</small>	之	鍾	煮	<small>候</small>	之
出	內	<small>鮮</small>	哉	乳	細	<small>煎</small>	詩
乃	生	<small>毒</small>	閩	為	搗	<small>名</small>	不
可	人	<small>則</small>	中	重	和	蓮	誣
食	莫		有	而	米	飯	也
之	之		綿	不	粉		
楊	見		草	知	蒸		
誠	用		柺	食	熟		
齋	水		<small>一</small>	此	以		
詩	一		<small>稗</small>	實	香		
云	碗		<small>作</small>	大	為		
何	浸			有	度		
人	之			補	世		
弄	良			詎	之		

之	菜	邊	劉		印	不	好
魏	不	時	奕		為	多	手
公	設	邊	學		餅	此	蕭
知	謾	郡	士	如	而	味	顆
狄	罵	難	宴	薺	加	良	搗
真	狄	以	集	菜	以	獨	虛
將	公	時	間		蜜	美	脆
相	至	置	必		耳	要	印
器	黯	一	欲			之	成
也	卒	日	主			其	花
詩	狄	集	人			法	細
云	聲	奕	設			不	薄
誰	色	與	苦			過	染
謂	不	韓	蕢			煮	作
荼	動	魏	狄			以	冰
苦	仍	公	武			梅	漸
劉	以	對	襄			水	紫
可	先	坐	公			去	此
謂	生	偶	青			核	果
甘	呼	此	帥			搗	非

葉賢良紹翁過三十年每飯邊必索菜蕨與皮啗乃	甚於服玉謂誠齋云蕨便足辣底玉帛僕與靖逸	草地黃與蕨同食能白人髮水心先生酷似蕨	王醫師承宣嘗搗蕨汁投麵作餅謂能去毒本	菜蕨麵	作屑飲可不寐今交廣多種之	而已禮記苦菜秀是也本草一名茶安心益氣隱居	如薺者如其法用醯醬獨拌生菜然苦菜則加薑鹽
----------------------	---------------------	--------------------	--------------------	-----	--------------	----------------------	----------------------

快所欲靖逸平生讀書不減水心而所嗜畧同或曰

能通心氣故文人嗜之然靖逸未老而髮已皓豈地

黃之過哉

麥門冬煎

春秋采根去心搗汁和蜜以銀器重湯煮急攪如飴

為度貯之磁器溫酒化服滋益多矣

假煎肉

瓠與麩薄批各和以料煎麩以油煎瓠以脂乃熬葱

沈	認	冰	孫	綴	嗜	吾	油
既	花	肌	貴	像	此	何	入
得	兒	生	蕃	生	清	鑄	酒
箇	不	怕	施	梅	味	晏	共
廝	要	雪	游	數	賢	客	炒
假	浪	來	心	花	哉	或	瓠
伴	吟	禁	僕	真	嘗	出	與
任	等	翠	亦	坐	作	此	麩
風	閑	屏	在	右	小	吳	熟
霜	蟲	前	烏	未	青	貴	不
儘	蝶	短	僕	嘗	錦	為	如
自	多	瓶	得	忘	屏	后	惟
放	休	滿	心	梅	鵝	家	肉
心	惹	簪	字	一	烏	而	其
諸	暗	真	戀	夕	木	喜	味
公	香	箇	繡	分	屏	與	亦
差	來	是	衾	題	簪	山	無
勝	時	疎	即	賦	古	林	辨
今	借	枝	席	詞	梅	友	者
忘	水	瘦	云	有	枝	朋	吳



其辨每到必先酌以巨觥名曰發符酒而後觴詠抵

夜而去今喜其子侄皆克肖故及之

橙玉生

雪梨大者碎截搗橙入少醬盪拌供可佐酒與葛天

民嘗北梨詩云每到年頭感物華新棠梨到野人家

甘酸尚帶中原味腸春風不見花雖非詠此梨然每

愛其寓物有秦離之歎故及之如詠雪梨則無如張

斗笠蘊蔽身三寸褐貯腹一團永之句被褐懷玉者

惟	淺	作	水	牽	山		益
刮	醋	湯	浸	牛	藥		有
去	盆	餅	之	夏	名		取
皮	內	用	入	月	薯	玉	烏
蘸	出	如	碧	溉	預	延	
盞	之	作	少	以	秦	索	
蜜	於	索	許	黃	楚	餅	
皆	水	餅	經	牛	間		
可	浸	則	宿	蕪	名		
其	去	熟	淨	則	玉		
性	酸	研	洗	蕃	延		
溫	味	濾	去	春	花		
無	如	為	涎	冬	白		
毒	煮	粉	焙	菜	細		
且	湯	入	乾	根	如		
有	餅	竹	磨	白	棗		
補	法	筒	篩	者	葉		
益	如	微	為	為	青		
故	煮	溜	麵	上	銳		
陳	食	於	宜	以	於		

脾	蜜	出	向		如	久	簡
且	和	乃	杭		掌	緣	齊
取	松	用	雲	大	者	多	有
先	子	大	公	耐	名	病	玉
公	攪	奈	充	糕	佛	疎	延
大	仁	子	夏		手	雲	賦
耐	填	生	日		葯	液	取
官	之	者	命		其	近	香
職	入	去	飲		味	為	色
之	小	皮	作		尤	長	味
意	甌	剗	大		佳	齋	為
以	熟	核	耐		也	進	三
此	謂	以	糕			玉	絕
見	柰	白	意			延	陸
向	糕	梅	必			比	放
有	也	甘	粉			於	翁
意	非	草	麵			杭	亦
放	熟	湯	為			都	有
文	則	焯	之			多	詩
簡	損	用	及			見	云

安	許	蜀		未	取	豈	之
石	李	有		然	清	事	衣
詩	文	難			名	業	鉢
天	饒	嗟	駕		自	之	也
日	詩	中	騫		此	不	夫
清	歲	藏	矣		高	遠	天
明	筵	綬			雲	到	下
聊	散	如			谷	哉	之
一	綬	錦			類	因	士
味	輕	遇			編	賦	苟
吐	風	晴			乃	之	知
兒	裏	則			謂	曰	耐
童	若	向			大	既	之
初	仰	陽			耐	知	一
見	若	擺			本	大	字
至	垂	之			李	未	以
驚	何	出			沆	為	節
猜	可	二			事	家	義
生	疑	角			或	學	自
而	王	寸			恐	者	守

	反	食	有	飲	思	文	耳
	哺	向	弋	餘	定	彩	簞
	亦	吳	人	吟	不	烹	食
	名	游	攜	倦	肥	然	下
	孝	之	雙	得	不	吐	血
	雉	盧	駕	此	減	綾	
	雖	江	至	甚	錦	能	
	杜	留	得	通	帶	反	
	甫	錢	之	詩	矣	哺	
	有	春	燭	云	靜	烹	
	香	塘	以	盤	言	之	
	間	<small>舜名</small>	油	中	思	忍	
	錦	<small>遣</small>	熾	一	之	哉	
	帶	<small>字</small>	下	箸	吐	雉	
	羹	家	酒	休	綾	不	
	之	持	醬	嫌	駕	可	
	句	螯	香	瘦	鴛	同	
	而	把	料	入	鴛	胡	
	未	酒	燠	骨	雖	桃	
	嘗	遠	熟	相	各	木	

雪	采		子	少	亭	鮑	采
霽	芙		清	異	下	洪	筍
之	蓉		可	高	採	向	蕨
霞	花	雪	想	約	芎	客	嫩
名	去	霞	矣	五	菊	江	者
雪	心	羨		尺	苗	西	各
霞	帶			許	薦	林	用
羨	湯			今	茶	谷	湯
加	淪			獨	對	梅	淪
胡	之			林	玉	少	炒
椒	同			氏	茗	魯	以
薑	豆			有	花	家	油
亦	腐			林	直	屢	和
可	煮			乃	佳	作	之
也	紅			金	造	此	酒
	白			石	也	品	醬
	交			台	玉	後	香
	錯			山	茗	坐	料
	恍			房	似	古	作
	如			之	茶	香	餽

驚黃豆生

溫陵人前中元數日以水浸黑豆曝之及芽以糠皮

寘盆內鋪沙植豆用板壓及長覆以桶晡則晒之欲

其齊而不為風日侵也中元則陳於祖宗之前越三

日出之洗焯瀆以油鹽苦酒香料可為茹卷以麻餅

尤佳色淺黃名驚黃豆生僕游江淮二十秋每因以

起松楸之念將賦歸以償此一大願也

真君粥

車元亨

曰	雪		有	花	賤	真	杏
煮	夜		功	峯	糶	君	煮
芋	芋		德	下	時	未	去
有	正	酥	於	客	得	仙	核
數	熟	黃	人	種	活	時	候
法	有	獨	雖	成	者	多	粥
獨	仇	<small>聲並去</small>	未	紅	甚	種	熟
酥	芋		死	杏	衆	杏	同
黃	田		而	亦	後	歲	煮
世	從		名	昇	白	檢	可
罕	簡		以	仙	日	則	謂
得	載		仙	豈	昇	以	真
之	酒		矣	必	仙	杏	君
熟	未		因	專	世	易	粥
芋	扣		名	於	有	穀	向
截	門		之	煉	詩	歲	游
片	就			丹	云	歉	虛
研	供			服	爭	則	山
榘	之			氣	似	以	閱
子	乃			每	蓮	穀	董

乞二



人讚菜云可使士大夫知此味不可使斯民有此色	去多非薄菜也以其有所感而不思下箸也薛曰昔	供以香盤偶得詩云教童收取春盤去城市如今菜	本而知山林味矣僕春日渡湖訪薛獨菴遠大留飲	陳習菴學圃詩云只教人種菜莫悞客省花可謂重	滿山香	玉春化寒酥翦作金	杏仁和醬拖麩煎之以為甚好詩云雪翻夜鉢截成
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----	----------	----------------------

	禁	只	之	菜	有	菜	詩
	藥	以	果	少	一	根	與
	湯	油	然	沸	方	羹	文
酒	武	炒	名	乃	為	自	雖
煮	士	候	滿	與	獻	以	不
玉	也	得	山	熟	只	為	同
蕈	而	汁	香	油	用	佳	而
<small>也</small>	不	出	比	醬	箇	如	憂
<small>煎</small>	嗜	和	開	同	香	偶	時
	般	以	湯	下	薑	鄭	之
	異	盃	將	急	椒	渭	意
	哉	料	軍	覆	炒	濱	則
		盃	孝	之	為	師	無
		熟	信	而	末	呂	以
		自	嗜	滿	貯	至	異
		謂	盃	山	以	供	一
		香	菜	已	葫	之	日
		品	不	香	蘆	乃	煮
		過	用	矣	候	曰	薑
		於	水	試	煮	余	油

根	葵		風	瓊	牙	竹	鮮
同	似		味	枝	私	筍	葷
幽	今		尤	饕	信	尤	淨
風	蜀	鴨	不	腹	有	佳	洗
七	葵	腳	淺	何	山	施	約
月	蕞	羹	也	多	林	雪	水
所	短			幸	味	隱	煮
煮	而			相	難	樞	少
者	葉			酬	教	玉	熟
是	大			獨	世	葷	乃
也	以			有	俗	詩	以
刈	傾			詩	知	云	好
之	陽			今	香	幸	酒
不	故			後	痕	從	煮
傷	性			苑	浮	腐	或
其	溫			多	玉	木	佐
根	其			用	葉	出	以
則	法			酥	生	放	臨
復	與			炙	意	被	漳
生	菜			其	滿	齒	綠

豆	藕		脚	葵	利	相	古
粉	截		羹	小	可	魯	詩
拌	細		因	民	乎	其	故
之	塊	石	名	豈	今	妻	有
入	砂	榴		可	之	植	采
清	器	粉		活	賣	葵	莫
汁	內	<small>銀</small>		哉	餅	見	傷
煮	擦	<small>附</small>		白	貨	之	根
供	稍			居	醬	而	傷
宛	圓			易	質	拔	根
如	用			詩	錢	之	葵
石	梅			云	市	曰	不
榴	水			祿	皆	食	生
子	同			未	食	君	之
狀	胭			麝	祿	之	句
又	脂			牙	者	祿	而
用	染			穉	又	而	與
熟	色			園	不	民	公
笋	調			蔬	止	爭	儂
然	菜			鴨	植		休

香	童	略	歲	采		故	細
可	用	蒸	士	桂		併	亦
謂	拙	暴	友	英		存	和
得	詩	乾	咸	去	廣	之	以
此	禹	作	作	青	寒		粉
花	詩	香	餺	蒂	糕		煮
之	云	者	子	洒			名
趣	膽	吟	相	以			銀
也	瓶	邊	饋	甘			絲
	清	酒	取	草			蔓
	酌	裏	廣	水			比
	搽	以	寒	和			二
	詩	古	高	米			法
	興	鼎	甲	春			恐
	古	然	之	粉			相
	鼎	之	識	炊			因
	餘	尤	又	作			而
	花	有	有	糕			成
	酒	清	采	大			之
	暈	意	花	比			者

文		脯	之	細	鱉	祀	
惠		乾	橄	俄	魚	禮	
太		魚	亦	同	煨	乾	
子	鬆	也	有	米	食	魚	河
問	玉	因	雜	煮	罕	曰	祇
周		名	豆	入	有	羹	粥
頤		之	腐	醬	造	古	
曰			為	料	粥	詩	
何			之	加	者	有	
菜			者	胡	比	酌	
為			難	椒	游	醴	
最			詔	言	天	焚	
顯			集	能	台	枯	
曰			云	愈	山	魚	
春			武	頭	有	之	
初			夷	風	取	句	
早			君	過	乾	南	
韭			食	於	魚	人	
秋			河	陳	浸	謂	
末			祇	琳	洗	之	

飲試之果然且勝於砂炒者雖不及數亦可矣	七栗蜜覆其上用炭火燃之候雷聲為度偶一日同	逢辰日只用一栗蘸油一栗蘸水冥錢銚內以四十	夜爐書俸每欲煨栗必慮其燒種之患一日馬北廓	雷公栗	決擇也	絕無風味因侈其白者曰鬆玉亦欲世之食者有所	晚鬆然鬆有三種惟白於玉者甚鬆脆如色稍青者
--------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----	-----	----------------------	----------------------



心	供	鮮	暑		又	豆	
香	真	他	月		方	腐	
坡	佳	葉	命		純	葱	
守	遠	肉	客	碧	以	油	東
杭	也	俟	棹	筒	酒	炒	坡
時	城	舟	舟	酒	煮	用	豆
想	坡	回	蓮		俱	酒	腐
屢	云	風	蕩		有	研	
作	碧	薰	中		益	小	
此	筒	日	先		也	樵	
供	時	熾	以			子	
也	作	酒	酒			一	
	象	香	入			二	
	鼻	魚	荷			十	
	彎	熟	葉			枚	
	白	各	束			和	
	酒	取	之			醬	
	微	酒	又			料	
	帶	及	包			同	
	荷	鮮	魚			煮	



子	焯		取	以	去	嬰	
試	筍		出	小	清	中	
草	葷		切	粉	入	粟	
之	同	勝	作	皮	釜	淨	嬰
法	截	肉	魚	鋪	稍	洗	乳
簞	入	餒	片	甑	沸	磨	魚
數	松	筍玉	名	內	亟	乳	無甘
片	子	尤葷	嬰	下	灑	以	毒平
同	胡	佳滷	乳	乳	洗	小	
煮	桃		魚	蒸	淡	粉	
色	和			熟	醋	真	
不	以			略	收	缸	
變	酒			以	聚	底	
可	醬			紅	仍	用	
食	香			麴	入	絹	
矣	料			水	囊	囊	
	搜			灑	壓	濾	
	麴			又	成	乳	
	作			少	塊	下	
	餒			蒸	乃	之	

	麵	炒		用	搜	坡	
	熟	葱		之	魚	詩	
	過	油			蒸	云	
忘	水	用	自		熟	贈	木
憂	作	純	愛		與	君	魚
養	茵	滴	淘		筍	三	子
	供	酣	<small>麵食</small>		同	百	
	食	和	<small>湯後</small>		審	木	
	真	糖	<small>一須</small>		煮	魚	
	一	醬	<small>盃下</small>		醋	尾	
	補	作	<small>熟</small>		浸	中	
	藥	釐			可	有	
	也	或			致	鶯	
		加			千	黃	
		以			里	子	
		豆			蜀	魚	
		腐			人	子	
		及			供	春	
		乳			物	時	
		候			多	刹	



車元亨

嵇康云合歡餲愈萱草忘憂崔豹古今注則曰丹棘

又名鹿蔥春采苗湯瀹以醯醬作為齋或燥以肉何

處順宰六合時多食此毋以逸事未寧而憂未忘耶

因贊之曰春日載陽采萱於室天下樂兮其憂乃忘

脆琅玕

萬莖去葉皮切寸瀹以沸湯搗薑鹽糖熟油醋拌漬

之頗甘脆杜甫種此二旬不甲拆且歎君子晚得微

祿輒軻不進猶芝蘭因荆杞以是知詩人非為口腹



爛	白		襄	骨	麋		之
炊	扁		猛	酒	本		奉
白	豆		火	合	草		實
扁	溫	當	炙	作	秋	炙	有
豆	無	團	熟	大	後	麋	感
便	毒	參	去	脯	其		而
當	和	<small>北人</small>	脂	嚮	味		作
紫	中	<small>豆名</small>	擘	用	勝		也
團	下		食	鹽	羊		
參	氣		其	酒	道		
之	爛		肉	香	家		
句	炊		鹿	料	羞		
名	其		麋	淹	為		
之	味		同	少	白		
	甘		法	頃	脯		
	今			取	其		
	取			羊	骨		
	葛			漫	可		
	天			脂	為		
	民			包	麋		

一	把	縫	取	狸		山	
宿	酒	器	腸	本		栗	
尤	真	蒸	腑	草		橄	
佳	奇	熟	用	斑	牛	欖	梅
楊	物	去	紙	如	尾	薄	花
誠	也	料	指	虎	狸	切	脯
齋	故	物	淨	者		同	
詩	束	壓	以	最		食	
云	坡	隔	清	佳		有	
狐	有	宿	酒	如		梅	
公	雪	簿	淨	貓		花	
韻	天	切	洗	者		風	
勝	牛	如	入	次		韻	
水	尾	玉	椒	之		名	
玉	之	雪	葱	肉		梅	
肌	詠	天	苗	主		花	
字	或	爐	蘿	痔		脯	
則	紙	畔	於	病			
木	裏	論	其	去			
聞	糟	詩	內	皮			

仁	羊		山		去	以	名
數	作		藥		風	為	季
枚	醬		與		補	膾	經
活	真	山	栗	金	勞	形	話
火	砂	煮	作	玉	臘	如	隨
煮	鍋	羊	片	羹	月	黃	齋
之	肉		截		取	狗	相
至	除		以		胆	鼻	燧
骨	葱		羊		凡	尖	牛
亦	椒		汁		暴	而	尾
爛	外		加		止	尾	策
糜	有		料		者	大	勳
每	一		煮		以	者	封
惜	秘		名		溫	狐	作
此	法		金		水	也	糟
法	只		玉		調	其	丘
不	用		羹		灌	性	子
逢	槌				之	亦	南
漢	真				即	溫	人
時	杏				愈	可	或

和	憲		肉	鹽	孟		一
之	聖		脯	醬	冬		關
或	喜		之	茴	後		內
用	清	牡	味	薤	采	牛	侯
微	儉	丹	笋	薑	根	蒡	何
麪	不	生	與	椒	淨	脯	足
裏	嗜	菜	蓮	熟	洗		道
之	殺		脯	油	去		哉
燂	每		皆	諸	皮		
以	令		同	料	煮		
酥	後		此	研	毋		
又	苑		法	細	論		
時	進			一	火		
收	生			兩	之		
楊	菜			宿	過		
花	必			焙	槌		
為	采			乾	扁		
鞮	牡			食	壓		
鞮	丹			之	乾		
毳	片			加	以		

梅	米		盃	法		其	樽
花	泔		元	用		香	之
十	浸		釐	極		又	屬
數	瓊	素	和	清	不	可	姪
凡	芝	腥	之	麪	寒	知	恭
候	菜	酒	又	湯	釐	矣	倍
凍	暴	水	入	截			每
芩	以		梅	松			治
薑	食		英	菜			生
橙	頻		一	和			菜
為	攪		鞠	薑			必
繪	候		名	椒			於
釐	白		梅	苗			梅
供	淨		花	蘿			下
	搗		釐	欲			取
	熟			亟			落
	煮			熟			花
	取			則			以
	出			以			雜
	投			一			之



甘草	詩作	春游		韻耳	此二	豆麪	
水調	墨蘭	西馬	菊苗		品獨	細茵	豆黃
山藥	元甚	滕會	苗煎		泉有	暴乾	蒸
粉煎	數五	張將			之如	藏之	
之油	後出	使元			止用	入醬	
爽然	菊煎	耕軒			他菜	清芬	
有楚	法采	留飲			反醬	益菜	
	菊留	命余			汁亦	心同	
之風	湯滄	之菊			可惟	煮為	
張深	用賦	田賦			欠風	佳第	

車元身

草	益	器	麻	竹	舊		於
名	因	細	子	閣	聞		藥
巨	賦	研	二	正	有		者
勝	之	投	升	午	胡	胡	亦
武	曰	以	略	各	麻	麻	謂
林	何	煮	炒	飲	飯	酒	菊
之	須	醞	加	一	未		以
桃	更	五	生	巨	聞		紫
源	覓	升	薑	觥	有		莖
胡	胡	濾	二	清	胡		為
麻	麻	渣	兩	風	麻		正
即	飯	取	生	濕	酒		云
此	六	水	龍	然	威		
物	月	浸	腦	絕	夏		
也	清	之	葉	無	張		
恐	涼	飲	一	暑	整		
虛	使	之	把	氣	齋		
誕	是	大	同	法	損		
者	仙	有	入	取	招		
自	本	所	砂	續	飲		

上	云	之	於	損	茶		異
山	飯	飯	煎	脾	即		其
與	後	後	煮	胃	藥		說
井	茶	必	宜	蓋	也	茶	云
俱	甌	少	有	世	煎	供	
次	味	頃	害	之	服		
之	正	乃	也	嗜	則		
今	深	服	今	利	去		
世	此	東	法	者	滯		
不	煎	坡	采	多	而		
惟	服	詩	芽	采	化		
不	法	云	或	他	食		
擇	也	活	用	葉	以		
水	茶	水	碎	雜	湯		
且	經	須	萐	以	點		
入	亦	將	以	為	則		
盞	以	活	活	末	反		
及	江	火	水	既	滯		
果	水	烹	火	有	膈		
殊	為	久	煎	怠	而		

川	初		矣	分	則	必	失
椒	用			病	又	用	正
葱	麵			酒	安	古	味
白	一	新		尚	能	之	不
候	斗	豐		知	及	嗜	知
熟	糠	酒		此	七	茶	惟
浸	醋	法		則	碗	者	葱
米	三			口	手	無	去
一	升			不	山	如	昏
石	水			能	谷	玉	惟
越	二			言	詞	川	梅
三	担			心	云	子	去
日	煎			下	湯	惟	倦
蒸	漿			快	響	剛	如
飯	及			樂	松	煎	不
熟	沸			自	風	喫	昏
乃	投			省	早	如	不
以	以			之	減	以	倦
元	麻			禪	了	湯	亦
漿	油			透	七	點	何

危	石	續	其	以	以	斗	煎
居	初	不	初	木	元	許	強
此	無	必	餘	撮	醱	飯	半
時	他	灰	漿	越	同	及	及
膏	藥	其	又	三	下	麩	沸
菜	僕	麩	加	日	入	末	去
竊	膏	只	以	止	米	十	沫
嗜	以	磨	水	四	二	斤	又
以	危	麥	浸	五	担	醱	投
顯	巽	和	米	日	麩	半	以
所	齋	皮	每	可	二	升	川
釀	子	用	值	熟	十	暨	椒
戒	駮	清	酒	夏	斤	晚	及
懷	吃	水	熟	月	熟	以	油
生	新	搜	則	約	踏	元	候
粒	豐	作	取	三	覆	飯	熟
以	政	餅	醱	二	之	貯	注
全	知	令	以	日	既	別	缸
所	其	堅	相	可	晚	缸	面
釀	詳	如	接	熟	攪	卻	入

山			地	終	陽	而	且
家	丁		乃	日	道	利	給
清	未		長	臥	中	不	新
供	孟		安	斜	詩	虧	屨
終	冬		郊	陽	云	是	以
	三		新	止	乍	以	潔
	日		豐	其	入	知	所
	借		也	地	新	一	釀
	梁			也	豐	酒	誘
	漢			沛	市	之	客
	談			中	尤	政	舟
	梁			自	聞	微	以
	文			有	舊	危	通
	世			舊	酒	矣	所
	文			豐	香	究	釀
	本			馬	抱	心	故
	校			周	琴	矣	所
				獨	沽	昔	釀
	清			酌	一	人	日
	常			之	醉	丹	佳