

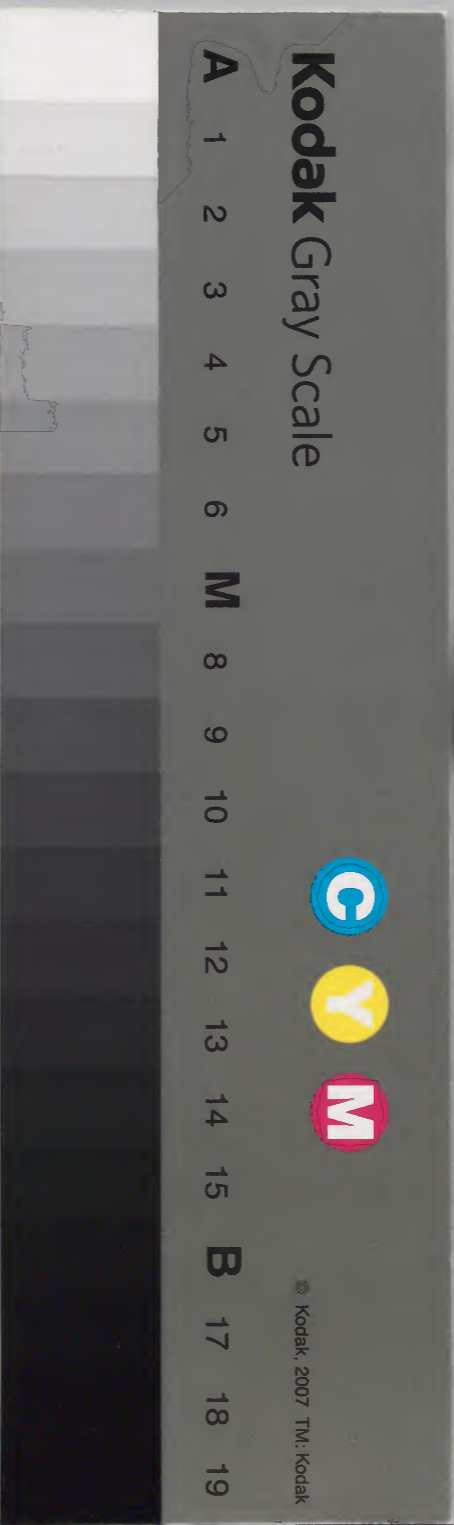
本朝食鑑

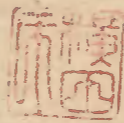
三

農商務省
圖書
第 一 號
共 一 冊

太政官文庫
和書門
類 號 函 架 冊
八三三二二二
八三三二二二
八三三二二二

內閣文庫	
番號	和 8331
冊數	12 (3)
函號	184 112





本朝食鑑卷之三目錄

菜部 葷辛類十九種

葱 韭

山蒜

蕪菁

生薑

蓼

三葉芹

紫蘓

艾

茗葱

薤

菘

大根

蕪荷

木天蓼

二十九種

防風

艾

牛房

胡葱

蒜

芥

人參菜

山葵

芥

獨活

附

落

落

明治十年編成

從初丁至十八丁

從十八丁至廿八丁

黃菊 紅藍梅 雞冠苗 萱草

本朝食鑑卷之三

薺

藥薺

鷄腸草

莧

汰莧

藜

苜蓿

附川苜
唐唐苜

菠薐

箒木

多牟保保草

狗杞

五加

鹿豆

蕨

狗脊

葛

蒟蒻

芋

薯蕷

附零餘子
甘藷

薜

附何首
烏芋

知也字呂岐

茅花芽

土筆

附杉菜

蔬菜類六種

從北八丁
至四十三丁

茄

白瓜

冬瓜

胡瓜

絲瓜

乾瓢

附瓢
敗瓢

茸耳類九種

從四十三丁
至四十九丁

松茸 附芝

初茸

伊久知
紅茸

標茅茸

鹿茸

椎茸

平茸

榎茸

附榎木

木海月

石茸

水菜類十六種

從四十九丁
至六十一丁

蓮根

菱

烏芋

慈姑

蓴

萍蓬草

菰

昆布

海藻

附海雲
於期苔

白藻
松藻

荒布

附鳩布

鹿尾菜

和布

附佐加
羅布

青苔

鷄冠菜

附品川苔
海羅菜

淺草苔

凝海菜

葦和異同

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

本朝食鑑卷之三

丹岳野必大千里父 著

男 浩元浩甫 閱

菜部

葷辛類十九種

葱 古訓ス紀今訓ス稱岐
不日比登卷志

釋名 冬葱源凍葱 上同○順日葱有冬春二種冬
葱和名布由村凍葱即冬葱也

必大按今亦有冬春二種春
葱初生如針俗訓加利岐

集解 春葱種子春末開花成叢青白色其子味辛

色黑有皺文文作三瓣收取陰乾勿令溼鬱可種

可栽初生葉細如針根亦細白稱加利岐可為羹

可生食生食和醋味嚼則彌好至五六月莖粗硬

如木不耐食之冬葱者無子移根有白莖着衣
 植之生黃青芽芽葉及白根柔細而香經冬至春
 其味尤佳入藥可用本邦正月朔且以冬葱供雜
 煮之具呼稱福主然辟邪之故平凡葱雖有冬春
 二種實一種不可過一時種但近世田夫以八月
 彼岸下種翼年自五月迄九月采葉自九月迄來
 春正上二月采根即白根而舊根復生葉年年八月
 下種如前法則平生無絕矣葱種不宜關西之地
 而江東處處最好野之下刈梅澤之冬葱白根肥
 長味甘美為江東第一故佐野足利日光及上野
 處處次之稱佳一種俗有稱和計岐者略似加利
 岐而形圓色淡莖根柔滑不甚臭四五月採之六

七月生花實采收至春蔣之又中野平原有自生
 者人味采之

葱莖白氣味辛温無毒

或曰平也與蜜及藜同食
 冷人病服地黃常山者忌

主治詳于綱目

發明葱主發散通氣入手太陰足陽明足少陰經
 詳于李氏發明此通上下陽氣故能解毒陳士良
 曰殺一切魚肉毒今魚鳥羹中入生葱一片或白
 根五六分以除羶腥之氣亦能殺毒也殺毒辟邪
 者多食則害人之神氣社寺忌之亦良有以乎凡
 神氣者清明之至元故遇此之穢濁乃耗真奪精
 莫不失本然之善可懼

附方感冒頭痛

無汗者用味嚼煮飯及生
 葱葉根作粥乘熱食取汁

荅葱 訓古比留

釋名 山葱 源順行者蒜

俗稱○此葱不臭釋氏敢行者食之謂無穢忌故名野之

二荒山中種之山中僧食之故亦稱二荒蒜

集解 荅葱似葱之初生或似加利岐莖葉細夫柔

滑根白類小蒜而至小味微辛不甚臭故人多賞

之山谷野處所有甚多開白花結子如小葱頭然

種時者少矣移根可植耳

氣味 辛微温無毒 **主治** 除瘴氣解蟲毒

胡葱 訓所佐

釋名 島蒜 本朝式

蘭葱 今義解○必大按島蒜字義未詳島者所以別山野

水澤之葱耶蒜所以使蒜葱通名耶蘭者胡葱細小成叢如蘭之茂也

集解 胡葱葉似葱而形圓細長銳根上莖着赤皮

根似蒜而小不甚臭八九月下種正十一月採嫩芽

二三寸者供膳和膾是賞其新珍乎三四月葉莖

盈尺柔滑臭美連根可食五六月開花結子而采

收之近代最賞之家家畦圃蒔之以灰培之糞之

亦佳 **氣味** 辛温無毒 **主治** 下氣消食亦能進食

韭 古訓古美良

集解 韭者家家種之滋養而食然為五辛之一而

不安食亦宜煮食不宜生食或燒而煮食亦宜凡

韭叢生豐本長葉形似胡葱而葉平扁中實不圓

有劔脊色深青翠根白可以根分可以子種一歲

不過五剪收子者一剪或不可剪剪後用冷灰壅

根則再葉易生八月間花成叢九月收子其子黑

色而扁風處可陰乾勿令泥鬱予昔取韭黃如李氏法大抵韭者最可為佳蔬乃菜中最可人者矣

氣味葉莖生辛瀟熟甘酸溫無毒或曰生熱熟溫**主治**肝經之病歸心腎散胃口痰血祛鬱痰塞食道故治噎膈病洗痔及脫肛最可補中者也

發明詳于綱目

附方噎膈嘔吐

不納食者非葉雞子白與齧齒急嚼汁煮熟作粥食則痊

韭

集解韭當世賞之者少處處希有八月栽根正月分蒔宜肥壤其葉中空似細葱而有稜氣亦如葱二月開細花紫白色而無實故今根而種根如小

蒜一本數顆俗混稱羅津岐與五月葉青可掘之否則肉不滿也羅津岐與者水晶葱詳于後

氣味辛溫無毒**主治**發明詳于綱目此亦溫補助

陽之物而有滑泄下氣之力

蒜

釋名小蒜頰大蒜同獨子蒜同蒜音煩蒜音煩蒜音煩

保比一流小蒜訓古比流或曰米比流崔兩錫訓於云獨子蒜訓地比流漢語抄云蒜類今按類小頭也訓比流佐木必大按獨子蒜今亦有之龜有之或曰獨子者蒜之味長也此亦有理爾

集解蒜處處多有家圃田畦俱蒔種之根葉俱小而瓣少辣甚者小蒜也根莖俱多而瓣多辛中帶甘者葫也大蒜也今多用大蒜而用小蒜者希矣食藥俱然八月種二月食苗三四月開花花中有

實亦可為根瓣狀而極小可種之四月食薑五月
 葉枯食根此大蒜小蒜皆同今用胡根一兩片入
 魚鳥羹中而食者非獨除癰腫之氣亦能解毒或
 夏月土用初日之且用蒜一兩片赤小豆二三粒
 水飲下以除疫邪或疫癘傳染之時家家懸大蒜
 于門上以避之或臘月用蒜和味噌盛貯于漆壺
 緊固封口埋于土中經春夏至夏土用而食謂能
 辟除暑熱疫邪此味試之凡本邦身中古迄今崇
 神社佛寺者每忌五辛而上下皆然五辛者令義
 解曰大蒜荅葱慈葱蘭葱興渠大蒜葫也荅葱小
 蒜也慈葱葱也蘭葱胡葱也興渠懷香也此據釋
 氏之說乎或曰葱韭薤大蒜小蒜也大抵忌之有

期蒜七日葱三日薤一日又曰五辛皆七日忌之
 天喜年中上服御蒜自六月十六日至七月二十
 三日祈年穀奉幣是隔七日也江納言所謂世俗
 五十日許內典七十日或三七日或因神社有不
 忌又有三十日忌悉是據釋氏之說有長短而忌
 真穢惟上古味論之乎五辛之說略見于異同可
 併考近世瘍醫多用之古擣薑蒜以醋和之名曰
 蠶和名訓阿倍毛乃近世細劉生菜以味醬酒水
 胡麻鷲粟川椒芥子等物名曰和物亦訓阿倍毛
 乃於字亦相當是五味調和故稱和物乎
 氣味辛温有小毒蒜葫同不可多食冬及
春初湯用夏秋不宜
 主治發

明詳于綱目

山蒜

訓 野比流今

釋名 澤蒜

源 野蒜

俗稱

○源順

日一名叢和名

水生

中葉

氣味

不異家蒜必大按是不獨生水中亦山野林

聖自生而長者因地可名之今處處多有焉

集解 根葉俱似蒜而細小味亦稍同然不甚臭故

嗜蒜忌臭者采而食其味不為佳也

氣味 辛温無毒

主治 下氣和血

附方 初發疔腫

初發腫痛者采連根葉山蒜

黑燒為末和麻油傅之則愈

菘

訓 奈

釋名 辛芥

源 順

○菘似芥及蕪菁

而大味辛故各名之平

集解 菘莖圓厚微青或莖扁薄而白其葉皆淡青

白色略似蕪菁狀最肥大而厚味微辛如芥莖菘

子色灰黑八月以後種之十月開黃花如芥花四

辨 三月結角亦如芥今鹽淹食或搗爛合醋去滓

和魚鱠此號青醋可以賞之

氣味 甘辛温無毒

或日有小毒不可多食

主治 下氣消食

芥

訓 芥

釋名 辛菜

源 順

○芥和名

賀良之俗用芥子根細而

氣必大按芥音介

不獨菜一類而芥子最辛烈食之

先通眼發淚通鼻出涕者也

集解 芥有數種俱似菘有柔毛葉深青者且青芥

此所常用之芥也有大葉皺紋色深綠者李氏所

謂大芥也二芥辛辣俱可用冬春夏三時有之芥

心作莖而高三月開花黃色四出結莢一二寸子

大如蕪子而色赤紫味甚辛辣二芥莖及子俱

作蔬食又有葉如青芥多缺刻如蘿蔔又有葉紫

本朝食鑑卷三

如菘者又有低小而葉莖硬者此三芥亦為蔬食不及前之二芥也一種有白芥者大抵似芥而葉刻缺有青白色莖易起而中空性脆最畏狂風大雪可謹護之三月開黃花香郁結角如芥角其子大如梁米黃白色此亦與芥同種其下種采收亦同時須入藥用也本邦古者用芥子者少和名惟言菜今用菜者少惟用芥子者多而食魚膾茹蔬者必以芥子而和者不少言能解魚毒進食爾

氣味 辛熱無毒 芥子亦同多食動火動氣

主治 發

明詳 于綱目 必大按近俗所謂芥子利鼻病然非不能多食最可戒每嗜取

附方 久癰不痊 芥子研爛和水糊煎紙如錢大而貼髮際則愈

蕪菁

訓如布奈或阿平奈

釋名 蔓菁

本朝 莖立 上 蔓 源 葑 上 下體 上 菜 近俗

朝式訓蔓菁自阿和奈和名亦同莖立者訓久又
多一與蔓菁至春二月莖肥大高立作蔓故今
亦稱之源順曰楊雄方言蔓菁曰葑毛詩云采葑
采非無以下體注云下體根莖也
順又曰蔓菁苗也菜也
俗通訓奈以蕪菁之稱也

集解 蕪菁者上下平素日用之菜而不俟諸葛之種此民間所每有四時俱采之狀類芥而莖粗葉大而厚闊根長而白或肥大而短其味甘辛苦太抵七月下種冬初生仲冬采葉采根而用采葉莖以懸于簷下而陰乾呼號懸菜或稱乾菜又作干菜或采葉莖以醃麴收藏此號莖漬經年亦佳江州之造菹近江漬而為珍經年生酸味者尚佳洛

之賀茂里人所造呼號酸莖以賞美之春末夏初盛開黃花四出如芥結角亦如芥其均圓似芥子而紫赤色八九月下種者冬苗稍長采莖葉此論冬菜至春莖高起而肥大作小臺卽是莖立也或冬采莖莖後糞其根以馬屎中之稻草而厚覆其霜雪則至春二三月生苗肥高中立起臺其味柔脆此亦莖立也洛之近郊畦間貯水以滋養者菘水入菜莖葉甚柔脆味美以爲洛之野珍江東亦移種倣之而滋養雖其莖葉肥美而其味不及則土地不相應之故乎惟總州葛西之產不減水入菜之味爾一種春初下種二三月生苗采出地一二十寸漸莖二葉者作蔬此號財部菜言如蛤蜊殼

之開今乎采其生而二三寸者作蔬此號鴛菜此言鴛鴦之飛啼時而生乎貝割鴛菜之類不惟二月月生而蕪時俱然焉三根以攝州江州之產爲勝就中出師天王寺之境者肥豐短圓而蟠屈其味香美甜脆土人醃藏糟漬及晒乾以貨于四方江東之地亦處處佳者不少民間荒饑所貴者也蕪菁子多油民間采油代麻油亦貨于四方以爲燈用菘芥俱多油併稱菜種油也
根莖 [氣味] 甘辛苦温無毒 [主治] 消食下氣逐痰治嗽
發明 蕪菁根莖雖下氣消食不傷脾胃之氣以作平生飲食之助故上下無不用之耳

附方 熱眼腫痛 及天行赤眼者臘月采蕪根細剉時浸冷水中洗眼最妙 凍瘡裂痛 米蕪根煨干熱灰中一時取 亦兩唇腺腫 凡經年醃蕪葉敷唇好 則久粘不落竟痊

大根

釋名 菘 萊菔 蘆菔 蘿菔 温菘 上同 菘音福

和名於保爾俗用大根一字蕪名死萊菔温菘和名古於保爾今按萊菔蘿菔皆菘之通稱也必大按近俗通用大根之端又用蘿菔亦儘有耳

集解 此亦日用利益之菜而民間常種之四時俱用者也故天下通無不有然據土地之應與不應不可無肥瘠好惡若深山遠嶋之棲全無處亦有木抵六月土用後下種秋采苗采小根俗號揉木根冬十月十一月掘根用狀圓長肥白或短圓豐

肥有細鬚多醃藏號淺漬此本邦香物之品也三四月抽高臺開小花紫碧色結角其子如大麻子大圓長不等黃赤色其葉大者如蕪菁而硬粗細者如小芥略柔滑可作殖皆有細柔毛八九月後下種者三月采根號三月木根至夏甚辛春二月下種者三四月采根之細小者後號揉木根苗亦好此亦至夏末掘根則辛辣可用一種有根色紅紫者形味相同一種有根木根者短圓豐肥其尾細而長故名其味極美生甚辣熟甚甘而可為珍此尾陽之產濃勞參遠亦雖移種而不相及凡洛邊及海西山北不佳江東諸州略為佳江都近郊最羨者多就中根紗間板橋浦和之產為勝相州

波多之產者素以自然生者為佳其根細而實又
 有種其自然生者培養之其根肥不佳故其細根
 不宜肥大采細根作醃糟其波多野太根京師稱
 中拔太根言規畦畝中之未長根而抽之故名此
 亦作醃糟而佳近時舉世嗜蕎麥麩而用煎汁之
 極辣故家家爭種甚辣者太根老肥堅實者甚辣
 幼柔浮弱者不辣瘦實者亦甚辣又采生暫置火
 邊而暴風處則乾堅此亦甚辣又采好者暴風處
 經一兩日而用亦同夏時少辣冬時多辣近頃江
 都市中醫信州景山太根及夏太根之種俱甚辣
 以為蕎麥麩之用僉言不減尾之鼠太根之辛然未
 試之

氣味根辛甘葉辛苦温無毒生薑能制其毒大根

主治生食則動氣發噫熟食則下氣兼生薑能制其毒大根

痰癰止吐血衄血制麩毒解魚肉毒酒毒豆腐毒
 或咽煙欲死者生食則生津免難餘詳于綱目又
 發明可併考之按乾葉莖能逐濕和血利水水煎
 洗之亦佳

發明孫思邈曰不可與地黃同食令人髮白為其

澀營衛也李時珍以其升降之不同論其下氣澀
 營衛者然則予今不可砥涎若辨論者之遺言則
 地黃性冷行遲萊菔性温行速萊菔不可引地黃
 而行地黃不可隨萊菔而行有同澀營衛之理
 乎若言萊菔氣猛而升降地黃之氣去而不留于

胃中故不得成地黃之功則可也言令人髮白則於理不相當矣近世每服六八地黃丸之人或一日每日或經月經年不食萊菔者寔拙哉縱雖服地黃一味而隔穀食則萊菔之氣難當地黃之氣穀食入胃漆運行之氣而轉去地黃之氣何為留待萊菔之至乎且夫芥味者有茯苓澤瀉及酒氣能引地黃而運行八味亦添有熱附之峻速而相引導去此亦不屑萊菔一物之猛焉予常聞俗話年至四十五十之人每服地黃丸而鬚髮不黑或斑或白謂是不禁萊菔之故也寔堪笑矣惟恃芥味之壯水而日夜交戰陰血漏下此非獨令鬚髮盡白而竟至身命之鳥有豈可歸咎於萊菔根乎

噫

附方頭痛如裂

用生大根辣汁頻滴入于鼻竅則安耳中代痛者一滴入于耳竅亦

人參菜

集解即胡蘿蔔也六月土用下種生苗如蒿莖有白毛辛苦臭亦如蒿八九月采葉莖煮而作茹冬十一月臘月及春采根長五六寸大者盈握色黃赤似鮮地黃羊蹄根小者形似人參截斷之亦暈作圈故俗稱人參三四月開白花攢簇如傘狀似蛇牀花子亦如蛇牀子穉長有毛褐色采根煮食則其或味增漬糟漬藏之一種有野人參者而形相似不堪用之

野人參與數人參同而其

根氣味甘辛微温無毒亦辛苦 主治下氣補中利胸膈腸胃安五臟令人健食

生薑 訓志也字如又

釋名 藏源順日名久 禮乃救之加美

集解 處處所在有之采去年之舊根而二月種之四五月生淡碧黃芽根亦碧白附子舊根而生俱如初生蘆芽漸長葉似竹葉對生而味辛香青莖根頭着紅皮其新根橫連如列指狀至秋尚吐霜後作老薑性惡濕畏日若犯之值夏秋之暑則冬無根爾近時采新根同生梅紫蘆葉作醃以經年或作味噌漬糟漬蜜漬等物又采老薑臘月水曝且乾以藏貯之使不服水土者剉而服之故為行

族之具亦能不被犯霧濕煙瘴之氣或治冷腹痛呼號寒薑是白薑之不去皮者也若無寒薑則用乾白薑亦可矣

氣味 辛微温無毒 皮辛凉無毒○源順日膳夫經謂空腹勿食半薑此未詳何故

主治 詳于綱目

藥氣味 辛温無毒 主治 水煎乘熱洗凍瘡則愈

菘荷 訓美也字如

釋名 菘菹 音伏 菘音粉二名俱源順日大菘荷名也

集解 菘荷處處樹下及陰處多生二月種根四五月生苗似薑之葉莖而稍闊心芽卷起而抽如竹葉蘆芽既長高四五尺根有赤白二種夏月及七八月根旁生子其子即花似藕花之未開而平扁

葉葉相重至藥心亦同其色上淺紫而尖下碧白
 而有柔莖俗稱蕺荷子以可為菹葉莖亦嫩時可
 噉其根辛而不佳故噉之者少矣八九月踏却其
 苗令死則根滋茂冬月以馬屎中之稻草而覆其
 根或鋪耘加人糞則值寒不凍死至春不待種莖
 而生是永生之法也蕺荷自古用之本朝式內膳
 部載之味言其根葉子花之別焉

氣味 葉莖苦温無毒子花苦甘微温無毒根辛温
 有毒必大機蕺荷葉莖本經及綱目為苦寒予乃
 本因寒而起故不宜寒治宜温散血温散而愈
 若得寒則血凝不散然則葉莖亦與子根同性矣
主治 草及根詳于綱目子花闊齧進食除邪氣穢
 不祥

防方 凍瘡疔痛用蕺草或連根煎湯
 參熟煖頻洗之則瘡

山葵
訓ス
 佛ノ

釋名 山薑本朝式神祇部以山薑訓ス和佛此
 國貢之之源帳力日漢語抄亦用此二字味
 詳其所擬也必大按山葵似多賀茂神
 山之葵故名耶山薑因根狀而名耶

集解 山葵處處所在有之家國多種之四時俱采
 根二月下種或植舊根三四月生苗葉似冬葵及
 露而厚圓色深青有細毛六七月作穗二三寸闊
 細黃白花結子極細種子不如種根冬月最宜采
 根其根似良薑莖根而根皮青黑多癩有短鬚其
 肉綠碧而微粘有香其味辛辣不減芥子其所用
 者可隨所宜耳

氣味 辛温無毒**主治** 散齧發汗逐風滲濕消積下

痞最爲七疝之劑鮮魚烏毒殺蕎麩毒源順所謂養生秘要曰補益食法試之

蓼訓多

集解蓼有數種其每所用者有三種葉狹小似小竹葉者葉小厚不狹有皺文或葉不甚尖而圓廣有皺文俗稱藍蓼者葉長大似鴨跖草葉俱甚辛而足食至秋開紅白花作穗采穗而食亦佳又有紫蓼赤蓼惟用形氣之殊然遲凋爲冬用耳野蓼者平原所生水蓼者水澤之畔生或有狗蓼者葉潮大上有黑點有毛蓼者葉大多細毛有大蓼者葉廣略似狗蓼商陸莖粗大有毛花淡紅作長穗結子形扁外黑內白此則葶草也此等之類俱不

甚辣今葉凋後以蓼花穗作食又以花穗及莖葉作醃超牟尚佳僧家煮乾蓼莖味甘代鱈魚汁此俗稱精進煮出也近時好事之人燒狗蓼作黑灰以點火則終日不滅彼剪松節杉節及剛堅之木作小團搗半埋灰裡用狗蓼灰煉米泔塗其剪痕晒乾點火則亦不滅世以爲奇家家試之者多矣

氣味苗葉實辛溫無毒多食損失味別 王治詳

干綱貝

木夫蓼

訓多 名訓和太如比

集解中林處處或家園亦栽之木大者藤生小者如卮子高一二丈春二月生新芽葉如梨之嫩芽

葉既長深青如賀茂葵葉之紋而團厚四五月開
 白花似梅花戲摘葉挿枝于瓶而成炎夫梅蓋俗
 稱夏梅結子如小茄子今所食者新芽葉及子味
 辛披胸膈之積鬱故人人賞之也猶常喜之視此
 樹而以身着樹捐摩菓樹日日若斯則木竟枯壞
 或曰猫病向死時與天蓼汁忽甦予未試之近時
 稱天蓼能逐塊積氣故則天蓼木作拳形以從外
 推摩其塊積則積氣下墜而魚接骨木相用此亦
 未試之一種有花白色純紅形如梓澤桔梗花者葉一
 實氣味與白花者同中備山中多有

氣味辛温無毒或曰有小毒

主治癥結積聚餘詳于綱

且

芥訓世

釋名水芥 水英源順カ曰水芥
一名水英

集解芥有水旱及赤白二種水芥生于水中而根
 多旱芥生于平地而根少赤芥味惡不用白芥味
 美而常用處處陂澤田川多有或水田水圃滋養
 之而言四時俱有二三月生苗其相對如芎藭其
 莖有節稜而中空其根細長而白肥者如索麩而
 柔脆過尺最可賞美之其氣亦芬芳可愛之五月
 開細白花如蛇床花秋冬至春初可食根春後夏
 月至秋初可食莖葉今世人言有毒者螟蛭留卵
 蛇蟻蚘蜴留溺糞以染于葉莖人不能知之而遇
 遺毒故食芥者必苦可洗淨爾本邦自古為七種
 菜之一而正月七月作粥嘗之以禳一歲之邪氣

歌人亦詠之稱根芥者以其根潔白芳美可愛也
必大按芥者董也董菜亦芥屬故附之見後
葉莖根氣味甘辛無毒主治利大小腸及泄黃症
去酒後熱

附錄 董菜

訓讀 美禮 今之計 華介也 一名 一夜草
或曰 一葉草 俱歌人 今古 詠賞之 董菜
野生 葉似柳 葉而 微小 二月 生苗 高四 五寸 鋪地
叢生 三四月 開紫 花如 荷葉 而微 小四 五月 結子
成莢 莢中 有細 子落 自生 根似 葵而 滑古 人采
食之 近人 味食 飽兒 女摘 花弄 之爾 洛之 野多
有或 采子 以種 庭園 賣花 之繁 美近 年江 都人 自
洛移 栽及 種于 庭中 種俗 有稱 之撰 撰草 者此 亦
董菜 之屬 原野 庭中 多生 葉似 華之 剪力 故號 號剪
芥草 三四月 開小 花似 小蟲 飛狀 有紫 白二 色俱
着莖 頭之 傍而 作鉤 樣故 接西 花相 牽則 弱者 墜
墜者 為負 不墜 者為 勝以 作角 力之 狀故 號相 撰
草而 為兒 女之 弄戲 耳

三葉芥

如字 和名 不加 豆美
京俗 謂牛 乃比 多伊

集解 處處有之而生于近水下濕地或水田培養
之高者尺餘二月生苗叢生圓莖分枝一葉
葉青光滑有三尖多細缺四五月開細黃花結子
大如豆狀如初生桑椹青綠色槎散則子甚細如
葶藶子冬後春初下種今世多作蔬而賞之或醃
藏之

氣味 莖葉微辛苦瀋而甘寒無毒主治 味詳俗稱

有毒而未知何毒也

柔滑類二十九種

紫蘘

集解 處處多有或人家田圃栽之三四月下種又
宿子在地自生亦有其莖方其葉團而尖四圍有

鉅齒肥地者面背皆紫瘠地者面青背紫其面背俱青白者白蕪也七八月開細紫花成穗作房如荊芥穗九月半枯時收子子細如芥子而色黃赤或謂此亦可采油如荏油紫蕪葉嫩時可為羹以去魚肉毒可為蔬茹或醃藏味膾漬俱佳與梅子同淹藏則其汁香紅故同漬者悉香紅可愛最經年亦好子亦醃之乾之俱可愛爾

氣味辛温無毒子亦温無毒**主治**詳干細自子亦略相

同其下氣消痰切過於葉耳

防

防風呼如字和名波萬俾加奈

釋名屏風源噴○必大按水邊砂壤生者稱濱防

筆防風又號石防風也源噴和名所言者俱濱防風也

集解防風苗葉略類芥而葉淺綠一莖頭有二二三葉其莖初紫赤色相抱類生薑之苗稍長而葉圓厚深青有鋸齒莖亦濃綠根上白根黃色今作蔬者濱防風也家園砂中栽者亦好其山石間生者入藥用不堪作蔬也

氣味微苦甘温無毒**主治**一切風症詳干細自

獨活訓字土和名豆知多良

釋名獨搖草源噴○按與諸家本草同

集解獨活冬采根藏甕中之土或塗土藏于桶中其根作塊上尖下蹲而有脂冬至春初根之火處有紫苗此俗稱兔字止二三月生苗似蘆筍有節有短毛上紫下碧黃日漸長而苗綠黃根白有紫

小點從其免字止至長苗可為蔬茹既生葉如青
 麻高四五尺或七八尺至丈餘此時不可食也六
 月開花作叢或黃或紫結實時葉黃者亦有此石
 上所生也秋末下種然今大抵皆采宿根而栽之
 近時有春初生苗者至自駿陽駿地在江之南而
 土地和暖故先期而生苗生實生花乎

氣味 甘苦辛微温無毒**主治** 一切風寒詳于綱目

附錄 **黃菊花** 苦平無毒治諸風頭眩頭痛眼目腫
 痛上一部之熱今時種黃菊花去葉采之
 煮湯數十沸取出漬醬油而食或作羹作茹亦佳
 又用乾菊一花充于布囊為枕則除頭目之疾凡
 菊花黃白各色及紅藍苗治血步痛散腫宜婦人經
 甘菊皆可食也

新苗嫩者煮湯十餘沸漬
 醬油而食或作羹亦佳
 人帶下尤妙米葉莖嫩者煮湯
 十餘沸漬醬油而食作茹亦佳
萱草苗 氣味甘涼無毒
 消食利濕

艾

熱通小水此亦采嫩苗及花煮湯飲之沸取出漬醬
 油而食或作茹舊世俗此稱甜花而愛賞者據有
 宜男忘憂
 之名乎
 訓與毛木或
 曰艾久也

釋名 源順頃曰蓬訓與毛木蓬一名華艾也蓬華二
 音艾五蓋及本草曰艾一名盤草必大按蓬
 華別一種
 非艾之名

集解 艾處處山野多有二月宿根生苗成叢其莖
 直生白色高四五尺其葉四布狀如蒿分爲五尖
 極上復有小尖而青背白有茸柔厚七八月間出
 穗如車前穗細花結實累累盈枝中有小子霜後
 始枯其苗作蔬合蒸糯搗作餅三月三日用艾餅
 而賀祝或合粳米粉搗作團子作燒餅其苗長至
 五月采之晒乾作艾灸近世朱黑印食者用其晒

乾以手強揉如舊絮去黑粉而水煮去黑汁取出再晒乾用蓖麻子油而抹調之朱黑隨意而合用之凡灸以陳艾為宜三年之艾最好今以江州膽吹山之艾為上野州中禪山中標茅原之艾次之此俗稱自古歌人之所詠也故世人采此二處之艾而收蓄以為灸治之用也

氣味 生則微苦大辛溫熟則微辛大苦溫無毒

主治 溫中逐冷去一切風濕止一切血灸之透諸

經而治百種病邪起沉痾其餘詳于綱目

附方 金傷流血及血不止用陳艾手揉極

立止心腹冷痛用陳艾手揉極

無熱慰患

牛房

釋名 源類曰牛房一名牛房和名吹太吹漬下曰

亦用房字或不吹今按作房者非也必大按近代

字作午音者不少牛黃牛膝牛頭牛玉之類也

集解 牛房諸州俱有春初下種二三月生苗野人

剪苗作蔬然要采根不多其葉似芋而長大深青

厚勁有皺莖高起三四尺有稜至根上紫色四月

開花成叢淡紫色結實作球而小莖上有細刺百

千攢簇一球有子數十顆其根大者如臂如太蘿

蔔而盈握長者如鞭如竹筒而二三尺其根皮灰

黑而厚削皮則碧白香脆其不好者中有筋條而

不脆美迨時多賞美之洛之鞍馬八幡村里有肥

大者而為勝武之恐鄉若築亦為江東之勝而不

減洛產然諸州亦擬土地之宜而佳者多矣

根氣味甘冷無毒主治傷寒時氣風腫逐水消脹通經脈止牙齒痛定咳嗽勞瘵疝瘕專以治中風諸瘡為主

發明本邦俗以牛蒡根為強陽滋腎之藥而世人多嗜之未詳其効也以其外色黑為入腎乎性以寒冷則無助陽之理矣但可為諸風諸瘡之主藥爾

落音路訓

釋名和名布布木本朝式內膳部訓布

集解源順曰崔禹錫食經謂落葉似葵而圓廣莖煮可噉之今時花莖葉俱可作蔬茹冬十一月宿

根開花正二月最盛初出地時如小蓮其荅漸開青黃外有紫萼去土一二寸亦如小蓮花開而重

重作臺俗號落臺言相重貌耶經六月而碎死候其花盛采之入藥作蔬者未開亦佳三四月生

葉莖俱似小荷或如葵葉其莖亦似小蓮莖有竅有絲形圓通直而肥實無子高者二三尺一莖一

葉至根邊紫白色處處林野田圃家園俱叢生少則可愛爾

氣味苦温無毒葦菜亦同主治温肺治嗽消痰洗肝明目及療中風等症

自及療中風等症

集解齊有大小而一物也但大者有毛爾處處田

齊和名訓奈都

齊和名訓奈都

齊和名訓奈都

齊和名訓奈都

齊和名訓奈都

野庭園俱多有之冬至後生苗其葉着地形如蒲公而葉尖有深刻鋸齒向下采之作蔬茹二三月起莖五六寸開細白花整整如一結莢如小萍有三角莢內細子如草靡子本邦正月七日常七種菜粥以薺為一種近世但用薺菜餅子作粥是球識何用也

氣味甘溫無毒**主治**利五臟明目益胃

紫萋 和名ハ久倍良近訓ス波古倍

集解平原曠野及庭園下濕地自生極多正月生苗其葉如指頭細莖引蔓斷之中空有下縷如絲作蔬甘脆三月以後漸老開細瓣白花結小實大如稗粒中有小子如草靡子野人多食之此亦古

來作人日七種菜之一物其餘瘍醫多用之

氣味甘微鹹平無毒**主治**一切積年惡瘡下血止

塊痛

鷄腸草 訓與米加波收

集解此亦原野庭園下濕地多生二三月生苗葉似紫萋而稍長大色深青莖帶紫色四五寸有小莖開五出小紫花如野菊旋覆結小實中有小子其苗苦香作蔬可愛莖葉長而不可食爾

氣味微苦平無毒**主治**毒腫惡瘡牙痛小便不利及五淋赤白痢或鮮毒蟲螫

莧 訓比斯本朝式モ亦同

集解田野家園處處多有之其下種培養者長大

也其野生者細小也狀類荏藍鷄冠而長大者四五尺大抵三月撒種苗葉似藍而小圓有皺文莖葉俱可作蔬茹六月勁梗不堪食開細花成穗或着莖結子其穗中細子扁而光黑與鷄冠子相同九月收之不收則至冬不凋又有紅莧初嫩則赤長而紅老而紫莖葉同色可食可愛霜後不變亦佳

氣味甘冷利無毒新者微辛寒**主治**利大小腸止初痢

滑胎詳于綱目發明

汰莧訓之頂一倍比此

釋名微俗呼為馬齒莧必大按近俗偶汰莧是滑利之義耶汰字

俗訓之頂一倍比此

集解田野家園多生柔莖帶赤布地細細對生葉

細微似馬齒狀柔滑有光采苗作蔬六七月間細

花結小米實實中細子如葶藶子狀此亦三月下

種然野生者甚多矣

氣味酸寒無毒**主治**散血消腫利腸滑胎解毒通

淋餘詳于綱目必大按世人通稱汰莧有毒食之

若多食則可泄下少食則滑胎而可平

莧訓之頂一倍比此

集解處處原野庭園多有三四月生苗葉尖有刻

面青背白有灰莖有紫紅線綾俱心紅莖老大可

為杖其順如鳩嫩時作蔬食八九月間細白花結

實簇簇如毬中有細子野人蒸食之爾

氣味甘平微毒主治殺蟲取汁煎葉莖而洗諸蟲傷去癥風

芭訓ス知

集解田圃家園多栽之三月彼岸下種三四月生苗采葉似蕪菁蘿蔔葉而色綠帶白然比千葉雜尾之類則色尚白有皺文莖肥中空而脆折之有白汁葉莖俱有白毛莖頭細葉似花每葉抱莖相重分叉下葉濶大柔滑俱足為蔬食四五月開黃花如初綻野菊一花結子一叢如鶴童子花罷則以斂子上有白毛茸茸隨風飄揚落處即生七八月後采葉亦可八九十月再種亦生然味不及春夏也一種有稱千葉者春初生苗有赤莖白莖二

種俱與芭同但莖高秀葉葉相重繁茂色綠帶碧其味苦折之有白汁開花結子亦與芭同即是禮月令所謂苦菜也關東希有京師海西最多可作蔬茹一種有雜尾者正二月下種葉似芭而尖如雜尾色稍青折之有白汁粘手三四月抽莖似千葉而高三四尺花子並與芭同東西俱有之雖可作蔬有毒矣不可食之有紫色者此亦有毒不可不辨也

氣味苦寒無毒千葉苦寒無毒雜尾苦冷有毒主治利大小腸通經脈解熱毒酒毒千葉治淋痔雜尾通乳汁利小便殺蟲蛇毒

附錄川芭

葉莖似芭而微小光厚柔滑根黃白色處處水涯多有溪澗最多自二月三月至

八九月采之味微苦寒無毒
 治風熱咽痛及解酒毒
 種宿根亦自生其葉青白色似菘而短莖亦似菘
 作莖而小四月開細小白花結實有小毬而輕莖內
 有細子根白色迥代自華傳種來而處處多有故
 稱唐苣作蔬生熟俱可食氣味甘苦寒滑無毒多
 食動氣患腹冷主治解時毒風熱
 此病開胃通膈下氣治灸瘡
 波菘 俗訓波字禮半
 此訓音之謬耶

集解 波菘正二月下種三四月為蔬其莖柔脆中
 空其葉柔厚脆滑綠膩柔厚大概如蘿蔔蕪青葉
 而細小直出一尖旁出兩尖如箭鏃形其莖迥根
 處赤色根亦數寸大如桔梗而色赤四月起莖尺
 許有雌雄着莖開碎紅花簇簇不顯雌者結實有
 刺狀如蒺藜子種時須研開以浸脹則適月朔必
 生此類尚多矣

氣味 甘冷滑無毒 **主治** 開胸膈下氣止渴潤燥故
 便閉痔漏之人宜食之久而發竅通利

發明 世俗所謂本邦婦人鐵漿漆齒者即時食菠
 菜則忽死予未試之鐵漿之寒菠菘之冷無相忌
 之理若謂寒冷相合患腹冷腰痛泄利等則可乎
 陳士良曰有微毒此言多食動冷爾但取汁煉霜
 制砒汞伏雌雄則有解毒之力者峻也

芣木 訓波字
 峻木

集解 庭園野徑處處多有或田圃之界多種之生
 苗葉如竹葉而細小深青柔厚似有微毛可作蔬
 茹一科數十枚攢簇團團直上可比蒿之茂莖赤
 或青亦有性最柔弱故將老時乾枯可為芣野人

呼稱草帶作帶則勝於藜作杖則劣於藜夏秋開黃白花結實最繁矣一種有產與之津輕者木大異常實如豆炒以為果也

氣味甘微苦無毒主治益陰氣而通小便及諸淋子主治詳于綱目

多牟保保草

釋名俗稱藤菜或稱鼓草俱名義殊詳

集解野徑庭園多有春初生苗布地四散葉略似蘿蔔而小葉端三尖如鋒頭而次第深刻二三月之際一莖聳上三四寸斷之有白汁上開黃花如野菊後黃落成絮莖葉花絮大抵似千葉菅絮中有子落處即生或有淡紫色者稍希無花者亦有

乏其嫩苗作蔬患瘡毒之人嗜食之爾

苗莖氣味甘微苦寒無毒主治一切熱毒惡瘡惡

刺逐水腫治婦人乳癰或謂足少陰腎經君藥也又曰擦牙烏鬚髮壯筋骨也

枸杞

釋名源順力月枸杞根下潤黃泉其精靈多為犬子或為小兒一名杞樞一名却老和名滋美

集解處處多有春二三月生苗既長莖幹三五尺成叢或至七八尺亦有其如石榴葉而軟薄五六

月開小紫花結紅實形微長如棗核至冬不落尚美今本邦稱朝鮮枸杞者是也本邦自古號枸杞者大概類朝鮮枸杞而葉似五加葉稍圓肥實亦

紅圓或謂深山老樹之實大如櫻桃味美可食之
 凡采枸杞之嫩芽新葉最柔軟者作蔬食又蒸焙
 造茗碾落代茗飲亦好或陰乾而藏貯之用時水
 中浸透而煮食亦佳故常培養使之繁滋春於舊
 枝上抽葉條者肥則鮮麗瘠則蛀枯其挿枝者能
 易長茂種子者遲生近代世俗通稱滋陰壯陽之
 物而嗜之其子及地骨皮但入藥用其有刺者不
 為佳爾

苗氣味甘微苦涼無毒**主治**祛上焦心肺之客熱

根皮曰地骨皮及枸杞子氣味主治詳于綱目

發明枸杞之苗子根氣味稍殊主治不同其苗苦

甘而涼能去上焦心肺之客熱其根乃地骨甘淡

而寒能去下焦肝腎之虛熱其子則甘辛而潤性

滋而補不能退熱止能補腎潤肺生精益氣也若

合而用之則除四臟之熱滋四臟之虛故四臟之

攻補兼行而脾胃之元氣無不周流而至以入保

命延壽之域者無日而已近俗但嗜一之苗以為

滋補之劑素泥承露煉霞之言以不詳天精之所

至也矣

五加

釋名源順力曰五茄和一名無古木或茄作家言同本

茄家二字俱於名義不相叶加與茄不通用李時

珍曰以五葉交相者良故名五加雷牧名五花楊

集解處處多有之春於舊枝上抽條葉挿之者易

長種子者遲生與枸杞同其種子者春生苗葉青莖赤高至三五尺上有黑刺或似藤葛者亦有葉生五枚作簇者良四葉三葉者最多其葉似枸杞而狹大每葉下生一刺世人采嫩芽新葉為蔬茹代茗飲三四月開白花結青子至六月漸黑色根皮黃黑肉白色勁硬入藥用沙地者如木類堅地者如草類也

苗氣味苦温無毒**主治**去皮膚風濕根皮詳于綱目

附方諸疝引痛用百藥煎八錢五分加葉五錢舊茶芽四錢右為細末每八分白湯下

數服而安

鹿豆

集解野鹿好食之故名本邦不多種惟信州處處生干麥地及田野中苗葉似綠豆而小引蔓生三月開淡粉紫花結小莢其子大如椒子黑色磨麩食野人生熟俱食

氣味甘平無毒**主治**未詳

蕨

釋名蕨二字古併訓和良比源順力曰崔禹錫食經曰自者見蕨黑者曰蕨紫者曰蕨必大按

蕨別一種也蕨者蕨初生無葉類驚脚故齊魯曰蕨今見蕨之初生皆青紫色既長彌青竟無白者食經所言白者未詳源順不分蕨蕨從崔氏食經而不辨則以謬傳誤者乎

集解處處山中岡野有之二三月生芽拳曲狀如小兒拳山野之人冬日燒山野其火連日不消其跡至春生蕨最多春初先生者號早蕨自古歌人

賞詠之若欲食生蕨者先用灰湯煮去滑涎取出投水洗淨數次作蔬不然則必被中毒今世采其嫩芽醃藏而貢獻之野人多采收之作淹作乾以貨于四方信州野州三越之諸山常之秋田羽之庄内奥之仙臺南部等處最佳津輕之產圓肥味殊美駿遠參尾濃勢及畿内西州處處多有或晒乾作蔬煮食稍佳其芽既長則展開如鳳尾焦高三四尺其根去紫色皮内有白粉搗爛數次洗澄取粉水飛晒乾煉湯作餅狀如葛餅而色紫黑味不減葛餅世以為珍此亦貢獻餽贈之品也采其粉後采根之筋條搗碎作繩呼稱蕨繩勁強不減鐵鍊而千年不朽世以為土木之具此亦民間之

最貨者也

其及根

其即菜也

氣味甘冷滑無毒

久食冷氣傷人小兒久食之脚弱不

能行 **主治** 利水道

發明蕨性冷而滑能利水道洩陽氣降而不升不可多食之予壯年時食生蕨葛餅必氣絕不識人事久而如元若其醃蕨者雖多食不然葛亦與魚并者者雖多食不然方今既過半百二物俱食竟無被中者何哉想失壯年氣盛有與彼相敵者耶然則今氣稍衰而不相敵也且將初食生蕨葛餅時併遭不虞之毒而後見之必有恐慄之意而然乎此俗所謂黑犬被齧者恐灰汁之渣之其類哉嗚呼拙矣

狗脊 俗稱三伊

集解 古未聞作蔬用之者近世多用之出自關西諸州者圓肥長大而軟脆味亦美就中河內泉陽但播備諸州所產最佳處處山野多生春三四月生芽如蕨而綠色食之無滑涎柔脆甘美或醃藏或晒乾以貢獻之野人亦采貨于四方京市最賤之者多矣既長如蕨莖細葉似藤而小團不尖有齒而背有光兩兩相對其花至小而隨葉相對其根黑色如狗之脊骨又有黃毛如狗形者最少矣

苗氣味甘平無毒

主治強肝腎健胃治風虛

葛 訓スク

集解 葛有野生有家種其蔓延長取收可作布務

其葉有二尖似斯手拓而長面青背淡至秋自枝端次第葉已黃凋故歌人賞之詠其未枯葛葉及葛葉色變以諷人之變約也其花成穗纒纒相綴黃白色或紅紫色入藥用其莢如小黃豆莢亦有毛其子綠色扁扁如小梅核生嚼有腥氣此即葛穀也其根外紫內白長者七八尺根頸入土五六寸以上名葛肚而不用入土五六寸以下即葛根也晒乾入藥用秋末冬初采生葛根搗爛入水中揉出取粉晒乾其粉入沸湯中久作餅狀色如膠或煉粉作餅而蒸熟亦好或作麩切入沸湯作凍子又入水中和漿汁合胡桃肉蓼芥砂礪食此日葛切或號水線尾葛粉處處多出就中以和列吉

野之產為第一色白如雪紀泉河州次之郡守貢獻之民間以貨于四方

葛粉氣味甘辛無毒主治除熱祛煩開胃止渴利便解酒毒及諸毒即是足陽明經藥煎入脾經餘

詳于綱目

荷蕢和名古避夜今亦然焉

集解春生苗至五月移之長一二尺與天南星苗相似但多斑點秋開紫花結子宿根亦生苗經二三年者根大如椀及芋魁外黑內白有理味戟人咽亦麻舌秋後采根浸水以繩子擦去外黑皮而洗淨細搗碎作餅以醃灰汁煮十餘沸以水淘洗換水煮五六遍成凍子用時後煮湯四五沸去惡汁而食或與早稻草同煮數沸則作水棧而味佳京師丸山寺僧造之最稱美味江都以總州錦山之產為佳又有侏倉之產色黑而略粗謂初以灰汁煮時入石灰少許則然其味亦殊而不足為佳也

氣味甘冷有小毒主治消渴癰腫然不可多食若患癰症者可忌之

芋和名以附都或以毛今訓以毛或稱野芋以毛

集解處處多有二月種芋子肥大者生苗葉似荷而長莖青紫色三邊圓一邊凹高尺餘或三五尺采莖乾者俗稱芋柄源順曰唐韻莖音耿芋莖也和名以毛加良一曰以毛之今未聞稱者也其花黃色旁有下長莖護之如葉之卷而不常有根如

鳥頭一頭兩邊生數子山中田園沃地生者肥圓最好又一種有全戰人咽者此稱發芋青芋及野生者亦然味粗不可食自秋末至冬作魁味尚甘美有魁大子多者有子少者有味美者有不美者有發者有青者有白者有紫者有黃者其狀不一世人稱芋頭芋子俱愛美之就中近世八月十五夜賞月者必以芋子青連莢豆而煮食九月十三夜賞月者以芋子着薄皮者稱衣被與生栗煮食正月三朝以芋魁入雜煮中而俱賞之上下家家為流例也芋莖生乾俱作蔬食攝州泉州和州江州及肥之後州等處出乾芋莖色白而太長最脆美也一種有蓮芋者芋有數小竅莖亦同而如蓮

莖之有竅無絲味亦俱好一種有栗芋者生食甘美不發如生栗及烏芋煮食亦肉實美然不似熟紫之甘爾

芋子及魁氣味發冷滑有小毒煮則甘不可多食再煮可食之同鮓鱧食發癆久月食之不發病主治破宿血去死肌下氣寬腸生研敷灸瘡湯火傷最好

菜莖氣味辛冷滑無毒乾者主治妊婦心煩迷悶胎動又鹽研傳蟲咬及毒箭

薯蕷訓也末力伊或云長伊毛古者和名夜高都伊色俗名山芋伊毛釋名山芋源順曰薯蕷一名山芋一名薯蕷一名薯蕷一名薯蕷芋子然則山芋之名華和俱有之

集解薯蕷山中野處自然生辨短而堅實者製作

山藥_ト入_レ藥用家種長而肥豐者_ト入_レ厨用其味不及自然生之山產故_ト入_レ厨亦宜山產四月生苗延蔓紫莖綠葉葉有三尖中_カ一尖長左右兩尖短而不尖_カ略似_二白牽牛葉_一而更光潤五六月開花成穗初碧後淡赤結莢成簇筴凡_二三稜_一合成_レ堅而無仁其子別結於一旁即零餘子也霜後收子留種或春月采根截種皆生冬月采根為蔬食或制作乾山藥和城河丹江紀諸州最好奧之南部野之二荒駿之富士根甲之郡内武之八王煉間等處皆佳京師江都市上惟肥厚者足作蔬矣

根氣味甘涼無毒**主治**益腎氣健脾胃止洩痢化痰涎潤皮毛餘詳于綱目

附方風毒腫痛

及乳癰未潰者生搗爛作糊一椀殼皮砂礪半椀研合油半椀煎之則有頂生痒而後散去湯火傷瘡爛

附錄零餘子

源順方和名沼加古必大按今世稱不_レ皮黃或青或黃青紫褐雜色小扁多出不_レ肉自_レ煮熟作_レ果食味似_二山藥_一氣味甘平無毒_ト入_レ厨亦宜

釋名薯

本朝野老_ト延喜式大膳部有薯字訓_二古野老_一字漢語抄用必_レ大按今專用野老之字取

集解野老處處家園多種之蔓生葉似薯蕷而圓

大如益，有小夫花，有三稜如，指梗之微花，味開而碧色，根類老薑薯蕷之狀，而有節多，長鬚煮之，則根黃鬚白，故稱野老。冬春采根，煮熟，拔鬚去皮，而果食，味苦而甘。山中自然生者，節多，肉瘠，味亦太苦，宜入藥。用凡采老肥根，煮熟，搗碎，堅之作器形，數日晒乾，則勁堅如石，刀鐵不入。故造基枰砧盤，然費功難成，故造之者少矣。本邦春初供蓬萊盤中之一種，而祝多壽及住處繁昌，其多壽者，以白鬚多，長黃肉，堅固有野老之稱也。

根氣味 苦甘平無毒 忌沙糖畏葵根大黃紫 **主治**

風濕諸痛，白濁莖中痛，痔瘻餘，詳于綱目。發明今種野老圓肥軟，大味甘而苦，故嗜食者多。

多食，口舌生凝沫，肚脹胸塞，而動積塊蟲蛇，不候風痺濕痛之治，可思之矣。

附錄 何首烏芋 春生，莖蔓生，葉紫色，葉相對如大者，似大芋，魁而有小稜，其色有黃有白，黃者味苦，似草薺，自甘而不苦，其花微小，似薯蕷，其子着莖如零餘子，世人以為有雌雄，而賞美之，必大按葉莖略相，似然，雌雄不交，根不赤，白味不苦，瀉

狀不五稜，花實亦似薯蕷，零餘則非，多夜合交，藤紅內消之名，惟近俗多食之，而無中其毒者，則非野芋，天荷之比，轉為無毒而可食乎。

集解 卽草右蠶一名甘露子，古來未聞，有近世華舶移種，頃者家家栽之，二月生苗，長者近尺，方莖對節，狹葉有齒，竝如荏葉，但葉皺有毛，四月開小花，成穗如紫蘓花，穗結子如荊芥子，其根連珠狀。

如老蠶或根之旁引一絲着連珠者亦有四五月
米根煮食之味微甘而淡以為蔬為菓耳

根氣味甘平無毒

不寫生食及多食生寸白蟲與諸魚同食令人此必大按

亦有不可泥之主治未詳

笋

訓太切無奈今訓乃

釋名筍

源順力日音隼字亦作筍必大按筍非也釋者筍皮也

集解今本邦所食之筍者苦竹淡竹長間竹之筍

也苦竹者俗稱真竹或稱磨竹古稱加波多計淡竹者俗稱波竹古稱於保多計長間竹者俗稱奈伊竹也淡竹筍者籜有紫黃黑斑而美筍肉亦甘

脆碧色有香大美江東少京師多而最肥美從古以醜翻蒸筍為珍然不如采生煮食而鞍馬嗟峨

及東北山中之產為第一和河紀攝江丹諸州多出而大美海西諸州亦淡竹筍多苦竹筍少雖儘有亦不用之江東惟苦筍最多其味甜苦相交其中以甜多苦少為佳淡筍希有當世販菜者二三片味生筍時深掘竹根得小筍以其早為珍食價其味不好矣長間筍者諸州俱有味尚苦多甜微不耐多食也今洛及畿內醃藏而貢獻之者悉是淡竹筍江東惟雖以苦筍而醃藏之或不久或易腐味亦不佳故收造者少矣凡籜皮紫黑斑者采收晒乾以為器用白者亦用故民間多采之貨四方淡筍籜者皮厚而難敗苦筍皮薄弱易損爾苦筍氣味苦甘寒無毒主治化痰除熱下氣利水

鮮酒毒

淡筍氣味甘寒無毒主治消痰除熱婦人驚悸小兒驚癇俱治

長間筍氣味苦寒無毒主治下氣利膈爽胃然多食動蟲積令人上氣嘔吐

發明諸筍俱雖寒冷無毒性硬難消消去後後滑利無益於脾胃惟其淡甘可愛最不宜人之理然則豈可多食哉

茅花芽

俗訓津液一奈

釋名

必大按本邦以茅訓知知熱津同音通用故稱津液一奈本邦自古倭語俗語此類多矣

集解茅原野每多有而民間葺屋者也春初生芽即茅針也二三月金花時紅青交色葉中含碧白

之絮兒女采之稱津波奈而噉之或和鹽揉合而

食之其味甘脆三四月開白花如白毛敗筆而結

細子其根甚長白如筋軟脆味甘此亦兒女之弄

也花及根俱入藥用凡茅類有數品然所用者惟

一種爾

茅花氣味甘溫無毒主治止吐血衄血並塞鼻而

止又傳灸瘡或止金瘡之血及痛茅根氣味甘

寒無毒主治伏熱療諸血噓逆喘急消渴黃疸水

腫餘詳于綱目

土筆

訓津液

集解土筆者如毫拔土而生杉菜多處之地又有

與杉菜並生者有土筆凋盡杉菜生其根者故或

謂此與杉菜同根一種也處處原野園塘多有二
 三月寒土而出高四五寸或六七寸其筆頭初黃
 綠有細紋老而紋作紫黑癩子莖紫亦有節節上
 着青皮此亦老而作白皮嫩時采收去節上薄皮
 而煮食味甘淡可愛既老則頭禿莖硬不可食之
 然采之過時有筆頭者希此野人所謂野雞喜啄
 土筆頭之故也南方諸州早生駿陽地煖十一二
 月及正月盛采之或冬日穿土得之俱野民競采
 誇珍以食價之故也

氣味甘苦平無毒**主治**未詳

發明土筆迎陽穿土而出有升發之勢能發痘疹
 止久泄虛痢及下血惟忌用上氣積熱嘔吐之人

而可乎

附錄杉菜

處處多有，一根數莖，略似木賊而極細，有小小節，青綠色，高四五寸，老茂則硬粗，不可食，嫩時作茄氣味，主治未詳，野人所謂多食易瀉，亦未詳。

蔬菜類六種

茄

釋名紫瓜子

源順曰：茄子一名紫，瓜子一名紫。

集解茄者四方民間多栽之，以貨之，二月下種，四

五月移苗五六寸者，至高二三尺，葉大如掌，莖紫
 黑，有刺自莖至秋間，紫花五瓣相連，五稜如縷，黃
 藥綠蒂蒂包其茄，茄中有飄飄中有子，子如脂麻
 其茄有團有長，四五寸者有大如斗者，色有青紫
 白及雜青紫黃斑，既老則變成黃白如銀者，其味

不佳故種之者少茄之樹葉莖生小黑蟲如黑胡
 麻子又生青蟲如芥子者俗稱油蟲黑蟲易除油
 蟲不能取捨故蠹葉及莖易枯若欲避之四五月
 移苗時用竹針刺根莖之分處入真礪黃末而植
 之則不生蟲近時種茄四五樹自七八月至九十
 月每且采茄子七八個作蔬其法前年九月先掘
 好地方三尺深三尺許以為窖窖中充糞至十一
 月十一二月其糞乾減半時復取溝渠泥以充其半
 至正月又減半時取園圃之好土以充其半經四
 五月鋤耕其窖中之糞土取出攤于地上暴乾十
 日餘而別復用好土揉合以埋窖中與地令平均
 至春二月彼岸時耕其糞土下種其苗至五六寸

許殘留其中最長者五個而要長後枝葉不相捎
 若相捎易枯其餘苗悉拔去移栽于他圃矣五個
 殘苗過尺時於早晨日出已前用好硫黃細末入
 馬尾篩飛于苗上則不生油蟲黑蟲也凡今賞茄
 子者不獨蔬食而醃藏糟糠味噌漬呼稱香物為
 經年之用而上下賞之故民家多鬻而貨之或有
 小如龍眼大者是至九十月茄既欲盡時而出茄
 之表小者呼號一口茄最宜香物焉本朝式大膳
 部有未醬漬糟漬醬漬茄子是亦此類乎源順曰
 雀島鋤食經茄子味甘醜唐韵力減反醜味也醜
 音初減反酢味也俗語謂惠久之必大按醜即菘
 亦訓惠久之然茄子無菘惟有些滋味爾

氣味甘寒無毒主治散血止痛消腫寬腸

發明諸家謂多食損人動氣發瘡及痢疾損目或曰蔬園中惟無益然今本邦夏時至秋末無不食生茄上下好嗜之或作香物常食或作糟醃甘漬而至春浸水去漬味後作和物作羹食以誇生時俱竟無害雖不時亦不中惟下利者忌之為茄之性寒利也患瘡者瘡後不日食茄必發後而自初患之日食茄不然此據隨邪魚逆邪歟茄性寒能逐邪解熱自初食之瘡邪馴隨不肩逐邪解熱也既瘡食之瘡邪乖逆以發動也是不惟茄子而醋酒等物亦然近時瘍醫煉茄膏傳癰疽瘡腫之四邊呼號關藥言茄寒拒熱毒如關堰之拒敵拒水

使毒氣不至腫處而散血消熱痛亦自止瘡亦速痊傳稱南蠻之派也阿蘭陀亦蠻之種而忌關藥謂惡血邪毒停滯不散不行還不便治瘡之理雖然瘡腫輕者傳茄膏而血散痛止瘡亦速也若斯則損人之理少矣又民間栽蔬園以貨之或取茄樹晒乾燒作灰則能保火此亦可謂有益哉

附方勝風下血經霜茄子連蒂燒存性口舌生瘡為末空溫酒下吞服

醃茄及糠末醬漬俱以經年久者瀝汁去燒存性為末傳之一日兩三次而愈黑者紫茄白者白茄截蒂連肉摩破瘡上傅真硫黃末生附子末三四次而愈

蒂黑燒存性傳口舌瘡則痊或小兒口瘡用黑燒為末煉水糊傅兒之兩足心或湧泉穴最有驗花蟲牙急痛者用一莖嚼所患之牙立愈

白瓜 訓古今如字 京俗稱淺瓜

釋名 羊角

源順曰女臂一名羊角白瓜名也必大按李時珍曰長者至二尺許俗呼羊角瓜女臂亦謂其長白手源順和名曰蕪名花曰龍蹄一名青登青眺瓜也唐韻曰眺直禁反與鴉同青皮瓜名也青皮者又別有一種稱醬瓜者花號枕頭花也

集解

白瓜處處多有二三月下種生苗就地引蔓青葉黃花如甜瓜花葉夏秋結瓜有青白二色一種長者至一尺許則羊角也其子狀如麥粒其瓜肉淡而微甘瓤苦去瓤而生食或鹽漬晒乾可充果蔬味醬糟鹽漬而藏皆宜此則香物也一種皮色深青如青甜瓜有縱文不光滑其肉如越瓜俗呼稱漬瓜此即醬瓜乎又有似漬瓜而甚小如桃李俗呼稱小瓜此二瓜最宜香物也近時以醃藏越羊瓜色不變如生時者其法豆腐滓一升白鹽三合揉合數次冷鹽滓相交不滯陰晒一日用白瓜劈作二片以蛤殼去瓤令淨如舟形用紙拭去水濕縱入鹽滓中要使瓜不相捎着橫入相捎則腐熟不久如此法則至明年瓜色不變而如生也乾瓜法用生瓜細切作片入盤抹鹽拌勻待晴日炎盛時晒乾一日自辰至申取出入壺甕而貯之則香味脆美久而不變又法用生瓜二劈去瓤如舟舟中盛鹽放屋上而暴日經數日待白乾而收藏則經兩年用時洗淨細切浸水去鹹和好酒而食或漬味醬而食亦佳矣

或漬味醬而食亦佳矣

氣味甘寒無毒主治益勝胃止煩渴利小便去煩

熱解酒毒冬瓜
訓加毛半利
近俗亦同

集解冬瓜園圃多種之正月下種三月生苗引蔓葉大團而有尖略似諸瓜而大者也莖葉有刺毛六七月開黃花此亦大於諸瓜結實大者徑尺餘長一二尺嫩時綠色有毛老則蒼色着粉霜後尤白其皮厚硬其肉肥碧其瓢白虛如絮其核亦白在碧白瓢中而成列其肉可為蔬食近代霜後采之煮熟而食然不為上饌民間野人之所用或有冬種者至明年而肥大也世俗所謂能治久疝未詳之

氣味甘寒無毒主治解煩熱止消渴利十種水氣亦能解酒毒

胡瓜和名曾波半里俗謂
利近代亦同

集解正二月下種三月生苗引蔓葉如冬瓜亦有毛四五月開黃花結瓜圍二三寸長者至尺許青皮上多瘠癩加疣子至老則黃赤色其子與越瓜同大抵為蔬不佳惟鹽糟漬藏作香物為佳京俗所謂祇園神社氏人食胡瓜必得崇此社頭及神興自古畫瓜紋故也凡禁裡及神祇惟幕畫瓜紋者不少此胡瓜橫截作圈之形也予未詳之

氣味甘寒有小毒有毒不可多食主治清熱止渴利水

絲瓜訓遊知蘇

集鮮 二月下種生苗引蔓延樹竹或竹棚架其葉
大如蜀葵而多了尖有細毛刺其莖有稜六七月
開黃花五出微似胡瓜花莖瓣俱黃其瓜圍六七
寸許長一二尺甚則三四尺深綠色有皺點瓜頭
如驚首嫩時食之者儘有尤希老則筋絡纏紐如
織成經霜乃粘華人造器本邦惟作垢摩浴湯中
用之而摩去肌膚之垢則舊垢凝脂悉脫焉
氣味 甘平無毒 **主治** 去風解毒消腫化痰祛痛殺
蟲及治諸血病

附方 痘疹不快 初出或赤或白多者令少少者令稀
末用砂礮水服之最妙予亡父勝風下血或下血危
得山中老人之傳而每試之 便血腹痛瀉如魚腦五色者乾絲瓜一投連皮燒
存性為末二錢空心酒調下下血者加槐花末

半亦 有驗 風氣牙痛 生絲瓜一個擦鹽燒存性研末頻
擦涎盡即愈 腮腫以水調貼之但

乾瓢 俗作干瓢干與乾通
乾瓢 俗作干瓢干與乾通

釋名 夕顏 必大按用乾瓢之花本邦自古稱夕顏
故曰夕顏實及葉 莖亦俱稱夕顏也

集鮮 處處多有正二月下種生苗引蔓延緣于門
牆屋及樹竹其葉似冬瓜葉而稍圓有柔毛嫩時
為蔬可食去青皮及瓢細剉令長日曬則白長如
製紙及布其味甘美代乾鱧為僧家用或煮熟食
亦佳此俗曰乾瓢五六月開白花狀閑雅有野姿
故歌人詠賞之以其夕美呼曰夕顏結實青白色
而長老則晒乾渡水憑河者着之其瓢中之子南

貨于四方其法用白鹽炒適合於松茸生處之沙土以漬之覆以松葉此俗謂松葉鹽或生鹽漬及寒水漬或豆腐滓和自鹽而漬亦佳矣

氣味甘温無毒 或謂有毒多食中其毒經日枯收者必醉 **主治**久瀉虛

痢瘰瘡不出者或產後脫血者亦佳 必大塊者以苦茗自煎之有新水併飲之有驗

附方久痢虛脫 乾松茸根俗稱石突細切二三枚與鯨陰並陰乾一錢同煎未醬汁

服則立愈

附錄芝 俗稱靈芝有青赤黃白黑紫狀似枯物味木而不堪食仙家賞之似本邦之芝與中華之芝殊異近世自華來者皆相似矣本邦處處山中儘采之為弄器大抵似松茸之乾枯朽腐者而紫赤黑色有之其餘味多見之也

集解生於松樹陰處雖庭園而松多處用初茸石

突細剉漬米泔汁而蔣之則經年必生狀似松茸而小自初生張蓋蓋內有細刻內外及莖亦黃色亦戴木葉而生最難見之四五月兩後生比秋時

則不多八九月兩後生者最多味甘而香其味勝似松茸其香不及松茸但恐生于蛇蟻蟻處者其

狀相似而蓋內無細刻其色亦不鮮誤食之則忽死俗號蛇茸凡土菌之類織下無刻者必有毒可慎爾

氣味甘平無毒 多食動蟲積或中其毒 **主治**速詳

附錄伊久知 狀似初茸蓋內無細刻黃白色不鮮此亦生于早濕陰處性有毒而動

以殺人最可稱之五月梅雨中之濕紅茸略似初地生自茸此稱之由茸亦不足食之

本草綱目卷三 新部 四十四

外純紅色蓋內雖有細刻不似松茸初茸之類其味亦不佳此亦陰雨前後生于濕地而有毒耳

標茅茸

訓多計

釋名

標茅者茅之多生地多野之下列黑髮山下有標茅者原此則其處也此草生于草茅卑濕地故多或俗稱占地

集解 山中茅野卑濕地多生狀似松茸而微小有

張蓋者有不張蓋者莖短小而圓肥蓋上黃灰色

或紫黑蓋內有細刻而白莖亦白性柔弱易敗味

亦淡美生乾及淹俱佳洛之山中多有就中賀茂

之神山片岡及北山之生最好其狀肥美味亦美

海西諸山亦所在有之江東山中亦儘有野之下

列多生送于江都市上以敗之

氣味甘平無毒主治未詳

鹿茸

訓多計

釋名

鹿茸俗稱加波多計似鹿茸之染成也生時赤黑如鹿之至春木春毛脚毛赤黑者故名鹿茸此非鹿角之茸茸者菌也

集解 鹿菌生于原野濕土如松茸初茸之生戴木

葉而生上有小繖而高莖肥大羅列相依如椶茸

平茸之並生其色赤黃外有毛有鱗晒乾變黑如

蠻國羅紗之細裁江東海西所在有之近俗謂乾

茸狀似肉蓯蓉性亦類之此未詳所以然凡狀相

似而性相似者有之狀相似而性不似者有之性

相似而狀不似者亦尚有之即是事物之常理何

為泥於下樣乎陳藏器曰上有毛下無紋者仰卷

赤色者並有毒此茸有毛而赤色則似有毒者也

但本邦每食之而不中毒後味開治病者然則且氣味甘平無毒而可乎否乎

椎茸

訓志伊多計

集解椎茸生于椎子樹上及老木根上或諸枯木之生氣不盡者得雨露濕蒸而生狀似標茅茸而頭圓莖短而肥三四月生而甘脆香美勝于標茅茸能祛葱蒜之臭氣也葱羹中入兩三箇則臭氣不薰或食蒜後食兩三茸則口臭消而旁人亦覺其氣此古來所未言之者也今曝乾以貨于四海西山北諸州多有紀勞參遠駿甲等山中亦多有其曝乾者經歲不敗每收蓄以爲菜肴若不時欲擬生者漬沙糖水中一日取出而煮則如生鮮

然其色香不美味亦不佳但甜味不盡而代鯉汁故僧家最賞之

氣味甘微温無毒

多食令人之肚内生蟲

主治未詳

平茸

訓志比良多計

集解處處山林多有然生處無定八九月雨濕後生于竹根及老樹根狀如開人之十指或如相依賴而併或如斷又續易摧易折其色外黃或有淡紫皮或黃白其肉潔白柔脆味淡甘最佳可爲上饌中華未聞其名爾深山有大者或數十圍在駿洲山中云木曾山中多有之昔木曾義仲入西京跋扈携之享官客爲我邦之珍味一種有麻比茸者狀略似平茸而小上有小蓋相依其色黃白或

灰白味亦淡甘而佳最無毒焉

氣味甘平無毒 **主治** 未詳

棧茸 訓ス 惠カク 木多計

集解 此茸生于榎樹及老根枯株當世嗜好之家伐于老榎大樹作五六尺之大置于土窖中覆之用濕稻草薦而灑於米泔冷汁日一兩次至二三日而罷經日多生茸采食之則味鮮美商家亦造之者若斯故其多不為初茸而大小同根相粘而生矣状似占地茸而柔弱緻上淡紫黑而滑莖亦淡紫黑而細緻下及肉潔白味亦淡甘而佳一種有鼠茸者江東稱奈米湏湏岐大抵與棧茸同状似棧茸而稍大色灰白味亦相似此亦可愛生于

朽木老樹根上濕陰處也柳樹栗樹俱生茸似棧茸無毒可食之

氣味甘平無毒 **主治** 未詳 按棧茸味淡每食無毒者則平而相當矣

附錄 榎木 状似榎而葉小團緻密樹高五六十丈圍可二三寸人合抱三四寸月開如胡椒大初青

木海月 訓ス 木ノ皮 更ニ計 小錢似榎而極小六一七月結子如胡椒大初青後黃赤山鳥好食之故萬葉集謂鶯食榎實也其樹不堪為材但作薪通俗謂榎薪可食之身故官家賞之未識治何病者或謂榎兼治漆瘡能殺漆氣故摘葉入新漆器之中則漆氣除矣

集解 卽木耳也其色黑而食之則齒上有聲海月亦然故名状下面黑下面青白或黃灰有黠紋而厚素雖生于諸木今所用者接骨木上所生也生

乾俱無氣味但枯朽淡木無海鏡之味而人嗜愛其淡味此類稍多然用者木海月爾

氣味淡平無毒**主治**味詳李時珍曰治痔又曰赤

謂生拌冬瓜蔓汁鮮其毒

石耳訓伊和

集解卽石耳也柔薄如織外滑而青白色內粗而黑色其黑色處附石有微香而味淡微甘常生于峯頭巖石之上山人采之先造竹籃方二三尺者着數十丈之麻繩藤繩而後躡巉巖攀蒙茸到巖石處以繩端繫縛于巖邊采茸充于籃中自乘其籃牽繩下千仞之麓若傍觀之則眼眩魂銷不可熟視然采之山人每割不屑亦竟無失命者可謂

奇鳴呼危哉甲信飛常與及紀勢海西諸山最多晒乾以貨于四方其生者亦味佳也

氣味甘平無毒或曰**主治**明目益精收血

松露

集解松露其皮黑帶微赤肉白脆處々在山中松樹陰處之土砂上是松之津氣凝結而成者故俗號松露其味淡甘生時有微香多食無害日乾以傳四方用時浸過則略似生然味淡香少今時供上饌不爲毒者宜矣諸列多有之就中前筑生松原所生者爲珍或曰猪苓也生雖內實乾則輕虛全似猪苓凡猪苓者他木之餘氣所結楓木爲多古人未言松氣之生又曰茯苓之味經年而勿雅

者也此為通是按茯苓者多年樵斫之松根之氣
味抑鬱未絕精英未淪其精氣盛者發泄于外結
為茯苓然則松露亦類小茯苓而可乎肉有赤
二種自者味准其氣味甘平無毒主治未詳

蓮根

釋名

蓮根者藕也和名爾雅曰荷芙蓉其本密其
花已開曰芙蓉未開曰蓮其華菡萏其葉花云蓮
的的謂蓮中子也李時珍釋名詳論名義

集鮮處處泥池及沿澤湖多有之以蓮子種者生
遲以藕芽種者最易發其芽成白藕即菰也長者
大餘五六月嫩時沒水取之則得此謂藕絲菜華
人賞之而作蔬茹本邦自古號波惠而賞之歌人

亦詠之節生一莖一為藕荷其葉貼水其下旁行
生藕也一為芰荷其葉出水其旁莖生花也其葉
清明後生六七月開花有紅白粉紅三色花心
有黃鬚葉長寸餘鬚內即蓮也又有千葉紅者近
頃有白蓮花葩之端淡紅一二寸者呼謂口紅或
有碧色者今在駿陽土人所謂即是佛之青蓮座
也予味見之若一池中以紅白而雜種則其少者
枯盡故築塘隔之然池廣過四五十步兩方相阻
種之則俱盛美近代種子芽者鮮矣惟采新根而
穿泥種之則旁行易蔓既蔓茂而後采根皮灰
黃或白其節黑有鬚刮去根皮則純白有乳有絲
其根大者如眩臂長六七尺煮蒸而熟則淡黑或

熱湯中入嚴醋少許煮之二三沸而取出則白而不變黑亦奇也凡野生及紅花者蓮多藕少種蒔及白花者蓮少藕佳也世俗所謂蓮者佛之所愛故欲枯衰時池中浸僧衲則不死大抵蓮素喜藍汁今僧衲染藍故然焉今有養小蓮于盤中而賞花者先將好土命砂煉水暴日細末入于木盤中貯水用蓮實以鑷或砂磨核頭令薄而後種之則其年必發花遲者經年開花又種酒盡空樽尤可也當時家々爭弄之

根氣味甘平無毒以鹽水食則不損口以油煙米麩果食則無渣煮鐵器**主**

治除煩悶熱渴開胃消食鮮酒毒及蟣毒散產後留血此主心脾血分之疾四時可食令人心懽

蓮實即蓮肉也**氣味**甘平瀉無毒李時珍曰嫩蒨性平

石蓮性温主治發明附方詳于綱目花褪連房成節節在房如蜂子在窠之狀六七月采嫩者生食脆美至秋房枯子黑其堅如石謂之石蓮子研去黑殼謂之蓮肉也

菱和名比之今亦同

釋名源順曰菱子秦謂之薛若楚謂之菱

集解湖澤處處多有之菱子落于泥中最易生發三月生蔓延引葉浮水上扁而有尖光面如鏡葉下之莖有股如蝦股一莖一葉兩兩相差如蝶翅狀五六月開小白花背而生晝合夜炕隨月轉移其實有數種或三角兩角四角無角嫩青老黑

如牛舌今處處別有之近世藥市采之以鬻矣
根氣味甘冷無毒或曰有毒然今人食之無中者而已主治產後

血悶產難胞衣不出下石淋

尊和名奴奈波今亦同或如字加菜字而稱之

集解處處湖澤雖儘有之而不多惟江州琵琶湖多

有而肥美味亦佳葉如苜蓿菜而差圓形似馬蹄每

浮于水上其莖紫色大如苜蓿莖而柔滑三四月稚

尊生芽時煮之則莖上着凝粘如煮葛粉其味穉

佳夏月開黃花結實青紫色大如小棟子中有細

子子墜于水中而自生也凡尊作羹可食耳

氣味甘冷無毒性滑不主治未詳可考綱目

附錄苜蓿與尊一類二種也菜似尊而微長者莖

萍蓬草

俱開黃花亦有白花者有白黃莖者結實亦與尊同今世俗稱小蓮花者入

釋名骨蓬源順和名訓加波保稱道俗稱河解是提訓製字與

集解三四月出水莖大如指葉似苜蓿葉而大初生

如荷葉長則徑四五寸色深青六七月開黃花四

出結實如角黍長一寸許內有細子一包如罌粟

其根有如粟者有如荷莖者今時以如荷莖者入

藥用源順載崔禹錫食經謂根如腐骨花黃色莖

頭着葉此能形容之者也

根氣味甘冷無毒崔禹錫曰味鹹大冷無毒其鹹味詳主治能收

敗血

發明萍蓬根性冷能收產後及損傷之敗血本邦

鮮煩熱及酒毒止渴利腸胃

昆布 今俗訓如字又訓古布和名比印米一名衣比源如

集鮮昆布生於奧之松前及蝦夷海中形類海帶廣四五寸長數丈餘或二三尺亦有倚石生而浮于水上如浣布隨波漂揚其色黃黑兩端薄帶蒼色中厚黃色海人采之晒乾以貨于四方其表出白鹽而如霜如粉此亦兩片蒼黑色而薄中黃赤色而厚煮熟亦同色但厚者倍生乾爾古者陸奧蝦夷貢獻之以納民部省大膳寮有索昆布細昆布廣昆布之名近代奧之仙臺南部津輕松前之守吏俱貢獻之或自松前傳送于前越敦賀自敦賀傳送于若州若州小濱市人製之號若狹昆布

自若狹傳送于京師京師市上製之號京昆布其味最為勝松前若州不相及故作上品乾果凡昆布作大饗嘉儀之贈祝冠昏壽生之賀俗稱古布以假慶賀之和訓每作庖厨茶會之菜果或齋日取煎汁代鱈魚汁僧家亦以煎汁調羹而深甜味又作果及油具大抵煮昆布不用銅罐則色黑不美用銅罐則兩端純青中赤而准海藻及蕨狗脊之類亦若許矣

氣味甘鹹微酸滑寒無毒主治破積堅利水腫消

瘰癧癭瘤瘰癧瘡

附方口舌生瘡 用上好昆布燒黑馬未傳瘡上 痰結小瘰 皮間累者用

海藻 今訓保牟 昆布細切洗淨待乾日曬 腫上則小者消大者軟而愈

集解 海中之藻生于石上状似蓴菜色青微長一
二尺有節有極極上有細尖小葉而卷縮不伸葉
間有小泡子似花而不開似實而圓空味甘鹹而
粘滑或稱保多和良或作穗依又作本依依字韻
書有依散之義無裹藏之義而未詳所據本邦自
古綴稱草收米叔呼彌依子一依有三斗五升四
斗五斗之分者也今海藻用依字者祝米依多積
之義以供年始之賀膳為蓬萊盤之具也本朝式
有海藻根訓麻奈加志參河伊勢紀伊志摩阿波
伊豫長門出雲等州貢獻之疑是今之保多和良
乎或曰保多和良者那乃利曾也本朝式亦有那
乃利曾而伊勢紀伊播摩伊豫等州貢獻于民部

省又曰莫鳴菜源順曰奈奈利曾漢語抄曰神馬
藻三字云奈乃利曾今按但神馬莫騎之義也此
說未詳保多和良之名古亦有之近時略供菜膳
稍佳處處海濱多有十二月海國多運轉于都市
而販之為年初之用此時多賒之以蓄用或醫家
與昆布同入散腫消痰之劑耳

氣味甘鹹滑寒無毒主治利水洩熱消癭瘤結核

陰癢之堅

附錄 海雲 今謂色如雲源順曰漢語抄云水雲色

俱未詳然以形之相似如雲之狀如亂絲有極
青黑色而滑長數尺浮于水上如流味柔脆生食
煮亦佳一種極細如亂髮而青黑色阿波鳴戶灘
最多故俗稱鳴戶海雲西處儘有安房二總
之海濱多有種肥大如松之太長有極蒼
黑色泉州海上多有故俗稱和泉太海雲此亦

長可愛然不及鳴戶之細或曰鳴戶海雲者於期
 保多和羅之花也不在海國故未以知真偽矣
 苔長處海濱多有生於海中石上亦如亂絲而硬
 用銅鑼則色青如生其食之過時變蒼黑色煮之
 寒無毒尾張紀伊播磨阿波等州貢獻之民部省今
 亦三河遠江駿河伊豆安房下總等海邊多送之
 此亦本按者石衣也本邦為水菜之名而訓乃利
 者亦李時珍所謂紫菜亦石衣之屬也於假用
 哉海素麩狀似紫菜之亂青色柔脆嚼之如河聲
 其味稍好京師近國最多氣味希有伊豆參河安
 房下總等海濱時有之爾氣味希有伊豆參河安
 食之被中白藻狀如鬚如馬鬣而有根長一二尺
 者少矣變白者陰雨時積鹽水取之風亦變白其
 乾則變白者陰雨時積鹽水取之風亦變白其
 味稍好精潔生食可也愛甲備前海濱多有之似
 海西諸州松藻而柔脆香滑生于石上綠色生乾
 俱可食之久煮則消盡矣

釋名滑海藻

源順曰日本朝

阿良女俗用荒布末滑海藻者加知如俗用搗布
 搗者搗米之義也必大按或曰海帶也稍相似故
 載釋名

集解荒布處處海濱多采之附石而生狀似昆布
 細狹而厚色深黑如墨凝滑有縱皺文粗柔韌而
 長長者不過四五尺許有根株而扁圓或圓長或
 蟠屈亦有其皮上黑有細皺中黃黑色俗稱荒布
 木而剛堅然不可食之好事之人造器耳荒布葉
 不宜生食采之曝乾煮熟可食古者伊勢志摩紀
 伊等州貢獻于大膳寮今時海南海西諸州及海
 東亦所在有之搗布似荒布而細狹有細皺文粗
 硬味不佳不足為上饌耳

氣味甘鹹寒滑無毒**主治**婦人諸病及血証能利水消癭瘰癧痰腫

和布

訓ス和加物

釋名海藻

源順カ和名途木米俗用和布必大按本朝式有和布海藻而難分轉從手通俗或曰和布者尊也味詳

集解狀似昆布之葉端而細薄柔韌長不過二三

尺色青其根如荒布根而蒼黑剛堅可造剪刀鞞

及器附石而生其葉浮于水上味美而甘鹹不減

昆布以為上饌本朝式大膳寮載之一種有極細

如紐者產于伊勢海濱此和布初者尋常和布浦

人細割成絲樣故稱伊勢和布最美味世以賞之

兩種俱生乾同可食之南海諸州晒乾貨于四方

西海北海諸州亦所在有之又海上有青他青昆布等物皆不足食若當之則身腫疼痛也

氣味甘鹹平無毒主治**利水鮮酒毒**

附錄佐加良布

傳稱本出於遠列相良之海濱故以地地名而冠之狀似和布而粗

硬稍廣晒乾則兼卷不伸味亦略似和布而多世俗所謂此亦能解酒毒

鹿尾菜

訓ス比之海村也

釋名六味菜

源順載辨色立成而謚之必大按名義味詳鹿無尾有短黑毛而似此藻

集解海濱石上生而長二三寸如鼠尾之短根圓

末細尖色蒼黑晒乾變作純黑色味甘脆俗謂能

收血味誠之今用乾者貨于四方伊勢志摩尾張

參河等州多有此是古在業平之所詠也

淺草苔

釋名紫菜

本朝神仙菜源甘苔漢語甘海苔東葛

西苔俗稱○本朝式神祇部有紫菜訓乃利源順

又云崔禹錫食經紫菜狀如紫帛凝生石上是物

有三四種以紫名爲勝俗呼曰神仙菜漢語按曰

阿未乃里俗用甘苔東鑑伊豆國以甘海苔獻于

錄倉賴朝奉進于京必大按此今之淺草苔淺草

者武之江都東邊之地名隅田川上之村也此苔

本總別葛西海中多生土人采之傳送于淺草村

市葛西土人亦多販之武之品川亦有之其

土俗同以地名而冠其苔上故諸州呼其名

集解苔如拆紙製帛而投于水中泛浪漂流浦人

立于岸上投竹竿而繫米之以入筍來兒女掛箸

以攤干葦箔而晒乾之生時蒼色乾後紫蒼色者

爲上淺草葛西之苔是也故世以賞美之品川之

苔者生時乾後淡青黑略麁而不密故味亦不美

甘苔者相豆海濱多有此亦一物稍似品川苔紫

赤色亦粗而不密源賴朝去每獻于京城者是也

古者志摩出雲石見隱岐等州貢之載于本朝式

近代雖儘有之而不佳故京師及海西海北悉以

武之產爲珍予往年使于二荒山中獲乾苔土人

曰此采于大谷川中其狀略似海苔而青黑色性

粗而不粘味亦淡而微甘與海中之紫苔迥相隔

焉有松苔者狀似紫苔之碎松葉之細齒青灰色

味亦稍佳久煮則凝滑如昆布之煮熟而不佳與

之南部津輕等之海濱有之有雪苔者狀如石耳

之細剉而輕薄似紙生青乾紫味淡可愛侏渡越

後海濱石上生者也

氣味甘冷無毒

多食發腹痛或令吐白沫飲熱醋少許即消

主治咽喉

痛癭瘤脚氣消積痰

發明通俗妄食紫苔則發蟲積嘔吐不止動到死

予昔見一士人娘子年十五傷食嘔味一晝夜不

知幾回達且吐黑物鮮血而竟殞侍女曰此食生

紫苔一碗以發病予意疑紫苔鹹能軟堅故可追

積塊而無發蟲積之理後有一仕宦食生紫苔食

畢忽吐鮮血而卒倒侍童與藥即甦急招予乞治

先見其所吐物則血中有小蟲細擇之則水蛭之

子也故新製一劑令煎服經日而痊於是初識昔

日娘子亦悞食苔中之毒蟲而終命焉嗚呼悼哉

凡水中之藻苔有水蛭河豚之毒物而必留于水

未曉之苦不洗淨而遇毒最可戒慎哉

青苔

釋名陟蚤

源順曰和名阿子乃利俗用青苔必大按本朝式亦用青苔字

集解青苔有水中石上生者有水汚無石而自生

者纏牽如絲綿之狀海人采乾如綿其色深綠以

貨于四方三河伊勢志摩紀伊海濱多有就中勢

志之產最爲勝本朝式亦伊勢紀伊播磨阿波出

雲石見等列貢獻于民部省近世華人搗造箋韓

人造雲藍紙亦此類乎

氣味甘鹹冷無毒主治止渴解酒毒搗塗疔毒赤

遊或謂傳金傷能留血

凝海藻

古訓古布止今訓登古品天

海中石崖間長三四寸大如鐵線分如鹿角狀紫黃色土人采曝貨于四方大抵用紙作巧者煎海羅以爲糊用織布者亦用之本朝式鹿角菜訓布方里參河尾張伊勢紀伊阿波等列貢獻于民部者此供食物數角役菜此亦本朝式志摩國用干巧之事數未詳鹿角貢之民部省其狀似鹿角狀蒼灰色乾則黑色如鹿尾菜味亦稍似而不爲佳今亦儘有其氣味主治球詳

華和異同

葱 葷辛

冬葱慈葱上官葱者一物而本邦之冬葱也漢葱木葱一物而本邦之春葱也凡葱一名菰草中有菰菰脉亦象之葱之初生曰葱針葉曰葱青衣曰葱袍莖曰葱白葉中淥曰葱苣諸物皆宜故曰菜伯和事菹

頌謂龍角葱一名羊角葱此非別種沃地所生之老葱也

薤

薤本邦之大韭也世未多種之俗混稱羅津岐與然薤根有臭羅津岐與者不臭此水晶葱也葱葉蒜根其根與薤根全相似則混之亦無害

蒜

蒜與葫有大小之分本邦混爲一種然有老弱之異耳李時珍曰蒜乃五葷之一故許氏說文謂之葷菜五葷卽五辛謂其辛臭昏神伐性也鍊形家以小蒜大蒜韭芸薹胡荽爲五葷道家以韭薤蒜芸薹胡荽爲五葷佛家以大蒜小蒜興渠葱葱荅葱爲五葷興

渠即阿魏也雖各不同然以辛薰之物生食增熱食發燥有損性弱故絕之李氏所謂阿魏者西域之草阿魏而非南番之木阿魏也本邦自古五辛之說太多大抵令義解以大蒜薤葱芥葱蘭葱興渠為五辛又或說以蒜韭興渠芥葱蘭葱為五辛以興渠訓久禮乃於毛為茵陳而未識所據芥葱者興今之行者蒜異耶此皆佛家之說也近代亦因佛家之說乎中華之俗元且立春以葱蒜韭薤蒿芥為五辛而取迎新之義杜甫詩春日春盤細生菜是矣唐蘇頌以韭薤葱蒜薑為五辛辟厲氣此亦與李氏說異俱有所由諸說雖有異同惟不除蒜韭則五辛之最矣

木天蓼

今本邦所在者藤天蓼小夫蓼而未見二三丈之木天蓼但每多所用者小夫蓼也

三葉芥

本邦俗稱三葉芥者一枝三葉故名此即石龍芮也本經別錄入于毒草部李時珍曰蘓恭言水董即石龍芮也按吳普本草石龍芮一名水董其說甚明唐本草菜部所出水董言其苗也本經石龍芮言其子也必大撈時珍以水董為石龍芮又菜部水董亦苗也石龍芮條下言四五月開細黃花結小實大如豆狀如初生桑椹青綠色槎散則子甚細如葶藶子即石龍芮也又菜部載苦蕒此即水芥也芥有水芥旱芥水芥生江湖陂澤之涯旱芥生平地有赤白二種

二月生苗其葉對節而生似芴藟其莖有節接而中空其氣芬芳五月開細白花如蛇床花予併考兩說則龍芮水董非一物或曰龍芮子名也水董苗名也此亦不然水董亦有子似粟之小而吹如飛時珍未見之歟然則龍芮水董不一物者明矣故今以三葉芥水董而為兩條斬薪芥斬俱通用詳于綱目

獨活

桑滑

本邦以宇土為獨活今比于舶上中華之獨活則難為是此經年乾枯之故歟菴清今本邦山中處處所生之獅子宇土矣

落

落者款冬也李時珍曰後人訛為款冬即款凍至冬

而花也寇宗奭曰百草中惟此不顧冰雪最先春也故世謂之鑽凍必大按二說俱言冬月開花諸說皆同今本邦至春而花者多華亦然耶唐張籍詩僧房逢着款冬花出寺吟行已斜十一街中春雪遍馬蹄今去入誰家本邦古來用落字者提崔禹錫食經落字書音路香草也楚辭七難菴落雜于廢蒸也

薺

今所用之薺者李時珍所謂小薺也或曰近代以薺子為葶藶子者訛焉事詳于綱目

松茸

茸耳

或曰本邦松茸者李時珍所謂合葦也本邦初茸者松葦也本邦平茸者麝菰葦也必大按此三葦必不

為相似焉合葷者生于台山寒極雪收春氣欲動土
鬆芽活此菌候也於斯時而生者春葷也本邦之松
茸者秋中雨露浸釀山膏木腴發為菌花者也或五
月淫霖之時生者亦有而未見於春時而生者然則
非合葷者明矣松葷生松陰采無時此亦必不可為
初茸乎松茸亦生松陰加梅初茸松茸俱非四時之
有而秋夏生者不可言采無時然則松葷何可限于
初茸哉磨菰葷者埋桑楮諸木於上中澆以米泔待
菰生采之或謂其中空虛今本邦之平茸者山林樹
竹根邊自生者也此亦難夾耳
菰米者菰實也八月開花如葷結青子長寸許霜後

采之大如茅針皮黑褐色其米甚白而滑膩作飯香
脆或作餅今世有侏牟古米者華舶傳之恐是彫胡
米手

海藻海蘊

海藻者海中之藻細黑色略似水藻故為本邦之本
依予往牟聞之華僧亦指本依為海藻也海蘊蘊亂
絲也其葉似之今為水雲然水雲無葉則難名本邦
稱海雲與水雲同

荒布

荒布海帶也掌禹錫曰出東海水中石上似海藻而
粗柔鞞而長今登州人乾之以東器物然則荒布之
類乎

紫菜

孟詵曰正青色取而乾之則紫色李時珍曰其色正紫亦石衣之屬也此則本邦之甘苔淺草苔也

凝海藻

李時珍所謂石花菜鷄脚菜俱今有之即稱登古即天者也

海羅

即鹿角菜也古人食之近世唯為紙近之用而無食之者李時珍所謂女人用以梳髮粘而不亂亦然焉今婦人產難用之為滑胎之利亦可也

本朝食鑑卷之三

